



REF: E-CMR60130

4 Újrafelhasználható mell elektróda, elektroterápiás kezeléshez



HASZNÁLATI UTASÍTÁS

HASZNÁLAT ELŐTT FIGYELMESEN OLVASSA EL

TensCare™

Újrafelhasználható mell elektróda elektroterápiás készülékhez

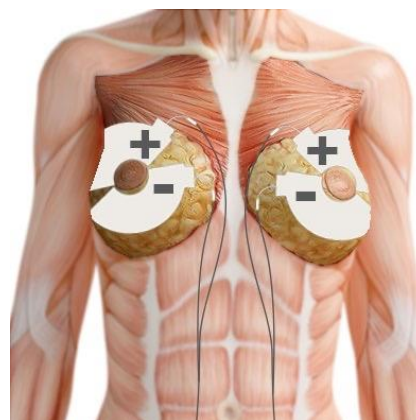
Az elektromos stimuláció képes felépíteni, erősíteni és feszesíteni a mellizmokat. A nagyobb izomtömeg pedig emelő hatást eredményez.

- Kezelés és masszázs a mellék méretének és formájának javításában
- Természetes módszer, amely támogatja a test természetes állapotát
- Hosszú távú eredményt biztosít

A mell különféle ingerlése segíthet a laktáció (tejválasztás) beindításában. A TENS olyan szenzoros stimulációt biztosíthat, amelyet más technikák nem tudnak biztosítani.

Hogyan kell használni

Csatlakoztasd az elektródát a TENS vagy EMS stimulátorhoz úgy, hogy a (+) csatlakozójó vezeték a karhoz legyen a legközelebb, a (-) csatlakozó pedig a szegycsonthoz legyen közelebb.



Megjegyzés: Az elektródapárnákat mindig párban kell használni (két elektródapárna minden csatornán), hogy áramkör alakuljon ki.

- 1) Használat előtt győződj meg róla, hogy a bőr tiszta, zsírmentes és száraz.



Ne helyezd az elektródákat olyan bőrre, amely nem rendelkezik normális érzékeléssel, vagy sérült bőrre.

- 2) Nyomd a vezeték tús végeit erősen az elektró “farkinca” csatlakozóhüvelyébe.
- 3) Húzd le az elektródákat a műanyag védőlapról úgy, hogy óvatosan megfogod az egyik sarkát és lehúzd a lapról.



Soha ne húzd meg a kábelnél fogva!

Mindig ellenőrizd, hogy a készülék **kikapcsolt** állapotban van-e, mielőtt felhelyezed vagy eltávolítod az elektródapárnákat.

- 4) Az elektródabetétek ragasztó oldalát a képen látható módon helyezd fel, úgy, hogy a felső és alsó elektródák a mellizom vonala mentén helyezkedjen el.

- 5) Távolítsd el az elektródákat a bőrről úgy, hogy megfogod az elektróda szélét és óvatosan lehúzd.
- 6) Használat után mindig tedd vissza az elektródákat a műanyag lapra és helyezd vissza az újrazárható műanyag zacskóba.

Tonizáláshoz:

Használd EMS egységgel, mint például a **perfect BEAUTY**, **perfect EMS** vagy **Sports TENS**. Válassz egy izomtónus javító (mell emelő) programot és indítsd el.

Laktáció (tejelválasztás) beindításához:

Használd TENS készülékkel, mint például a **perfect TENS** vagy a **perfect mamaTENS**. A maximális előnyök elérése érdekében válassz Burst üzemmódú programokat (2 sorozat másodpercenként), mint például a **perfect TENS C** program vagy a **perfect mamaTENS A1** program.

- Helyezd az elektródapárnát a mell a mellbimbó mindkét oldalán, 1-2 cm-re az areolától. Egy mellet ugyanabból a csatornából származó vezeték két vége segítségével kell csatlakoztatni: az egyik elektródapárnát a (+), a másikat a (-) vezetékhez kell csatlakoztatni.
- Válaszd ki a programot, és kétóránként 15 percig használd. A mellben lévő érzékelőidegek TENS készülékkel történő stimulálása a csecsemő szopását imitálja (>100-szor percenként), ami a szervezeted a szoptatáshoz szükséges hormon, a prolaktin termelésére készíti. Ennek az ingerlésnek enyhe bizsergető érzést kell kiváltania. A prolaktin az agyalapi mirigyből kb. 4-5 diszkrét impulzusban szabadul fel 15-20 perc alatt a szopással. Ezt követően egy ideig nem történik további felszabadulás, így a mell 20 percnél hosszabb ideig tartó stimulálása szükségtelen, mert nem okoz Prolaktin felszabadulást.
- Amint elkezdődik a tejelválasztás, ne használja a TENS-t a rendszeres szoptatás helyettesítésére, mert az alveolusokban maradó tej visszkapcsolhatja az alveolusokat.

Mikor szükséges megindítani a tejelválasztást?

A szoptatás nagy küzdelmet jelenthet egyes leendő anyáknak, különösen az örökbefogadó anyáknak vagy a béranyákat igénybe vevő anyáknak. A szoptatás nem csupán a baba éhségének kielégítését és a lehető legjobb növekedést jelenti, hanem mindig az anya és a

baba közötti kötődés kialakítását is. Sok nő a szoptatás megindítására vágyik az anya és a baba által egyaránt megtapasztalt érzelmi előnyök és a kapcsolati közelség miatt.

A szoptatás indukálásának folyamata nem bonyolult, de lassú lehet, és ajánlott a stimulációt körülbelül 6 héttel a baba érkezése előtt elkezdni. A nap folyamán legalább 3-4 óránként 10-15 percig aktívan kell stimulálnia a melleit. Néhány nap vagy hét (vagy hónap) stimulálás után várható a mellek és a mellbimbók megduzzadása. Nagyon érezhető, fájdalmas és nyomás alatt lévő. Ezek mind normális jelei annak, hogy új tejtermelő mirigyszövetek fejlődnek a mellekben. Ez szükséges ahhoz, hogy a tejtermelés elinduljon. Amint megjelenik a tej, és még nem szoptatsz, használj kórházi minőségű mellszívót a mell kiürítéséhez, miután használtad a TENS készüléket. A mellek kiürítése segíti a nagyobb mértékű szoptatást.

Tanácsadás

- A mellékelt elektródabetétek újrafelhasználhatók, de egy személy számára készültek.
- A mellékelt elektródák latexmentesek.
- A legjobb vezetőképesség elérése érdekében ügyelj arra, hogy az elektródák jó állapotban és tapadósak legyenek.
- Cseréld ki az elektródákat, ha azok elveszítik ragadós voltukat vagy kiszáradnak.
- Nagyon meleg időben az elektródán lévő gél megpuhulhat.

Tárolási élettartam

Az elektródabetéteknek a bőr állapotától és a páratartalomtól függően 12-20 alkalmazásig kell tartaniuk.

Egy bontatlan csomag elektróda tárolási ideje 2 év. Ezt befolyásolhatja a nagyon magas hőmérséklet vagy a nagyon alacsony páratartalom.

Fontos: Tartsd be az összes Ellenjavallatot, Óvintézkedést és Figyelmeztetést, amely az elektródákkal együtt használt készülékre vonatkozik.

TensCare Ltd.

PainAway House,
9 Blenheim Road, Longmead Business Park, Epsom, Surrey
KT19 9BE, UK

