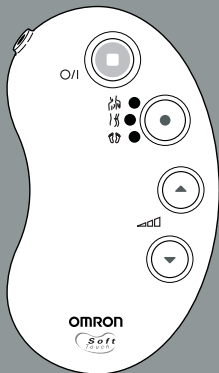


A Good Sense of Health

OMRON



Elektronisk nervstimulator SoftTouch (HV-F158-E)

- Bruksanvisning
- Mode d'emploi
- Gebrauchsanweisung
- Manuale di istruzioni
- Manual de instrucciones
- Gebruiksaanwijzing

SE

FR

DE

IT

ES

NL

- Tack för att du har köpt en OMRON elektronisk nervstimulator.
- För att du ska kunna använda enheten på ett säkert sätt bör du läsa den här bruksanvisningen innan du använder den första gången.
- Förvara bruksanvisningen så att du lätt kan komma åt den i framtiden.

Den här elektroniska nervstimulatore används för att ge massage för att lindra (muskel-)smärta, stelhet och trötthet. Den masserande effekten uppnås genom elektronisk stimulans av nerverna genom elektronplattor som placeras på huden. Användaren kan välja olika massageområden och behandlingsprogram.

INNEHÅLL

Funktioner	3
Rekommendationer för massage	3
1. Information om lågfrekvent behandling	4
1.1 Vad är lågfrekvent behandling?	4
1.2 Så här fungerar lågfrekvent elektroterapi	4
2. Förpackningens innehåll	5
3. Säkerhetsinformation	6
4. Delarnas namn och funktion	9
5. Sätta i batteriet	10
6. Användning	11
7. Rengöring och förvaring	15
8. Felsökning	16
9. Tekniska data	17

Funktioner

I. 3 massagelägen

Förprogrammerade massagelägen för axel, midja och fotsula

II. Intensitetsläge

Välj mellan 5 intensitetsnivåer för att anpassa massagen till dina behov.

III. Jumboplattor

Elektrodplattorna har en större storlek för att få en större kontaktyta, eftersom det ökar massagens effektivitet.

Rekommendationer för massage

Tid: 10–15 min/gång och område

Frekvens: 1–2 gånger/dag

Intensitet: En nivå som känns komfortabel

1. Information om lågfrekvent behandling

1.1 Vad är lågfrekvent behandling?

En behandlingsmetod som utnyttjar fysiologiska reaktioner på ett effektivt sätt.

Även om vi inte märker det genererar våra kroppar en mycket svag elektricitet från olika delar av kroppen, inklusive hjärnan, hjärtat, musklerna och nerverna. Den här elektriciteten kallas bioelektricitet och spelar en mycket viktig roll för kroppens normala funktion. Våra kroppar är väldigt känsliga för elektrisk stimulans utifrån, vilket leder till olika förändringar. Metoden att behandla abnorm bioelektricitet, som tar sig uttryck i stelhet och smärta, genom effektiv användning av ovanstående reaktioner kallas elektroterapi. Lågfrekvent behandling är en typisk form av elektroterapi.

1.2 Så här fungerar lågfrekvent elektroterapi

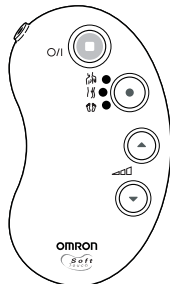
Musklernas pumpande rörelser

Muskler spänns och slappnas av i takt med flödet av den lågfrekventa strömmen. När musklerna slappnar av flödar en stor mängd blod in och när de spänns pumpas blodet, som nu innehåller avfallsprodukter, ut. När detta sker med upprepade rörelser flödar blodet jämnare och blodcirkulationen förbättras.

2. Förpackningens innehåll



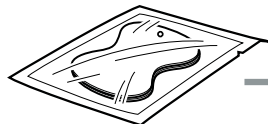
Huvud enhet



Elektrodsladd



Jumboplatta (2 st.)



Batterier för testan- vändning (2 st. AAA-batterier, R03)



Elektrodhållare



O/I Ström
▲ Intensitet

▲ Axel
▲ Midja
▲ Fotsula

■ Bruksanvisning

3. Säkerhetsinformation



- Ikonerna och varningssymbolerna visas här för att du ska kunna använda produkten på ett säkert och korrekt sätt samt förhindra skador och/eller skada på egendom.
- Ikonerna och dess betydelser visas nedan.

Exempel på ikoner



Ikonen indikerar förbud (sådant man inte får göra). Sådant som är förbjudet anges med text eller bilder i eller nära . Ikonen till vänster betyder "Får inte demonteras".



Ikonen  indikerar någonting som är nödvändigt (måste tas hänsyn till). Sådant som är obligatoriskt visas med text eller bilder i eller nära . Ikonen till vänster syftar till "allmän nödvändig åtgärd".



FARA



Enheten får inte användas i kombination med följande medicinska enheter:

- (1) Elektroniska medicinska enheter som har transplanterats in, t.ex. pacemakers
- (2) Elektronisk livsuppehållande utrustning, t.ex. respiratorer
- (3) Elektroniska medicinska enheter som sitter fast på kroppen, t.ex. EKG-enheter

Om du använder den här enheten tillsammans med andra elektroniska medicinska enheter kan dessa enheter komma att fungera felaktigt.



 VARNING	
<p>Personer med följande tillstånd måste konsultera läkare innan de använder den här enheten:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Akut sjukdom 2) Malign tumör 3) Infektionssjukdomar 4) Graviditet 5) Hjärtproblem 6) Hög feber 7) Onormalt blodtryck 8) Hudsjukdomar eller hudproblem 9) Tillstånd som kräver medicinsk behandling, i synnerhet när personen i fråga upplever besvär <p>Det kan orsaka olyckor eller sjukdomar.</p>	

<p>Använd inte enheten nära hjärtat, ovanför halsen, på huvudet, runt munnen eller på skadad hud. Det kan orsaka olyckor eller sjukdomar.</p>	
<p>Använd inte enheten samtidigt med andra behandlingsenheter eller tillsammans med salvor, inklusive salvor av spraytyp. Det kan orsaka obehag eller sjukdomar.</p>	
<p>Använd inte enheten för andra syften än de behandlingssyften som anges i den här bruksanvisningen. Det kan orsaka olyckor, problem eller felaktig funktion hos enheten.</p>	
<p>Sätt inte i elektrodspladdens kontakt någon annanstans än i avsett uttag på huvudenheten. Det kan orsaka elstötar eller olyckor.</p>	
<p>Ta inte isär eller modifiera enheten. Det kan orsaka eldsvåda, problem eller olyckor.</p>	

 VIKTIGT	
<p>Om enheten inte fungerar korrekt eller om du upplever obehag, ska du omedelbart sluta använda enheten. Om du upplever några problem med kropp eller hud, kontaktar du din läkare och följer hans eller hennes instruktioner.</p>	
<p>Om du vill flytta elektrodplattorna till någon annan del av din kropp under behandlingen, är det viktigt att du stänger av enheten. I annat fall kan du få en kraftig elstöt.</p>	
<p>Försök inte att sätta fast plattorna på någon annan under behandlingen. Du kan få en kraftig elstöt.</p>	
<p>Starta inte enheten medan du bär en elektronisk enhet. Enhetens inställningar och tid kan påverkas.</p>	
<p>Använd inte enheten på spädbarn eller personer som inte kan uttrycka sin vilja. Det kan orsaka olyckor eller sjukdomar.</p>	
	

Använd inte enheten på platser med hög luftfuktighet, t.ex. badrum, eller medan du badar eller duschar.
Då får du en kraftig elstöt.

Använd inte enheten medan du sover.
Huvudenheten kan då fungera felaktigt eller också kan plattan flytta sig till en felaktig del av kroppen och orsaka skador.

Använd inte enheten medan du kör bil.
Att få kraftig stimulans kan orsaka trafikolyckor eller problem.

Låt inte elektrodplattorna sitta kvar på huden efter behandling.
Om plattorna sitter på för länge, kan huden bli irriterad eller infekterad.

Var noggrann med att inte låta några metallföremål, t.ex. ett bältesspänne eller ett halsband, komma i kontakt med elektrodplattorna under behandling.
Du kan få en kraftig elstöt.

Använd inte mobiltelefoner eller andra elektroniska enheter i närheten av enheten.

Använd inte enheten för behandling av ett enda område under för lång tid (mer än 30 minuter).
Musklerna i det område som behandlas kan utmattas, vilket kan leda till ett nedsatt fysiskt tillstånd.

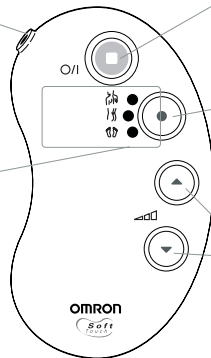
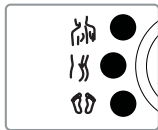


4. Delarnas namn och funktion

Uttag för elektrodsladd

Lägesindikator

En blinkande lampa indikerar driftsläget. Lampornas blinkmönster motsvarar den valda intensitetsnivån.



Strömbrytare

När du trycker på knappen startas lågfrekvensmassagen.

Lägesväljarknapp

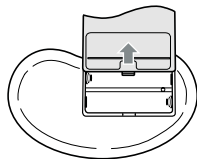
Med den här knappen kan du välja vilket område som ska masseras samt ett specifikt massageprogram för det aktu-

Intensitetsknapp

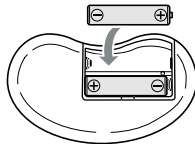
Ställ in efter behov (fem nivåer)
Tryck på ▲ för högre intensitet.
Tryck på ▼ för lägre intensitet.

5. Sätta i batteriet

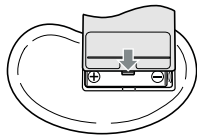
- ① Ta loss batteriluckan på baksidan.



- ② Kontrollera att plus- och minustecknen \oplus \ominus motsvarar varandra när du sätter i batterierna.



- ③ Sätt tillbaka batteriluckan.



- ※ Byt ut båda batterierna samtidigt (mot nya batterier).
- ※ Avfallshantera de uttjänta batterierna i enlighet med lokala föreskrifter.

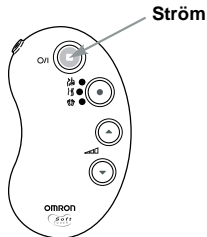
6. Användning

1 Elektrosladd

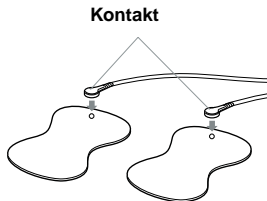
■ Hur man ansluter sladden.

- Böj inte sladden. Dra inte i sladden.
- Håll i kontakten när du drar ut sladden från enheten.
- Byt ut sladden när den går sönder eller skadas.

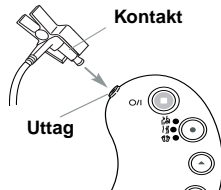
① Kontrollera att enheten är **AVSTÄNGD**.



② Anslut elektrosladden till elektroplattorna.



③ Sätt i kontakten i uttaget.



SV

2

Sätt fast jumbo-plattorna på det område du vill massera.

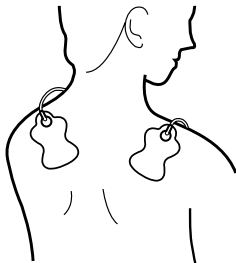


Vid första användningen: Ta bort den genomskinliga plastfilmen.

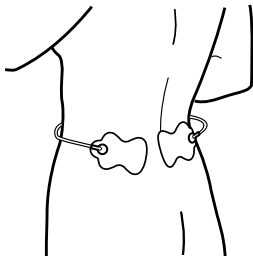
※ Böj eller vik inte plattorna.

Se bilderna för korrekt placering av plattorna på det indikerade området.

Axel- massage



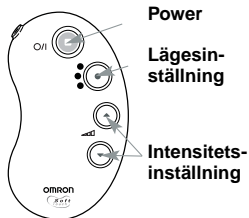
Midje- massage



Fotsule- massage



3 Slå PÅ strömmen och välj massage- läge.



※ När enheten slås på är intensiteten inställd på den lägsta nivån. Du kan justera inställningen efter dina personliga behov.

Välj axel- läge

Det här programmet ger en effektiv massage av axeln.

- Omväxlande klappningar och knådningar.
- Hastigheten ändras automatiskt.

Lampan för axelläge tänds.



Det program som valdes senast aktiveras automatiskt när du slår PÅ enheten.

Välj midje- läge

Det här programmet ger en effektiv massage av midjan.

- Omväxlande knådningar och tryckningar.
- Hastigheten ändras automatiskt.

Lampan för midjeläge tänds.



※ Intensiteten startar på den lägsta nivån.

Välj fot- suleläge

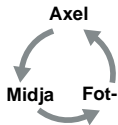
Det här programmet ger en effektiv massage av fotsulan.

- Ett knådande massageprogram.
- Hastigheten ändras automatiskt.

Lampan för fotsuleläge tänds.



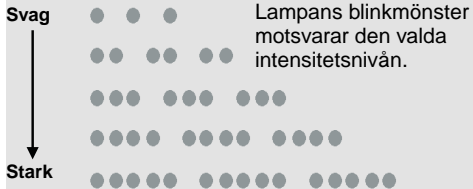
Varje gång du trycker på lägesväljar-knappen ändras läget.



Justering av intensitet

Tryck på ▲ för högre intensitet.
Tryck på ▼ för lägre intensitet.

Intensiteten kan justeras i fem steg, och indikeras av en blinkande lampa.



4

Tryck på strömbrytaren för att stänga AV enheten.

Avsluta massagen

- ※ Massagen avslutas automatiskt efter 15 minuter.
- ※ När batteriet börjar bli svagt minskar intensiteten. Byt ut batterierna mot nya. (Se anvisningarna för batteribyte.)

7. Rengöring och förvaring

■ Rengöra enheten

Rengör med en lätt fuktad trasa (eller en trasa som doppats i ett neutralt rengöringsmedel) och torka försiktigt.

- ※ Använd inte kemikalier (t.ex. thinner eller bensin)
- ※ Låt inte vatten komma in i enheten.

■ Jumboplattor

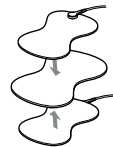
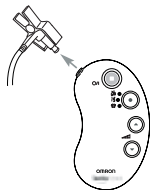
- ※ När jumboplattorna blir smutsiga kan det påverka huden. Torka försiktigt av dem med en våt trasa. Klistereffekten kommer då tillbaka tillfälligt. Använd inte för mycket vatten.

Den individuella användningen av jumboplattorna avgör när det är dags att byta ut dem, men ett riktmärke kan vara att byta ut dem när de har använts ca 30 gånger.

- ※ Om plattorna skadas ersätter du dem med samma jumboplattor eller OMRON plattor med lång livslängd (E plus).

■ Öppna förpackningen

- ① Dra ut kontakten från uttaget när du öppnar förpackningen.
- ② Låt den jumboplatta som har använts sitta kvar på sladden som den är och anslut till elektrodhållaren (en på varje sida).
- ③ Linda upp sladden runt plattan.



■ Förvaring

- Förvara inte jumboplattorna och enheten i miljöer där de kan utsättas för direkt solljus, höga temperaturer, fuktighet, eld, vibrationer eller stötar.
- Förvara inte på platser där barn kan komma åt dem.
- Ta ut batterierna för att undvika läckage när inte enheten används under en längre tid.

8. Felsökning

Problem	Orsak	Lösning
Du känner inte av massagen. Mycket låg intensitet	Är båda jumboplattorna fästa på kroppen?	Fäst båda på kroppen.
	Har du tagit bort den genomskinliga plastfilmen från jumboplattorna?	Ta bort plastfilmen.
	Sitter jumboplattorna ihop?	Sätt inte ihop dem.
	Är sladden ordentligt ansluten?	Sätt i kontakten rätt i uttaget.
	Tycker du att intensiteten känns svagare?	Tryck på ▲.
	Börjar batterierna ta slut?	Byt batterier.

Huden blir rödaktig. Huden kliar.	Är massagetiden för lång?	Använd enheten 10–15 minuter.
	Är båda jumboplattorna fästa ordentligt på kroppen?	Sätt fast båda ordentligt.
	Är jumboplattorna rena och torra?	Torka försiktigt med en våt trasa.
	Är jumboplattorna utslitna?	Byt ut dem mot nya.
Ingen ström-källa	Batterierna är isatta åt fel håll (+ och –).	Sätt i batterierna åt rätt håll.
Strömtillförseln avbruten	Börjar batterierna ta slut?	Byt ut batterierna.
	Är sladden trasig?	Byt ut sladden.
Strömförsörjningen avbröts under användningen.	Enheten stannar automatiskt efter 15 minuter.	
※ Om du inte kan lösa problemen med hjälp av ovanstående förslag, kontaktar du närmaste OMRON-återförsäljare för kontroll och reparation.		

9. Tekniska data

Produktnamn: OMRON Elektronisk nervstimulator

Modell: SoftTouch (HV-F158-E)

Strömkälla: DC 3V (2 st. AAA-batterier)

Batterilivslängd: Nya batterier räcker i ca tre månader (när enheten används 15 minuter per dag, i midjeläge och med maxintensitet).

Obs! De medföljande batterierna är för testanvändning. Dessa batterier kan ta slut innan tre månader har gått.

Utfrekvens: Ca 1–100 Hz

Intensitets: 5 nivåer

Drifttemperatur: 10 till 40 °C

Förvaringstemperatur: -20 till 60 °C

Vikt: Ca 60 g (inkl. batteri)

Yttermått: 55 x 95 x 18 mm (b x h x d)

※ Tekniska data kan ändras utan föregående meddelande.

Tillbehör/reservdelar

OMRON jumboelektrodplattor (2 st.), beställningsnummer 1098186-1
OMRON elektrodplattor med lång livslängd (2 st., inklusive hållare), beställningsnummer 4928818-7
Elektrodsadd, beställningsnummer 1097937-9

SV

9. Tekniska data



= Typ BF



= Varning: Läs bruksanvisningen noggrant.



Produkten och förbrukade batterier ska avfallshanteras i enlighet med gällande bestämmelser för avfallshandling av elektroniska produkter.



Den här produkten bör inte användas av personer med medicinska implantat, t.ex. pacemaker, artificiellt hjärta och lunga eller andra elektroniska livsuppehållande system.

CE 0197



Tillverkare

OMRON HEALTHCARE Co. Ltd.
24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku,
Kyoto, 615-0084 Japan



EU-representant

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.,
Kruisweg 577, NL-2132 NA Hoofddorp, Nederländerna
www.omron-healthcare.com

Dotterbolag

OMRON HEALTHCARE UK LTD., Opal Drive, Fox Milne, Milton
Keynes MK15 ODG, Storbritannien

OMRON MEDIZINTECHNIK, Handelsgesellschaft mbH
Windeckstraße 81a, D-68163 Mannheim, Tyskland
www.omron-medizintechnik.de

OMRON SANTÉ FRANCE

14, rue de Lisbonne
93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Frankrike