

perfect  
**PFE**

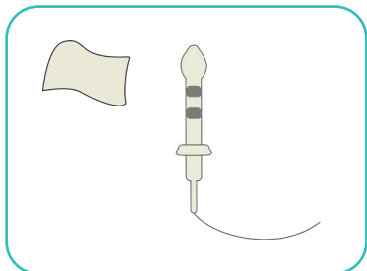


## INSTRUCTIES VOOR GEBRUIK

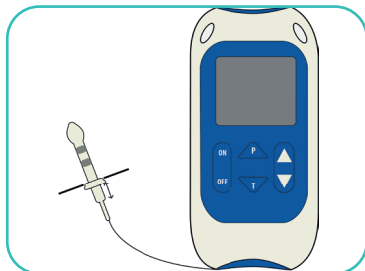
AANDACHTIG LEZEN VOOR GEBRUIK

TensCare™

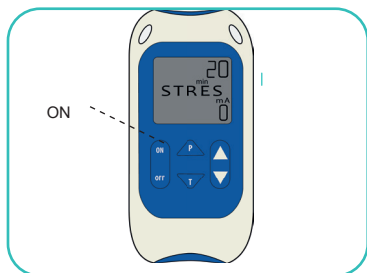
## SNELSTARTGIDS



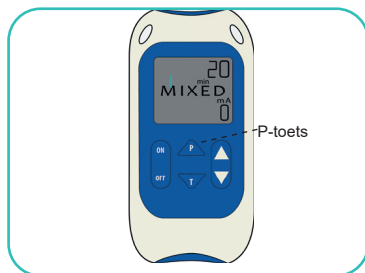
Reinig de probe met een alcoholvrij antibacterieel doekje of met warm zeepsop



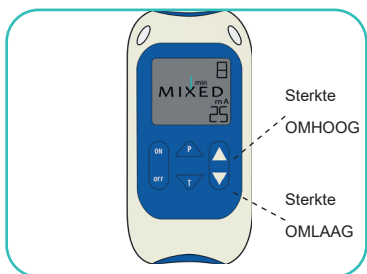
Verbind het apparaat met de anale probe en plaats de probe



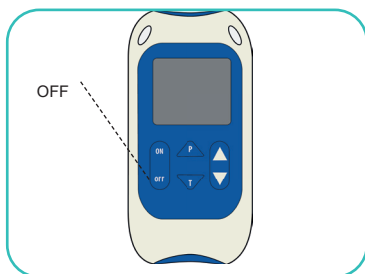
Houd de ON-toets ingedrukt om het apparaat in te schakelen



Selecteer het programma met de P toets



Regel de uitgangintensiteit met ▲ en ▼



Houd de toets OFF ingedrukt om het apparaat uit te schakelen

Beste klant,

Dank u voor uw keuze voor **Perfect PFE**. TensCare staat voor hoogwaardige, grondig geteste producten voor toepassingen op het gebied van zachte elektrotherapie, spierversterking, continentiemanagement en pijnverlichting tijdens de bevalling.
















Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door en bewaar ze voor later gebruik; zorg ervoor dat ze toegankelijk is voor andere gebruikers en neem de informatie in acht.

Met vriendelijke groet,  
Uw TensCare Team

# INHOUD

1.	INLEIDING.....	6
2.	BEOOGD GEBRUIK.....	6
3.	PERFECT PFE KENMERKEN.....	7
4.	BEKKENBODEM OEFENINGEN.....	7
	4.1 BEKKENBODEMSPIEREN.....	7
	4.2 BEKKENBODEMSOEFENINGEN UITVOEREN.....	9
5.	SOORTEN INCONTINENTIE.....	10
6.	HOE "EMS" WERKT.....	11
7.	HOE "TENS" WERKT.....	12
8.	CONTRA-INDICATIES, WAARSCHUWINGEN EN VOORZORGMAATREGELEN.....	14
9.	INFORMATIE OVER DE PROGRAMMA-INSTELLINGEN.....	17
10.	PROGRAMMA'S.....	18
	10.1 PROGRAMMA INSTELLINGEN .....	18
	10.2 VOORAFINGESTELDE PROGRAMMA'S.....	18
11.	INHOUD.....	20
12.	INFORMATIE OVER HET TOESTEL.....	21
	12.1 BEDIENING & DISPLAY.....	21
	12.2 GEBRUIKSAANWIJZING.....	22
13.	HET INSTELLEN EN GEBRUIKEN VAN DE PERFECT PFE.....	24
	13.1 INSTALLATIE VAN BATTERIJEN.....	24
	13.2 AANSLUITDRADEN.....	25
	13.3 VOORBEREIDING.....	25
	13.4 BEHANDELINGSSESSIE.....	26
	13.5 NA UW BEHANDELSESSIE.....	28
14.	REINIGING & OPSLAG.....	28
15.	EMC.....	28
16.	VERWIJDERING VAN AFGEDANKTE ELEKTRISCHE EN ELEKTRONISCHE PRODUCTEN (WEEE).....	29
17.	ACCESSOIRES.....	29
18.	GARANTIE.....	30
19.	OPLOSSEN VAN PROBLEMEN.....	31
20.	ALGEMENE SPECIFICATIE.....	35

## GEBRUIKTE SYMBOLEN

	TYPE BF TOEGESTAANDE DEEL: Apparatuur die een mate van bescherming biedt tegen elektrische schokken, met een geïsoleerd toegepast deel. Geeft aan dat dit apparaat geleidend contact heeft met de eindgebruiker.
	Dit symbool op het toestel betekent "Raadpleeg de gebruiksaanwijzing".
	Temperatuurbepering: geeft de temperatuurgrenzen aan waaraan het medische hulpmiddel veilig kan worden blootgesteld.
	Partijnummer: geeft de partijnummer van de fabrikant aan, zodat de partij of het lot kan worden geïdentificeerd.
	Vochtigheidslimiet: geeft de vochtigheidslimieten aan waaraan het medische hulpmiddel veilig kan worden blootgesteld.
	Serienummer: geeft het serienummer van de fabrikant aan, zodat een specifiek medisch hulpmiddel kan worden geïdentificeerd.
	Niet bij het huisvuil werpen.
	Catalogusnummer: geeft het catalogusnummer van de fabrikant aan, zodat het toestel kan worden geïdentificeerd.
	Atmosferische druk: geeft de atmosferische grenzen aan waaraan het medisch hulpmiddel veilig kan worden blootgesteld.
	Fabrikant Symbool
	Fabricagedatum: geeft de datum aan waarop het medische hulpmiddel werd vervaardigd. Deze is opgenomen in het serienummer op het hulpmiddel (gewoonlijk op de achterkant van het hulpmiddel), hetzij als "E/Jaar/Nummer" (JJ/123456) of "E/Maand/Jaar/Nummer" (MM/JJ/123456).
	CE-markering
	Medisch hulpmiddel
	Dit medische hulpmiddel is bestemd voor thuisgebruik.
<b>IP22</b>	Dit medische hulpmiddel is niet waterbestendig en moet worden beschermd tegen vloeistoffen. De gelede testvinger van 12 mm ø, 80 mm lengte, moet voldoende afstand hebben tot gevaarlijke delen, en beschermd zijn tegen vaste vreemde voorwerpen van 12,5 mm ø en groter. Het tweede getal 2: Beschermd tegen verticaal vallende waterdruppels wanneer de behuizing wordt gekanteld tot een hoek van 15°. Verticaal vallende druppels mogen geen schadelijke gevolgen hebben wanneer de overdekking wordt gekanteld onder een hoek tot 15° aan weerszijden van de verticaal.
	Importeur Symbool

## 1. INLEIDING

### Beschrijving en ontwerp van het apparaat

Blaaslekkage en incontinentie zijn veelvoorkomende problemen voor zowel vrouwen als mannen, die hun gezondheid op de lange termijn beïnvloeden. Het trainen van de bekkenbodemspieren wordt erkend als de manier om symptomen van incontinentie en bekkenbodempzwakte te voorkomen en te behandelen.

De **perfect PFE** is een aangedreven spierstimulator die wordt gebruikt voor het versterken van de bekkenbodemspieren.

Het stuurt een zachte stimulatie (vergelijkbaar met uw natuurlijke zenuwimpulsen) rechtstreeks naar uw bekkenbodemspieren via een anale probe met roestvrijstalen elektroden of met optionele elektrodenpads. Deze signalen zorgen ervoor dat je bekkenbodemspieren samentrekken. Als u bent vergeten hoe u ze moet samentrekken, moeite heeft om spierrespons te krijgen, of gewoon de conditie van uw bekkenbodemspieren wilt herstellen, kan de **perfect PFE** ze voor u trainen om hun kracht op te bouwen en u te helpen uw eigen conditie te ontwikkelen. Het is een perfecte aanvulling op bekkenbodem oefeningen. De **perfect PFE** is zeer gebruiksvriendelijk, met vier duidelijk gelabelde vooraf ingestelde trainingsprogramma's, een vijfde programma voor chronische bekkenpijn en een eenvoudige bediening.

De **perfect PFE** biedt verlichting bij aandoeningen zoals:

- **Urine- en fecale incontinentie:** inclusief stress-, aandrang- en gemengde vormen, evenals urine-incontinentie na prostatectomie bij mannen. Bovendien kan het de seksuele intimiteit helpen verbeteren door de bekkenbodemspieren te versterken.
- **Chronische prostatitis/chronisch bekkenpijnsyndroom:** onverklaarbare chronische bekkenpijn geassocieerd met irritatieve plasklachten en/of pijn in de lies, genitaliën of perineum in afwezigheid van pyurie en bacteriurie.
- Anale stimulatie kan ook helpen bij mannen die anders niet in staat zijn om Kegel-oefeningen uit te voeren om hun bekkenbodem te versterken. Bekkenbodemspiertraining wordt aanbevolen voor herstel van sommige oorzaken van erectiestoornissen. Het is echter niet bedoeld om medische problemen te behandelen en uw eerste stap bij het bepalen van de juiste therapie moet zijn om uw professionele medisch adviseur te raadplegen.

Kan ook voor niet-medische doeleinden worden gebruikt om:

- een gezonde stoelgang behouden
- het rectale gevoel verbeteren voor meer plezier
- bekkenkracht verbeteren

## 2. BEOOGD GEBRUIK



**Perfect PFE** is een medisch hulpmiddel dat is ontworpen voor gebruik in de thuiszorg

omgeving om symptomen van urine- en/of fecale incontinentie te behandelen en is geschikt voor gebruik door iedereen die het apparaat kan bedienen en de instructies kan begrijpen.

**Perfect PFE** kan de symptomen van chronische prostatitis/chronische bekkenpijn helpen verlichten.

Gebruik het apparaat niet voor een ander doel dan waarvoor het bedoeld is.



**Waarschuwing** : Niet geschikt voor gebruik bij kinderen zonder medisch toezicht.

### **3. PERFECT PFE KENMERKEN**

---

- **Enkel Kanaal**

Eenkanaalsapparaat voor de behandeling van symptomen van urine- en fecale incontinentie via een anale probe met instelbare diepte.

- **Comfortabele Stimulatie**  
Zachte stimulatie met fijnafstellingsinstellingen voor verschillende intensiteitsniveaus, 1 mA per stap.

- **5 vooraf ingestelde programma's**  
EMS-programma's waaronder STRES, URGE, MIXED en TONE nazorg; en aanvullend TENS-programma voor verlichting van prostatitispijn en bekkenpijn.

- **Geheugen**

Voorzien van 3 functies: programmabehoud (start automatisch in het laatst gebruikte programma), aantal gebruiksmomenten en gebruikstijd.

- **Behandelingstimer**

Het apparaat is standaard ingesteld op een behandeling van 20 minuten om ervoor te zorgen dat de bekkenbodemspieren niet overbelast raken.

De gebruiker kan dit handmatig resetten

(Continu, 10, 20, 30, 45, 60 of 90 minuten).

- **Detectie van open circuit**

Zet de sterkte automatisch terug op nul als de elektrodenpads niet correct zijn aangebracht.

- **Automatische toetsenbordvergrenzeling**

Automatische toetsenbordvergrenzeling voorkomt dat instellingen per ongeluk worden gewijzigd.

- **Groot LCD-scherm**

Toont duidelijk de werking van het toestel en het programma en de intensiteit die worden gebruikt.

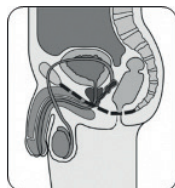
### **4. BEKKENBODEM OEFENINGEN**

---

#### **4.1 BEKKENBODEMSPIEREN**

---

De "BODEM" van uw bekken bestaat uit spierlagen die de darm, blaas, urethra en baarmoeder ondersteunen. Deze spieren zijn als een hangmat, of de bodem en zijkanten van een kom, in vorm. Ze lopen van het schaambeent aan de voorkant naar het einde van de wervelkolom (of staartbeen) aan de achterkant.



De bekkenbodemspieren:

- Assisteren bij het ondersteunen van de buik- en bekkenorganen.
- Werken met de buik- en rugspieren om de wervelkolom te stabiliseren en te ondersteunen.

Bekkenbodemspieren zijn ook belangrijk voor de seksuele functie.

De bekkenbodemspieren kunnen echter zwak worden. Als uw bekkenbodemspieren uitgerekt of verzwakt raken, worden uw bekkenorganen mogelijk niet meer volledig ondersteund en kunt u de controle over uw blaas of stoelgang verliezen. Bekkenbodemspieren kunnen zwakker worden gemaakt door:

- Bepaalde behandelingen voor prostaatkanker (operatie, radicale prostatectomie of transurethrale resectie van de TURP prostaat);
- Constipatie;
- Overgewicht hebben;
- Zwaar tillen;
- Langdurig hoesten (zoals rokershoest, bronchitis of astma); of
- Niet fit zijn.

Veelvoorkomende symptomen die kunnen wijzen op een bekkenbodemprobleem zijn:

- Per ongeluk urine lekken tijdens het sporten, lachen, hoesten of niezen
- Haastig naar het toilet moeten of er niet op tijd zijn
- Constant naar het toilet moeten
- Moeite hebben met het legen van de blaas of darmen
- Per ongeluk de controle over de blaas of darm verliezen
- Per ongeluk passerende wind
- Pijn in uw bekkengebied
- Pijnlijke seks, of
- Een verzakking

Bij mannen kan dit worden gevoeld als een uitstulping in het rectum of het gevoel de darm te moeten gebruiken, maar niet echt te hoeven gaan.

Net als andere spieren in uw lichaam, kan de bekkenbodem worden versterkt door regelmatig te sporten. Door de bekkenbodemsterkte op te bouwen, kunnen de spieren uw bekkenorganen beter ondersteunen, verbeterd u de controle over uw blaas en darmen en kunt u onopzettelijke urine-, ontlastings- of windlekkage stoppen.

Mannen met stress-incontinentie - dat wil zeggen mannen met blaaslekkage als ze hoesten, niezen of actief zijn - zullen merken dat bekkenbodemspieren trainen kan helpen om dit probleem te overwinnen.

Bekkenbodemspieren trainen kan ook nuttig zijn voor mannen die dringend vaker moeten plassen (aandringincontinentie genoemd).

Mannen die problemen hebben met de controle over hun darmen, kunnen merken dat het trainen van hun bekkenbodem de spier kan helpen die de achterpassage afsluit. Deze spier is een van de bekkenbodemspieren.

Het kan ook uw risico op verzakking verminderen, uw herstel van urologische chirurgie verbeteren en uw seksueel genot vergroten. Een continentietherapeut kan u helpen uw bekkenbodemspieren te trainen.

Door slechts een paar bekkenbodem oefeningen per dag te doen, kunt u blaaszwakte of verzakkingssymptomen behandelen en later problemen helpen voorkomen.



## 4.2 BEKKENBODEMOEFENINGEN UITVOEREN

Het wordt aanbevolen om bekkenbodemoefeningen (ook wel Kegel-oefeningen genoemd) onderdeel te maken van uw dagelijks leven.

1) Kegel-oefeningen kunnen op elk moment worden gedaan en zijn zeer discreet, zodat je ze bijna overal kunt doen; in bed liggen, achter de computer zitten of wachten op een bus. Het is een goed idee om te proberen een routine te ontwikkelen die u elke dag kunt herhalen.

2) Ten eerste is het belangrijk om uw bekkenbodemspieren te vinden en te voelen werken. Dus hier is een techniek die zou kunnen helpen: Probeer de urinestroom tijdens het plassen te stoppen. Als je succesvol bent, weet je dat je de juiste spieren traint.



**Opmerking:** Deze techniek is alleen om u te helpen bevestigen dat u de juiste spieren gebruikt. Het is belangrijk om een lege blaas te hebben voordat u met de oefeningen begint.

Bekkenbodemoefeningen kunnen altijd en overal worden gedaan. Je kunt ze staand, gehurkt of liggend uitvoeren, maar in het begin vind je het misschien makkelijker om de oefeningen zittend te doen:

- Ga op een stoel, toiletbril of toiletdeksel zitten.
- Zorg ervoor dat uw voeten plat op de grond staan en dat uw benen iets uit elkaar staan.
- Leun naar voren en laat uw ellebogen op uw knieën rusten.

Er zijn twee soorten oefeningen: slow twitch en fast twitch. Het is belangrijk dat u elke keer dat u uw bekkenbodemspieren traint eerst de slow twitch doet en daarna de fast twitch.

### Om de slow-twitch-oefeningen uit te voeren:

- 1) Sluit de spieren rond de rugpassage en trek ze op, alsof u probeert de passerende wind te stoppen. Zorg ervoor dat u uw bilspieren niet aanspant (spannen) terwijl u dit doet.
- 2) Sluit nu en trek de spieren rond uw urethra op, alsof u probeert de urinestroom te stoppen.
- 3) Probeer uw adem niet in te houden, adem normaal. Trek omhoog en tel hoe lang je de aanspanning kunt vasthouden. Als je 10 tellen kunt volhouden, ontspan dan 10 tellen.
- 4) Herhaal dit totdat u zich moe voelt.
- 5) Na verloop van tijd zou u in staat moeten zijn om de tijdsduur die u kunt volhouden te verlengen.

### Om de fast-twitch oefeningen uit te voeren:

- 1) Trek de bekkenbodemspieren op zoals voorheen.
- 2) Houd een seconde vast en ontspan dan.
- 3) Herhaal dit totdat je spieren moe aanvoelen.

Bekkenbodemspieren raken snel vermoeid en u zult merken dat het in het begin veel concentratie vereist om deze oefeningen correct uit te voeren. Als je merkt dat de spieren te snel 'loslaten' en dat je ze niet lang kunt vasthouden, houd ze dan gewoon zo lang mogelijk vast. Als je de samentrekking maar drie tellen kunt vasthouden, trek

dan elke keer dat je je oefeningen doet de spieren drie tellen aan. Probeer geleidelijk tot vier te werken, dan vijf enzovoort. Als je eenmaal vertrouwen hebt in het doen van de oefeningen, probeer ze dan in andere posities te doen, zoals staand of gehurkt. Vergeet niet om uw bekkenbodemspieren aan te spannen tijdens en na elke activiteit waardoor u gaat lekken - zoals opstaan uit een stoel of hoesten - zodat aanspannen een automatische reactie wordt.

Tijdens het uitvoeren van de oefeningen is het belangrijk om niet:

- Uw billen samen te knijpen
- Uw knieën naar elkaar toe te brengen
- Uw adem in te houden
- Uw schouders, wenkbrauwen of tenen omhoog te tillen

Maak je geen zorgen als je het in het begin moeilijk vindt om drie seconden vast te houden. Knijp gewoon zo lang als je je prettig voelt om dit te doen.

Hoe meer je beweegt, hoe sterker de spieren worden en hoe langer je kunt knijpen.



**Opmerking:** Het is belangrijk om te streven naar aanspanningen van goede kwaliteit, niet naar kwantiteit, dus een paar keer goed hard knijpen is beter dan een reeks zwakke.

Door uw perfect PFE-bekkenbodestimulator in combinatie met Kegel oefeningen te gebruiken, krijgt u een beter begrip van hoe ze werken en hoe u er het meeste voordeel uit kunt halen.

## **5. SOORTEN INCONTINENTIE**

---

Er zijn drie soorten incontinentie: stress, aandrang en gemengd.

### **Stressincontinentie**

Als u urine verliest wanneer u hoest, niest, lacht, zich inspannt of plotselinge bewegingen maakt, wordt dit stressincontinentie genoemd. Het komt vooral vaak voor bij mannen na radicale prostatectomie en treedt op wanneer de blaashals en de andere mechanismen die de urine in de blaas vasthouden niet goed werken. De meest voorkomende oorzaak is een zwakke bekkenbodem.

### **Aandrangincontinentie**

Beschrijft een overactieve blaas. Een persoon kan een sterke en plotselinge drang ervaren om naar het toilet te gaan, maar kan het niet altijd volhouden, of moet zo vaak gaan dat het ongemakkelijk wordt.

### **Gemengde incontinentie**

Is een combinatie van zowel stress- als aandrangincontinentie.

### **Fecale incontinentie**

Fecale incontinentie kan het gevolg zijn van verzwakte of slecht functionerende anale sluitspieren of schade aan de zenuwen die deze aansturen. Het doel is om de anale sluitspier en andere spieren van de bekkenbodem opnieuw aan te leren om samen te trekken. De behandelingen zijn gericht op graduele actieve oefeningen om de bekkenbodemspierkracht en het uithoudingsvermogen te verbeteren en functie terug te krijgen.

U kunt baat hebben bij de **perfect PFE** als u ofwel geen actieve anale sluitspiercontractie heeft, ofwel een zwakke of slecht aanhoudende contractie heeft. Gebruik de **STRES-** of **TONE**-programma's. De intensiteit moet zo sterk mogelijk zijn zonder pijnlijk te zijn. Probeer indien mogelijk de spieren samen te trekken met de **perfect PFE**.

### **Urine-incontinentie na prostatectomie**

In sommige onderzoeken is gevonden dat elektrische stimulatie urineincontinentie bij mannen helpt na radicale prostatectomie. Kies het programma afhankelijk van het type incontinentie waaraan u lijdt en verhoog de intensiteit tot de hoogst verdraagbare.

### **Chronische prostatitis/chronisch bekkenpijnsyndroom:**

Onverklaarbare chronische bekkenpijn geassocieerd met irritatieve symptomen van plassen en/of pijn in de lies, genitaliën of perineum in afwezigheid van pyurie en bacteriurie. Laagfrequente stimulatie stimuleert de afgifte van endorfine - het natuurlijke pijnverlichtingsmechanisme van uw lichaam - om pijn te verminderen zonder bijwerkingen.

## **6. HOE 'EMS' WERKT**

E.M.S. staat voor Electrical Muscle Stimulation en wordt met succes gebruikt bij medische revalidatie en training in wedstrijdporten. EMS zorgt voor een intensieve en effectieve spiercontractie.

Bij revalidatie is EMS een gevestigde methode voor de behandeling van een breed gebied van musculoskeletale

diagnoses en bekkenbodempzwakte. Elektrische stimulatie van een intact perifeer zenuwstelsel kan motorische reacties veroorzaken bij patiënten met een verminderd of verloren vermogen tot vrijwillige spieractiviteit.

EMS is een aanvulling op andere fysiotherapie en moet altijd worden gecombineerd met actieve training zoals Kegel-oefeningen (zie rubriek 4.2.).

### **Voordelen van EMS**

Het gebruik van EMS kan leiden tot snellere voortgang in het behandelprogramma van de patiënt. De methode is eenvoudig en geschikt voor behandeling in de klinische setting en voor zelfbehandeling thuis.

### **Hoe EMS werkt**

Elektrische spierstimulatoren kunnen een vitale rol spelen bij het onderwijzen van vrouwen en mannen over hun bekkenbodem en het gevoel dat ze zouden moeten voelen bij het doen van bekkenbodemoefeningen. Elektrische bekkenbodetrainers (PFE) bieden een niet-invasieve methode voor het produceren van samentrekking van spieren via een zachte stimulatie van de bekkenbodem door een discrete probe of elektrodenpads wanneer ze dicht bij de zenuw worden geplaatst die de bekkenbodemspieren aanstuurt. Deze stroom gaat vervolgens naar de zenuwvezels die dat deel van de spier aansturen, waardoor het wordt gestimuleerd om samen te trekken. Elektrische stimulatie (EMS) activeert dus kunstmatig een spier voor u, waardoor u uw eigen spiercontrole kunt ontwikkelen. Deze

samentrekkingen oefenen de spieren uit en bouwen, zoals bij elke vorm van oefening, als ze regelmatig worden uitgevoerd, krachtige en strakkere spieren.

Bij aandringincontinentie werken bekkenbodetrainers op een iets andere manier. De elektrische stimulatie is bedoeld om uw blaasspieren te kalmeren in plaats van uw bekkenbodem te trainen. **Perfect PFE** gebruikt een zachtere, lage frequentie-instelling die de afgifte van endorfine bevordert en onvrijwillige samentrekkingen van de blaas (detrusor) spier vermindert.

Verschillende frequenties hebben verschillende effecten; lage frequenties (1-10 Hz) gekoppeld aan lange impulstijden hebben bijvoorbeeld een zuiverende en ontspannende werking door individuele samentrekkingen, waardoor tegelijkertijd de doorbloeding in de behandelde spier wordt verbeterd en de afvoer van metabolische eindproducten wordt ondersteund (lymfedrainage). De zuurstoftoevoer naar de spier wordt verbeterd.

Daarentegen kunnen middelhoge frequenties (20-50 Hz) door een snelle opeenvolging van contracties (fibrillatie) de spier sterk belasten, waardoor de spierstructuur wordt bevorderd.

Elk vooraf ingesteld programma heeft een specifieke frequentie en pulsduur die de beste resultaten bieden voor het type incontinentie dat wordt behandeld.

## 7. HOE “TENS” WERKT

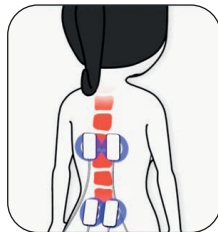
---

T.E.N.S. staat voor Transcutane Elektrische Zenuw Stimulatie. T.E.N.S. stimuleert je lichaamseigen natuurlijke afweer tegen pijn, namelijk het vrijkomen van endorfine. TENS is volkomen veilig en wordt al door duizenden pijnpatiënten met succes toegepast.

**TENS zendt een zachte stimulatie door de huid die op TWEE manieren werkt:**

### Pijnpoort

Het stimuleert de gevoelszenuwen, die tast- en temperatuursignalen doorgeven. Deze zenuwen gaan naar dezelfde verbindingen in de wervelkolom als de zenuwen die pijn overbrengen. Een sterk zintuiglijk signaal blokkeert het pijnsignaal dat via de ruggenwervels naar de hersenen gaat. Dit staat bekend als het sluiten van de “pijnpoort” en treedt vrij snel in werking nadat het apparaat is ingeschakeld. Als de poort open is, komen pijnsignalen in de hersenen terecht en voelen we pijn. Als de poort gesloten is, worden deze pijnsignalen geblokkeerd en voelen we geen pijn.

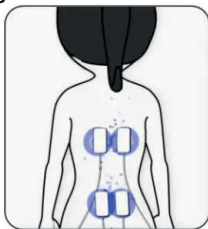


Er zijn aanwijzingen dat TENS pijnverlichting teweegbrengt op een soortgelijke manier als 'wrijven over de pijn'. De pijnpoort kan worden gesloten door activering van mechanoreceptoren door 'wrijven over de huid'.

Wetenschappelijk gezien werkt de pijnpoort door het vrijkomen van chemische stoffen in de synaps op ruggenmergniveau die de overdracht van pijnsignalen remt.

### Endorfine afgifte

Bij lage frequentie-instellingen en iets sterkere outputs, drijft TENS de motorzenuwen aan om een kleine repetitieve spiercontractie te produceren. Dit wordt door de hersenen gezien als oefening, en dit bevordert het vrijkomen van endorfine - uw lichaamseigen natuurlijke pijnstillers. De verlichting bouwt zich op en duurt normaal gesproken ongeveer 40 minuten om een maximaal niveau te bereiken, dat nog uren kan aanhouden nadat het apparaat is uitgeschakeld.



Door gebruik te maken van TENS, kunt u een aanzienlijke vermindering van de pijn verwachten - zo niet een volledige verlichting van de pijn.

- TENS is effectief bij pijn door een zeer breed spectrum van oorzaken.
- TENS-apparaten kunnen worden gebruikt om pijn als gevolg van problemen in spieren, gewrichten en zenuwen te helpen verminderen.

- Het kan ook worden gebruikt voor mensen met pijn aan het bewegingsapparaat, zoals langdurige (chronische) rugpijn of artritis van het kniegewricht. **Perfect mamaTENS** is ontworpen om te worden gebruikt voor pijnverlichting in de vroege stadia van de bevalling, met name terwijl de zwangere vrouw thuis blijft.
- TENS kan ook worden gebruikt voor de behandeling van vele soorten pijn, zoals menstruatiepijn en endometriose (zie **Ova+**), blaasontsteking, sportblessures, fibromyalgie en neuralgie, fasciitis plantaris, postoperatieve pijn, TMJ stoornis, diabetische neuropathie, artrose en soms niet-pijnlijke aandoeningen zoals reisziekte.
- U kunt programma's met een lage frequentie (<10 Hz) op acupunctuurpunten gebruiken, om soortgelijke effecten te bereiken als met acupunctuur.
- Bij neurogene pijn (veroorzaakt door ontstoken zenuwen) zoals neuralgie, kan TENS beginnen met het verhogen van de pijn. Wij raden aan dat u TENS voor deze aandoeningen alleen onder medisch toezicht gebruikt.

U kunt TENS veilig gebruiken zolang het u pijnverlichting geeft. Het effect kan na een paar uur afnemen (dit wordt "accommodatie" genoemd). Als dit gebeurt, neem dan een pauze van een uur of zo voordat u het opnieuw probeert. Als u instellingen gebruikt die spierbeweging veroorzaken gedurende meer dan 40 minuten, kunt u een paar uur later spierpijn krijgen.

## 8. CONTRA-INDICATIES, WAARSCHUWINGEN EN VOORZORGS- MAATREGELLEN

---

### In deze handleiding:



Een **contra-indicatie** wordt gebruikt wanneer een hulpmiddel niet mag worden gebruikt omdat het risico van het gebruik duidelijk groter is dan de te voorziene voordelen en kan leiden tot ernstig letsel of de dood.



Een **waarschuwing** wordt gebruikt wanneer het niet opvolgen van de instructies kan leiden tot ernstig letsel of de dood.



**Let op** wordt gebruikt wanneer het niet opvolgen van de instructies kan leiden tot licht of middelzwaar letsel, of schade aan het apparaat of andere eigendommen.



**Opmerkingen** worden gebruikt om verduidelijking of aanbevelingen te geven.



### CONTRA-INDICATIES:

**NIET gebruiken** als u een pacemaker hebt (of als u een hartritmestoornis hebt) of met elektronische medische apparatuur. *Gebruik van dit toestel met elektronische medische apparatuur kan een foutieve werking van het toestel veroorzaken. Stimulatie in de directe omgeving van een geïmplanterd apparaat kan sommige modellen beïnvloeden.*

**NIET gebruiken** in de eerste 6 weken na een operatie in het te behandelen gebied.

*Stimulatie kan het genezingsproces verstoren.*

**NIET gebruiken** als u symptomen heeft van een actieve urineweginfectie of plaatselijke laesies. *Het inbrengen van de probe kan gevoelig weefsel irriteren.*

**NIET gebruiken** als u een slecht gevoel in het bekkengebied heeft. *Het is mogelijk dat u de intensiteit van de stimulatie niet veilig kunt regelen.*



### WAARSCHUWINGEN:

**NIET gebruiken** als u de probe niet goed kunt inbrengen. Als u een ernstige verzakking heeft, of als er enig ongemak optreedt bij het inbrengen van de probe, raadpleeg dan uw arts voor gebruik.

**NIET gebruiken** tijdens het rijden, het bedienen van machines of soortgelijke handelingen waarbij spiercontrole vereist is. *Loszittende elektrodenpads, beschadigde aansluitdraden of plotselinge veranderingen in het contact kunnen kortdurende onwillekeurige spierbewegingen veroorzaken.*

**NIET gebruiken** om ongediagnosticeerde pijn te maskeren of te verlichten. *Dit kan de diagnose van een progressieve aandoening vertragen.*

**NIET gebruiken** als u in het te behandelen gebied: actieve of vermoede kanker of ongediagnosticeerde pijn met een voorgeschiedenis van kanker heeft. *Stimulatie direct door een bevestigde of vermoede maligniteit moet worden vermeden omdat het de groei kan stimuleren en de verspreiding van kankercellen kan bevorderen.*

**Gebruik GEEN** elektrodenpads aan de voorkant van de nek. Stimulatie aan de voorkant van de nek kan uw hartslag beïnvloeden of samentrekking van de keel veroorzaken.

**Gebruik GEEN** optionele elektrodenpads op de borst. Zeer sterke stimulatie over de borst kan een extra hartslag veroorzaken.

**Gebruik** de Perfect PFE **NIET** terwijl deze tegelijkertijd is aangesloten op chirurgische apparatuur met een hoge frequentie. Dit kan leiden tot brandwonden op de plaats van de stimulatorelektroden en mogelijke beschadiging van de stimulator..

**Gebruik** de Perfect PFE **NIET** in de nabijheid (bijv. 1 m) van een kortegolf of magnetron, omdat dit instabiliteit in de uitvoer van de stimulator kan veroorzaken.

**Gebruik GEEN** elektrodenpads in de buurt van de borstkas, omdat dit het risico van hartfibrillatie kan verhogen.



#### **LET OP:**

**Voorzichtigheid** is geboden als u een bloedingstoornis hebt, omdat stimulatie de bloedstroom naar de gestimuleerde regio kan verhogen.

**Voorzichtigheid** is geboden bij vermoeden of diagnose van epilepsie, omdat elektrische stimulatie de aanvalsdrempel kan beïnvloeden.

**Voorzichtigheid** is geboden wanneer het apparaat wordt gebruikt terwijl het tegelijkertijd is aangesloten op bewakingsapparatuur met op het lichaam gedragen elektrodenpads.

**Let op** Laat het gebruik niet toe door personen die de instructies niet kunnen begrijpen of personen met cognitieve beperkingen, *d.w.z., de ziekte van Alzheimer of dementie.*

**Let op:** het inbrengen van de anale elektrode maakt deze ongeschikt voor gebruik bij kinderen zonder klinisch toezicht

**Let op** Buiten bereik van kinderen houden jonger dan 5 jaar, huisdieren en ongedierte. *Lange aansluitdraden - gevaar voor verwurgingzuigelingen.*

**Voorzichtigheid is geboden** bij het gebruik van de **perfect PFE** bij instellingen met een hoge sterkte. Langdurig gebruik bij hoge instellingen kan spierletsel of weefselontsteking veroorzaken. De **perfect PFE** kan outputs leveren van meer dan 10 mA (RMS) of 10 V gemiddeld over een periode van 1 sec. Dit wordt aangegeven door het gele LED-lampje op de uitgangsbuis.



**Opmerking:** Er zijn geen ernstige of langdurige bijwerkingen gemeld. Milde bijwerkingen zijn zeer zelden gemeld, maar deze waren onder meer spierpijn en -krampen, irritatie en bloeding, lichte of kortduurende aandrang- of fecale incontinentie, en tintelend gevoel in de benen. Als u een van deze bijwerkingen ervaart, stop dan met het gebruik. Als de symptomen verdwenen zijn, probeer dan te hervatten op een lagere intensiteit.



## PROBE WAARSCHUWINGEN

**Let op:** De **perfect PFE** anale probe is uitsluitend bedoeld voor gebruik bij één patiënt. Deel uw **perfect PFE-probe** met niemand anders. *Onjuiste behandeling of kruisinfectie kan optreden.*

**Let op:** Het is belangrijk dat de anale probe na elk gebruik wordt schoongemaakt. *Ineffectieve reiniging kan leiden tot irritatie of infectie.*

**Let op:** Plaats of verwijder de anale probe nooit tenzij de besturingseenheid is uitgeschakeld, aangezien het inbrengen of verwijderen wanneer stimulatie actief is, ongemak of weefselirritatie kan veroorzaken.

**Let op:** Als er weefselirritatie optreedt, stop dan onmiddellijk met de behandeling. *Vraag uw zorgverlener om advies voordat u verder gaat met de behandeling om letsel te voorkomen.*

**Let op:** Gebruik geen glijmiddel op siliconenbasis op de metalen platen van de probe, aangezien dit de effectiviteit van de **perfect PFE** spierstimulatie van kan verminderen.

**Let op:** Het roestvrij staal in de metalen platen van de sonde bevat wat nikkel. Dit kan een reactie veroorzaken als u een nikkelallergie heeft.

**Let op:** Gebruik dit apparaat niet met andere anale probe dan die aanbevolen door de fabrikant in sectie 18. Elektroden met een kleiner oppervlak kunnen weefselirritatie veroorzaken.

## ELEKTRODENPADS NIET PLAATSEN:

- Op een huid die geen normaal gevoel heeft. *Als de huid gevoelloos is, kan een te grote sterkte worden gebruikt, wat tot huidontsteking kan leiden.*
- Op beschadigde huid. *De elektrodenpads kunnen infectie bevorderen.*

## ELEKTRODENPADS WAARSCHUWINGEN:

**Voorzichtig:** Negeer geen allergische reactie op de elektrodenpads: *Indien een huidirritatie ontstaat, stop dan met het gebruik van TENS, aangezien dit type elektrodenpads mogelijk niet geschikt voor u is. Alternatieve elektrodenpads verkrijgbaar die speciaal voor de gevoelige huid zijn gemaakt.*

**Let op:** Gebruik dit apparaat niet met andere draden of elektrodenpads dan door de fabrikant aanbevolen. *De prestaties kunnen afwijken van de specificaties. Elektrodenpads met een kleiner oppervlak kunnen weefselirritatie veroorzaken.*

**Let op:** Gebruik geen hoge intensiteitsinstellingen als de elektrodenpads kleiner zijn dan 50x50mm.



## OM UW TOESTEL IN GOEDE STAAT TE HOUDEN, DIENT U DE VOLGENDE EXTRA VOORZORGSMAATREGELEN IN ACHT TE NEMEN:

**Let op:** Dompel uw toestel niet onder in water en plaats het niet in de buurt van overmatige hitte zoals een open haard of stralingsverwarming of bronnen met een hoge vochtigheidsgraad zoals een vernevelaar of waterkoker, want dan kan het toestel niet meer correct werken.

**Let op:** Houd het apparaat uit de buurt van zonlicht, want langdurige blootstelling aan zonlicht kan het rubber aantasten waardoor het minder elastisch wordt en barst.

**Let op:** Houd het apparaat uit de buurt van pluisjes en stof, want langdurige blootstelling aan pluisjes of stof kan de ingang aantasten of ervoor zorgen dat de batterijconnector een slecht contact ontwikkelt.

**Let op:** Temperatuur en relatieve vochtigheid bij gebruik: -25°C tot +70°C, tot 93% R.V. Temperatuur en relatieve vochtigheid bij opslag: -25°C tot +70°C, tot 93% R.V.

**Let op** Er zijn geen onderdelen die door de gebruiker gerepareerd kunnen worden. Probeer het apparaat niet te openen of aan te passen. *Dit kan de veilige werking van het apparaat beïnvloeden en maakt de garantie ongeldig.*

**Let op:** Als u dit apparaat met andere apparatuur verbindt, kan dit apparaat beschadigd raken of kan er

onbedoelde uitvoer aan de eindgebruiker worden geleverd.

## 9. INFORMATIE OVER DE PROGRAMMA-INSTELLINGEN

---

Elk programma heeft zijn eigen combinatie van frequentie- en pulsbreedte-instellingen die verschillende sensaties via de probe of optionele elektrodenpads mogelijk maken en helpen om de verschillende soorten incontinentie te behandelen.

- **Frequentie (gemeten in Hz - pulsen per seconde)**

Lage frequenties (1-10 Hz) hebben een zuiverende en ontspannende werking door individuele samentrekkingen.

Middelmatige frequenties (20-50 Hz) kunnen de spier zwaar belasten, waardoor de spierstructuur wordt bevorderd

Endorfine-afgifte (alleen programma **PAIN**): Een lage frequentie van 4 of 10 Hz zorgt voor de afgifte van endorfine, de natuurlijke morfine-achtige stoffen van het lichaam.

- **Pulsbreedte (gemeten in  $\mu$ s - miljoenste van een seconde)**

De **perfect PFE** heeft pulsbreedtes van 200 tot 300  $\mu$ s. Over het algemeen geldt: hoe hoger de pulsbreedte, hoe "agressiever" de stimulatie aanvoelt. Als de pulsbreedte hoog genoeg is ingesteld, zal deze gewoonlijk een spiersamentrekking opwekken, die nodig is voor een effectieve versteviging van de bekkenbodemspieren.

## 10. PROGRAMMA'S

### 10.1 PROGRAMMA INSTELLINGEN

Pr	STRES	TONE	MIXED	URGE	PAIN
FREQ. (Hz)	50	35	10/50	10	4
Puls breedte	300	250	200/300	200	200
Ramp up & Down (s)	1	2		Continu	Continu
Plateau (s)	5	3		Continu	Continu
Rust (s)	10	6		Continu	Continu
Standaard duur (min)	20	20	20	Constant	Constant

### 10.2 VOORAINGESTELDE PROGRAMMA'S

De **perfect PFE** heeft vijf voorgeprogrammeerde programma's. Eén voor elk type incontinentie (**stress, aandrang en gemengd**), één voor het versterken van de bekkenbodemspieren (**TONE**) en één voor het verlichten van chronische bekkenpijn (**PAIN**).

#### STRESSINCONTINENTIE:

Op het scherm weergegeven als:  
**STRES**

Het **STRES**-incontinentieprogramma versterkt de spieren van de bekkenbodem met zachte stimulatie. Als deze spieren eenmaal sterker zijn, zijn ze beter in staat om urineverlies te weerstaan dat wordt veroorzaakt door externe druk op de blaas, zoals bij hoesten, niezen of lichamelijke inspanning.

De stimulatie zorgt ervoor dat de spieren samentrekken en werken. Dit bouwt hun kracht op. Net als bij andere fitnesstrainingen, vereist een succesvolle behandeling eenmaal per dag stimulatie gedurende één tot drie maanden. Verbetering begint duidelijk te worden na ongeveer vier weken. Het gevoel is als het sterk naar binnen trekken van de spieren en het optrekken van de bekkenbodem. Je natuurlijke reactie zal zijn om je spieren naar binnen en naar boven te trekken, en dit oefent en versterkt ze.

#### AANDRANG INCONTINENTIE:

Op het scherm weergegeven als:  
**URGE**

Het **URGE**-programma werkt op een andere manier dan het STRES-programma. De zachte continue stimu-

latie kalmeert de blaas (detrusor) spier, waardoor de onwillekeurige samentrekkingen worden verminderd. Dit voorkomt het ongewenst en onverwacht legen van de blaas.

Voor een succesvolle behandeling is eenmaal per dag stimulatie nodig en soms kunnen verbeteringen binnen slechts twee weken worden waargenomen.

De sensatie is een zachtere, vibrerende, stimulatie. Niettemin, wanneer het programma is afgelopen en uw bekkenbodem ontspant, zal het duidelijk worden hoeveel uw bekkenbodem heeft getraind.

#### **GEMENGDE INCONTINENTIE:**

Getoond op het scherm als: **MIXED**  
Dit programma is perfect als u last heeft van zowel stress- als aandrangincontinentie. Het is een combinatie van de **STRES-** en **URGE-**programma's.

De eerste 10 minuten gebruikt het **URGE-**programma om de gevoeligheid te verminderen, daarna traint het **STRES-**programma in de tweede 10 minuten de bekkenbodemspieren.

Mogelijk moet u de kracht vergroten om de spiersamentrekking te voelen wanneer het **STRES-**programma start.

#### **TONE:**

Op het scherm weergegeven als:

#### **TONE**

Als de bekkenbodemspieren eenmaal zijn versterkt met **perfect PFE**, blijf ze dan oefenen.

Regelmatig gebruik van dit programma, ongeveer twee keer per week, zorgt ervoor dat uw spieren fit en strak blijven.

Het **TONE-**programma kan ook worden gebruikt als alternatieve behandeling voor stress-incontinentie.

De sensatie bij het gebruik van het **TONE-**programma is een mengsel van een sterke aantrekking van de spieren en vervolgens loslaten.

Een sterke en fitte bekkenbodem kan de seksuele gezondheid en het genot vergroten.

#### **PIJN:**

Op het scherm weergegeven als: **PAIN**

Het **PAIN-**programma kan worden gebruikt om chronische bekkenpijn door vele oorzaken te verlichten. Zoals met alle **TENS**, behandelt het de onderliggende aandoening niet en moet u een professionele diagnose van de oorzaak krijgen voordat u het gaat gebruiken. Het geeft een constant rustgevend tintelend gevoel. Gebruik met de anale probe of met optionele elektrodenpads (zie plaatsing in paragraaf 13.4.) gedurende ten minste 40 minuten twee of drie keer per week. Stel de sterkte zo hoog mogelijk in terwijl u comfortabel blijft.

## 11. INHOUD

---

Het pakket bevat:

- 1x **Perfect PFE**  
Bekkenbodetrainer
- 1x Go gel 50 ml
- 1 x Aansluitdraad (L-CPT)
- 1x Anale probe (X-PR13)
- 4 x 50x50 mm elektrodenpads  
(E-CM5050)
- 2 x AA 1,5V alkaline batterijen
- 1 x Afneembare riemclip
- 1 x Opbergetui
- 1 x Handleiding



## 12 INFORMATIE OVER HET TOESTEL

### 12.1 BEDIENING & DISPLAY



## 12.2. GEBRUIKSAANWIJZING

### AAN/UIT



Om het apparaat aan te zetten, drukt u op de **AAN**-knop en houdt deze 3 tot 5 seconden ingedrukt totdat het display oplicht.



Om het apparaat uit te schakelen, drukt u op de **▼**-knop om de toetsenbordvergrendeling te verwijderen en drukt u op de **OFF**-knop en houdt u deze 3 tot 5 seconden ingedrukt totdat het display sloopt.

Bij het eerste gebruik, of na het vervangen van de batterijen, geeft het display aan dat het apparaat automatisch in het programma **STRES** op nul sterkte staat. Bij het inschakelen start het apparaat automatisch in het programma dat werd gebruikt toen het voor het laatst werd uitgeschakeld.

Het apparaat wordt automatisch uitgeschakeld:

- Wanneer de timer nul bereikt,
- Als het langer dan 5 minuten op nul staat.



**Opmerking:** Controleer altijd of het apparaat **UIT** staat voordat u de probe of elektrodenpads aanbrengt of verwijdert.

De achtergrondverlichting gaat 10 seconden na de laatste druk op de knop uit.

### STERKTEREGELING



De knoppen gemarkeerd met **▲** en **▼** zijn de sterkteregelaars. Om de kracht te vergroten, houdt u de knop **▲** ingedrukt totdat de gewenste kracht is bereikt. Om de sterkte te verlagen, drukt u op de knop **▼**.

Om de sterkte in stappen van 1 mA te verhogen, drukt u kort op de knop **▲**.

Het apparaat blijft 5 seconden in het **WORK**-gedeelte van de cyclus terwijl de intensiteit wordt aangepast.

De sterkteniveaus worden weergegeven op het LCD-scherm.

**De sterktecontroleknoppen werken niet totdat het apparaat correct op u is aangesloten (de probe correct is geplaatst). Perfect PFE detecteert een ont koppeling en zet de kracht automatisch terug naar nul.**

Het apparaat heeft 99 krachtniveaus. Als u de knop **▲** 3 tot 5 seconden ingedrukt houdt, begint de sterkte te scrollen.

Het kan zijn dat u de eerste paar keer drukken niets voelt. Blijf drukken totdat het gevoel sterk maar comfortabel is. Verdere verhogingen tijdens het gebruik kunnen nodig zijn als uw lichaam gewend raakt aan het gevoel.

De gele LED op de uitgangsbuis geeft aan dat er een actieve uitgang is. Het display blijft 5 seconden aan nadat de stekker is verwijderd.

### PROGRAMMABEDIENING

De knop gemarkeerd met **P** is de programmabesturing. De **perfect PFE** heeft vijf voorgeprogrammeerde programma's. Bij het eerste gebruik gaat het apparaat automatisch naar het programma **STRES**. De volgende keer dat het wordt ingeschakeld, wordt standaard het laatst gebruikte programma gebruikt.

Elke keer dat u de **P**-toets indrukt en weer loslaat, verandert het programma en wordt het weergegeven op het LCD-scherm.

Elke keer dat u van programma verandert, wordt het sterkteniveau weer op nul gezet. Dit is een veiligheidsfunctie om elk plotseling gevoel van een piek te verlichten, aangezien elk programma een ander gevoel geeft.



## BEHANDELINGSTIMER

De **T** toets kan worden gebruikt om de duur van

de sessie in te stellen. Wanneer u het apparaat inschakelt, wordt het automatisch ingesteld op 20 minuten of Continu afhankelijk van het gekozen programma. Om een andere tijd in te stellen, stelt u de sterkte in op nul en drukt u op **T**. Het min-display knippert.

Met de knoppen **▲** en **▼** kunt u sessietijden van C (Continu) of 10, 20, 30, 45, 60 of 90 minuten instellen.

Druk nogmaals op **T** om uw selectie op te slaan.

Op het LCD-scherm wordt de sessieduur weergegeven naast het kloksymbool. Het apparaat telt automatisch de ingestelde minuten af en schakelt uit wanneer het 0 bereikt.



## LEGE BATTERIJ

Een leeg batterijsymbool geeft aan wanneer u de batterijen

moet vervangen. Het toestel zal ongeveer 2 minuten daarna uitschakelen.



## KEYPAD LOCK

Als u gedurende 30 seconden geen enkele toets indrukt, wordt het toetsenbord vergrendeld. Dit is om onbedoelde wijzigingen in de instellingen te voorkomen. Om te ontgrendelen, houdt u de sterkte omlaag-knop (knop **▼**) ingedrukt.

## LEADS ALARM

De **perfect PFE** bewaakt de verbinding en het contact tussen u en de probe, of de elektrodenpads. Dit is om plotselinge veranderingen te voorkomen als een verbroken verbinding opnieuw wordt gemaakt. Als een van

deze buiten een standaardbereik valt terwijl de sterkte hoger is dan 20, knippert het apparaat LEADS, piept het drie keer en keert de sterkte terug naar 0.

Controleer de kabel en smeer de probe indien nodig in met de TensCare Go Gel (zie K-GO). Zie sectie 20 voor meer tips voor het oplossen van problemen.

## GEHEUGEN

De **perfect PFE** heeft een geheugen met drie functies:

1) Programmabehoud. Wanneer u het apparaat inschakelt, start het automatisch in het programma dat werd gebruikt toen het werd uitgeschakeld.

2) Gebruik. Druk tegelijkertijd op **T** en **▼** en houd ze 3 tot 5 seconden ingedrukt. Het display toont het aantal keren dat het apparaat is gebruikt en de gebruiksduur in uren.

Druk nogmaals op dezelfde knoppen om terug te keren naar de normale bediening.

3) Geheugen resetten. Om het geheugen op nul te zetten, houdt u de **T**- en **OFF**-knoppen samen 3 tot 5 seconden ingedrukt.



Aantal toepassingen

Gebruikte tijd in uren

## 13. HET INSTELLEN EN GEBRUIKEN VAN DE PERFECT PFE

### 13.1. INSTALLATIE VAN BATTERIJEN

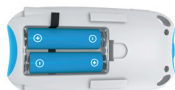
1) Verwijder de riemklem door hem naar beneden te schuiven.



2) Verwijder het batterijdeksel door aan het label te trekken.




3) Plaats de batterijen.



Zorg ervoor dat de batterijen op de juiste manier geplaatst zijn zoals aangegeven in het batterijvlak en dat het lint achter de batterijen zit.

4) Plaats het batterijdeksel en de riemclip terug.


 Als de batterijen bijna leeg zijn, verschijnt op het scherm een indicator voor lege batterijen en is het belangrijk de batterijen zo snel mogelijk te vervangen.

#### Oplaadbare batterijen

Het toestel werkt met oplaadbare batterijen, maar het scherm kan zwak lijken.

 **Let op:** Verwijder de batterijen uit uw **Perfect PFE** als het

apparaat waarschijnlijk niet voor een lange periode gebruikt zal worden. *Sommige typen batterijen kunnen bijtende vloeistof lekken.*

 **Let op:** De gebruiker mag de patiënt niet tegelijkertijd aanraken wanneer hij de batterij-uitgang aanraakt.

#### Levensduur batterij

Batterijen gaan ongeveer 15 uur mee op 50 mA, 300  $\mu$ s, 50 Hz.

Ongebruikte batterijen hebben een nominale houdbaarheid van 1 jaar, maar gaan meestal langer mee.

#### Batterij-waarschuwingen

**NIET** doorboren, openen, uit elkaar halen of gebruiken in een vochtige en/of corrosieve omgeving.

**NIET** blootstellen aan temperaturen boven 60°C (140F).


**NIET** in de buurt van warmtebronnen, in direct zonlicht, op een plaats met een hoge temperatuur, in een container onder druk of in een microgolfoven plaatsen, bewaren of achterlaten.

**NIET** onderdompelen in water of zeewater, of nat worden.

**NIET** kortsluiten.

**NIET** aansluiten tenzij de batterijdeksel op zijn plaats zit.

*Indien batterijlekkage optreedt en in contact komt met de huid of ogen, grondig wassen met veel water en onmiddellijk een arts raadplegen.*

 **Let op** Probeer NOOIT een alkaline batterij op te laden. Gevaar voor explosie.

**Let op** Gebruik geen oude, nieuwe of verschillende soorten batterijen door elkaar, omdat dit kan leiden tot batterijlekkage of een indica-



tie dat de batterij bijna leeg is.

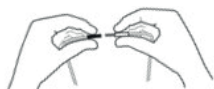
**Verwijdering:** Gooi batterijen en apparaat altijd op verantwoorde wijze weg volgens de richtlijnen van de plaatselijke overheid. Gooi batterijen niet in het vuur. Gevaar voor explosie.

### 13.2. AANSLUITDRADEN

Steek de aansluitdraden in de basis van het toetsel



Bevestigen van de elektrodenpads aan de aansluitdraden



Duw de uiteinden van de pinnen stevig in de uiteinden van de elektrodenpads.

De aansluitdraden kunnen door ruwe behandeling worden beschadigd en moeten met zorg worden behandeld.

#### Kleurcodering van de draden.

De uiteinden van de draden zijn wit of rood gekleurd. Deze codering is bedoeld voor bepaalde professionele toepassingen. Voor de meeste doeleinden maakt de oriëntatie geen verschil en kunt u deze kleurcodering negeren.

### 13.3. VOORBEREIDING VAN DE SESSIE

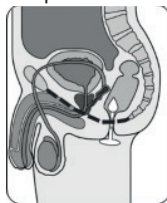
- 1) Voordat u **Perfect PFE** gebruikt, moet u naar het toilet.
- 2) Smeer de metalen elektrode-oppervlakken en de probepunt met een glijmiddel op waterbasis, zoals TensCare Go Gel of water.

**!** Let op: Gebruik geen glijmiddel op siliconenbasis op de stimulatiecontacten, aangezien dit de effectiviteit van de **perfect PFE**-spierstimulatie kan verminderen.

- 3) Kies een comfortabele houding, zoals liggend op uw bed op uw zij met uw knieën opgetrokken.

**!** **Waarschuwing:** Zorg ervoor dat de perfect PFE is uitgeschakeld voordat u de probe inbrengt.

- 4) Nadat de draad stevig is aangesloten, steekt u de probe in uw anus, terwijl u 'naar beneden drukt' (zoals bij het passeren van ontlasting) tot een comfortabele limiet totdat de basis van de flens op de probe de anus raakt.



- 5) De metalen delen geleiden de elektrische puls en moeten te allen tijde in contact zijn met het grootste deel van de spier. De weefsels dicht bij de ingang zijn gevoeliger, dus stimuleer ze niet.
- 6) Het wordt aanbevolen dat de probe langs de sluitspieren van de anus wordt ingebracht, tenzij anders voorgeschreven door een beroepsbeoefenaar in de gezondheidszorg.

**i** **Opmerking:** Anale probe met lange elektroden (het metalen deel) die over de lengte van het opzetstuk op en neer lopen,

moeten altijd worden ingebracht met de metalen delen van heup tot heup gericht. Anale probes met ronde elektroden (het metalen deel) moeten eenvoudig op de gewenste diepte worden ingebracht.

**i** **Opmerking:** soms helpt het dragen van strak zittende onderkleding of een strakke spijkerbroek om de probe op zijn plaats te houden en een correct contact te houden tijdens het programma.

Bij fecale incontinentie is het de bedoeling om de externe sluitspier en/of de pubo-rectale spier te stimuleren, dus cirkelvormige elektroden moeten zo worden geplaatst dat de externe ring zich net binnen de sluitspier bevindt.

Bij urine-stress-incontinentie en erectiestoornissen is het doel om de levatorspijeren te stimuleren en moet de probe dieper worden ingebracht.

#### **13.4. BEHANDELINGSSESSIE**

1) Houd de **AAN**-knop op de besturingseenheid 3 tot 5 seconden ingedrukt om de besturingseenheid in te schakelen.

2) U kunt kiezen uit de vijf vooraf ingestelde programma's. Details in sectie 10 helpen u het programma te vinden dat het beste bij u past.

Om tussen de programma's te wisselen, drukt u op de programmakiezer met het label P in het midden van het toetsenbord van de besturingseenheid.

3) Met het gewenste programma geselecteerd, kunt u de intensiteit van de spierstimulatie aanpassen tot u een comfortabel niveau bereikt. Zodra u een comfortabel niveau heeft bereikt,

5 seconden nadat u stopt met het indrukken van de knop, begint de intermitterende werk-/rustfase. De machine brengt zichzelf naar 0 mA voor een rustperiode en gaat dan terug naar het door u gekozen intensiteitsniveau om de spier te trainen. Deze cyclus duurt 20 minuten van het programma.

**i** **Opmerking:** De vereiste sterkte varieert sterk tussen gebruikers - sommige gebruiken de **perfect PFE** op vol vermogen - 99 mA. De **perfect PFE**-sterkte gaat omhoog met stappen van 1 mA.

Aanvankelijk kan het gevoel door de probe beperkt zijn, maar zal tijdens de behandeling verbeteren. Pas op dat u niet te veel kracht gebruikt en daardoor de spieren overprikkelt totdat het normale gevoel is hersteld. Het gevoel is misschien niet gelijk, omdat het kan variëren afhankelijk van de gevoeligheid van de zenuwen.

Het LCD-scherm toont de sterkte van de gebruikte intensiteit. Het is de bedoeling dit in enkele dagen te verhogen. Maar onthoud dat er geen haast is, dus verhoog de kracht van de stimulatie alleen als en wanneer u zich comfortabel voelt en klaar bent om verder te gaan.

**i** **Opmerking:** Als het gevoel onaangenaam wordt, verlaag dan de intensiteit met de knop ▼.

In de **STRES-** en **TONE**-programma's doorloopt het apparaat, indien ingeschakeld, een trainingsprogramma van 4-5 seconden, gevolgd door een rustperiode van 8-10 seconden.

De **perfect PFE** veroorzaakt een sensatie die aanvoelt als een sterke aantrekking van de spier en het optrekken van de bekkenbodem. De natuurlijke reactie zal zijn om met de spieren in en uit te trekken.

Bij lagere krachtinstellingen voelt u misschien helemaal geen sensatie, dit hangt sterk af van het individu en eventuele reeds bestaande fysieke omstandigheden, dus verhoog de intensiteit langzaam door herhaaldelijk op de ▲-knop te drukken totdat u de spieren begint te voelen samentrekken.

Probeer voor de beste resultaten in deze programma's de bekkenbodemspieren samen met de **perfect PFE** samen te trekken en de samentrekking tot in het rustinterval vol te houden. Koppel indien mogelijk de samentrekking aan je ademhaling om in een rustig ritme te komen.

Verhoog de kracht zo hoog als het comfortabel is, en ga dan een stap terug naar beneden. De sterkte-indicatie op de besturingseenheid zal afnemen tot 0,00 mA en knipperen tijdens de rustperiode.

De **URGE-** en **PAIN-**programma's werken anders. Het is niet nodig om een samentrekking te hebben. De kracht moet comfortabel zijn, maar altijd merkbaar blijven. Het kan zijn dat u deze in de loop van de behandeling moet verhogen.

De duur van elke sessie wordt automatisch ingesteld op 20 minuten. De lengte van elke sessie voor spierversterking hangt ook af van uw vermogen om samen te trekken

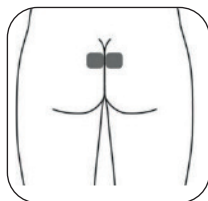
en uw weerstand tegen vermoeidheid. Zorg ervoor dat u niet te vroeg gebruikt, omdat de resulterende pijnen pas de volgende dag worden gevoeld.



**Opmerking:** Als u krampen krijgt, schakelt u het apparaat uit totdat de symptomen verdwijnen en gaat u verder met de sessie met de intensiteit op een lager niveau.

### Optionele plaatsing van elektrodenpads op het huidoppervlak voor URGE

Een alternatieve methode voor een anale probe is om delen van de huid te stimuleren die zich in de buurt van zenuwen bevinden die naar de blaas en urethra gaan. Deze komen uit de delen van het ruggenmergsegment genaamd S2-S3. Zie de afbeelding van de plaatsing van de elektroden hieronder.



De kracht moet comfortabel zijn, maar altijd merkbaar blijven. Het kan zijn dat u deze in de loop van de behandeling moet verhogen.

### Optionele plaatsing van elektrodenpads op het huidoppervlak voor STRESS of erectiestoornissen

De elektroden worden op de huid tussen de anus en de geslachtsdelen geplaatst, of helemaal onderaan de wervelkolom in de buurt van uw stuitbeen of "staart". Zie de afbeelding van de plaatsing van de elektrodenpads

Zie de afbeelding van de plaatsing van de elektrodenpads



De stimulatie moet sterk genoeg zijn om je anus een beetje te laten samentrekken.

### **13.5.NA UW BEHANDELSSESSIE**

Wanneer de timer nul bereikt, is uw sessie voltooid en wordt het apparaat uitgeschakeld.

1) Controleer of de besturingseenheid **UIT** staat. Als dit niet het geval is, houdt u de **UIT**-knop ingedrukt om uit te schakelen en verwijdert u vervolgens de probe van uw anus door de positioneringsrand vast te houden en voorzichtig naar buiten te trekken.

2) Reinig (zie onderstaande reinigingsinstructies) en droog de probe grondig en doe hem terug in het opbergzakje.

3) De perfect PFE zal niet alleen uw bekkenbodemspieren verbeteren, maar u ook helpen het juiste gevoel te herkennen dat u moet voelen bij het doen van uw Kegel-oefeningen (uitgelegd in paragraaf 4.2.).



**Opmerking:** Trek bij het verwijderen van de probe **NIET AAN DE GELEIDINGSDRAAD**.

### **14. REINIGING & OPSLAG**

Het is belangrijk dat de probe voor het eerste gebruik en na elk gebruik wordt

gereinigd. Reinig met een alcoholvrij antibacterieel doekje zoals TensCare Wipes (zie X-WIPES) of door te wassen met warm zeepsop. Spoel in schoon water en droog grondig en plaats het apparaat en de accessoires terug in de opbergtas. Dompel de probe niet onder in een vloeistof.

Reinig de behuizing van het apparaat en de stroomdraad minstens één keer per week volgens dezelfde methode.

- Dompel uw **Perfect PFE** niet onder in water.
- Gebruik geen andere schoonmaakmiddelen

### **15. EMC**

Draadloze communicatieapparatuur zoals draadloze thuisnetwerkapparatuur, mobiele telefoons, draadloze telefoons en hun basisstations, walkietalkies kunnen deze apparatuur beïnvloeden en moeten op een afstand van ten minste  $d = 3,3$  m van de apparatuur worden gehouden.

(Opmerking. Zoals aangegeven in tabel 6 van IEC 60601-1-2:2007 voor MEAPPARATEN, levert een typische mobiele telefoon met een maximaal uitgangsvermogen van 2 W een  $d = 3,3$  m op bij een IMMUNITEITSNIVEAU van 3 V/m).

**Opmerking:** Voor gebruik in ziekenhuizen zijn volledige EMC-adviestabellen op aanvraag verkrijgbaar.



## 16. VERWIJDERING VAN AFGEDANKTE ELEKTRISCHE EN ELEKTRONISCHE PRODUCTEN (WEEE)

---

Een van de bepalingen van de Europese Richtlijn 2002/96/EG is dat elektrische of elektronische producten niet als huishoudelijk afval mogen worden behandeld en gewoon mogen worden weggegooid. Om u aan deze richtlijn te herinneren, zijn alle betrokken producten nu gemarkeerd met een symbool van een doorgekruiste vuilnisbak, zoals hieronder afgebeeld.

Om aan de richtlijn te voldoen, kunt u uw oude elektrotherapieapparaat aan ons retourneren voor verwijdering. Druk een gefrankeerd PACKETPOST RETURNS-label af van onze website [www.tenscare.co.uk](http://www.tenscare.co.uk), plak dit op een envelop of gewatteerde zak met het apparaat erin, en stuur het naar ons terug. Na ontvangst zullen wij uw oude apparaat verwerken voor terugwinning van onderdelen en recycling om zo bij te dragen aan het behoud van 's werelds hulpbronnen en het minimaliseren van negatieve effecten op het milieu.



## 17. ACCESSOIRES

---

### Verwachte levensduur

- Het apparaat gaat vaak meer dan 5 jaar mee, maar heeft een garantie van 2 jaar. Accessoires (elektrodenpads, nekkoord, riemclip en batterijen) vallen niet onder de garantie.
- De levensduur van de kabels hangt sterk af van het gebruik. Behandel de aansluitdraden altijd met zorg. Wij raden aan de aansluitdraden regelmatig te vervangen (ongeveer om de 6 maanden).
- Vervang de probe elke 6 maanden om hygiëne te garanderen.
- Elektrodenpads gaan 12 tot 20 keer mee, afhankelijk van de conditie en vochtigheid van de huid.
- Batterijen moeten ten minste 18 uur meegaan bij continue gebruik.

Vervangingselektrodenpads, nieuwe batterijen en losse aansluitdraden zijn verkrijgbaar bij uw leverancier of distributeur (zie achterkant voor contactgegevens of via de TensCare website.

De volgende vervangende onderdelen kunnen worden besteld:

X-PR13	Anale Probe
X-AP	Liberty mini
L-CPT	Vervangende kabels
E-CM5050	Pak van 4 elektrodenpads
E-696-ss	Pak van 4 hypoallergene elektrodenpads
K-GO50	Go gel
B-AA	1.5v AA Batterijen
X-WIPES	Pak van 30 wipes



**Let op:** Gebruik alleen de probe die bij het apparaat is geleverd of de bovenstaande vervangingen, aangezien de prestaties kunnen variëren met andere elektroden.



**Waarschuwing:** Gebruik GEEN glijmiddelen op siliconenbasis of hybride (gemengd water en siliconen).

## 18. GARANTIE

---

Deze garantie heeft alleen betrekking op het apparaat. De garantie geldt niet voor de elektrodenpads, probe, batterij of de aansluitdraden.

### INFORMATIE OVER PRODUCTGARANTIE

Dit product is gegarandeerd vrij van fabricagefouten gedurende 2 jaar vanaf de datum van aankoop.

Deze garantie vervalt indien het product is gewijzigd, het is blootgesteld aan misbruik of verkeerd gebruik, is beschadigd tijdens het transport, niet op verantwoorde wijze is onderhouden, is gevallen, indien een verkeerde batterij is geplaatst, indien het apparaat in water is ondergedompeld, indien schade is ontstaan doordat de bijgevoegde schriftelijke gebruiksaanwijzing niet is opgevolgd, of indien het product is gerepareerd zonder toestemming van TensCare Ltd.

Wij zullen de onderdelen die nodig zijn om materiaal of vakmanschap te corrigeren, repareren of, naar onze keuze, gratis vervangen, of het gehele apparaat vervangen en aan u retourneren tijdens de garantieperiode. Anders zullen wij een prijsopgave doen voor elke reparatie die zal worden uitgevoerd na aanvaarding van onze prijsopgave. De voordelen van deze garantie zijn een aanvulling op alle andere rechten en rechtsmiddelen met betrekking tot het product, die de consument heeft onder de Consumer Protection Act 1987

Onze goederen worden geleverd met garanties die niet kunnen worden uitgesloten onder de Britse consumentenwetgeving. U hebt het recht om de goederen te laten repareren of vervangen als de goederen niet van aanvaardbare kwaliteit zijn.

#### **Voordat u uw toestel voor service opstuurt**

Neem een paar minuten de tijd om het volgende te doen voordat u uw toestel opstuurt voor onderhoud:  
Lees uw gebruiksaanwijzing en zorg ervoor dat u alle aanwijzingen voor het gebruik opvolgt.

#### **Terugzenden van uw toestel voor onderhoud**

Mocht reparatie binnen de garantieperiode nodig zijn, voeg dan het afgescheurde deel van de garantiekaart (zie pagina 36) en uw aankoopbewijs bij. Zorg ervoor dat alle relevante gegevens zijn ingevuld voordat u uw toestel opstuurt voor reparatie. Zorg ervoor dat uw contactgegevens nog steeds actueel zijn en voeg een korte beschrijving bij van het probleem dat u ondervindt, samen met uw aankoopbewijs.

Om hygiënische redenen, gelieve geen gebruikte elektrodenpads of probes mee te sturen. Stuur alleen het apparaat op.

**Gelieve het toestel en de garantiekaart (zie pagina 36) op uw kosten terug te sturen naar:**

**TensCare Ltd**  
Blenheimweg 9,  
Epsom, Surrey  
KT19 9BE, VK

Mocht u meer informatie wensen, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen via ons nummer:  
+44 (0) 1372 723 434. (ENG)

## 19. OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

Als uw TENS apparaat niet goed werkt, controleer dan het volgende:

Probleem	Mogelijke oorzaken	Oplossing
<b>Geen weergave</b>	Lege batterijen.	Vervang de batterijen.
	Batterijen verkeerd geplaatst.	Verwijder plasticfolie. Controleer + / - .
	Beschadigde veren in batterij compartiment.	Contact leverancier.
<b>Batterij-laag display</b>	Lege batterijen.	Vervang de batterijen.
<b>Bediening werkt niet</b>	Toetsenbord is vergrendeld	Als LOCK wordt weergegeven op het display, houd de ▼ knop ingedrukt om te ontgrendelen. Als er geen LOCK wordt weergegeven, verwijder en vervang dan de batterijen



<p><b>Geen sensatie en LEADS alarm toont</b></p>	<p>De <b>perfecte PFE</b> heeft een veiligheidsfunctie die ervoor zorgt dat de intensiteit de 20 mA niet overschrijdt als de machine een verbindingfout detecteert. Als er een verbindingfout wordt gedetecteerd, de intensiteit keert terug naar 0 mA en het scherm knippert LEADS. Deze veiligheidsfunctie voorkomt de machine geen ongemakkelijke stimulatie geeft als het contact breekt tussen de machine en uw huid. Dit voorkomt ook dat iemand de intensiteit naar een hoog niveau zonder stevig contact tussen de machine en de huid. Er kan een verbindingfout optreden als:</p>	
	<p>1. Er is een breuk ontstaan in een van de twee aansluitdraden</p>	<p>Als dit gebeurt, kunt u proberen het toestel te testen door de probe in uw hand te houden:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>i) Bevochtigt uw hand met water en een beetje keukenzout. Knijp de probe stevig in en zorg ervoor dat uw huid bedekt de metalen delen van de probe en verhoog voorzichtig de kracht totdat u kunt voelen iets. De meeste mensen zullen het gaan voelen stimulatie in hun hand bij ongeveer 25 mA.</li> <li>ii) Als het LEADS-alarm verschijnt en het apparaat niet hoger dan 20 mA gaat. De aansluitdraden moeten vervangen worden.</li> </ul>
	<p>Als u de bovenstaande test heeft gedaan en u heeft gevoel wanneer de probe in uw hand is, dan kan het dat zijn: 2. De huid is droog, wat een slechte geleiding tussen de metalen plaatjes op de probe en uw huid betekent.</p>	<p>Als dit gebeurt, kunt u de onderstaande oplossingen proberen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>i) Gebruik van een glijmiddel op waterbasis, zoals TensCare Go Gel (zie K-GO), dat wel geleiding verbeteren.</li> <li>ii) Je benen kruisen en knijpen om te vergroten druk op de probe, wat de verbinding zou moeten verbeteren. Als u hierdoor het apparaat kunt gebruiken, dat zou je in een paar weken van stimulatie moeten vinden het contact verbetert. Als dit niet het geval is, kan dit apparaat dit wel doen niet geschikt voor u zijn. Mogelijk moet u contact opnemen uw zorgverlener om andere te bespreken geschikte opties.</li> <li>iii) Soms het dragen van nauwsluitende kleding onderkleding of een strakke spijkerbroek zal helpen houd de probe op zijn plaats en blijf correct contactpersoon tijdens het programma</li> </ul>

<b>Geen sensatie en geen LEADS alarm te zien</b>	Intensiteitsniveau is niet hoog genoeg en/of verminderde gevoeligheid in het te behandelen gebied.	i) Zorg ervoor dat u de intensiteit hoog genoeg opvoert. De meeste mensen zullen de stimulatie in hun hand beginnen te voelen bij ongeveer 25.0 mA en met de probe ingebracht moet u de intensiteit verhogen tot ongeveer 40.0 mA - 60.0 mA. Het maximale vermogen is 99.0 mA. Iedereen is anders, dus blijf de intensiteit verhogen tot je het kunt voelen. De intensiteit neemt toe in zeer kleine stapjes van 0,5 mA. ii) U kunt een verminderde gevoeligheid hebben als gevolg van eerder beschadigde of gedesensibiliseerde pudendal zenuwen (dit kan gebeuren bij een bevalling of sommige chirurgische ingrepen). Raadpleeg uw arts
<b>Geen gevoel aan één kant van de probe(of elektrode)</b>	Positie is niet optimaal - moet aangepast worden.	De stroom loopt van de ene kant van de probe naar de andere, daardoor het niet mogelijk is dat één kant "niet werkt". De sterkte van het gevoel hangt echter af van hoe dicht bij de zenuw de stroom loopt, en ook in welke richting hij loopt ten opzichte van de zenuw. U kunt proberen de positie op de probe enigszins aan te passen, of de aansluiting van de draden in de probe om te wisselen.
<b>Plotselinge verandering in gevoel</b>	Als u de verbinding enkele minuten later verbreekt en weer aansluit, zal het signaal veel sterker aanvoelen	Zet de sterkte altijd terug op nul nadat u de draden of probe hebt losgekoppeld.




Als u er met het bovenstaande niet in geslaagd bent uw probleem op te lossen, of om onverwachte werking of gebeurtenissen te melden, of om feedback te geven, bel dan TensCare of uw plaatselijke leverancier of distributeur (adres op achterkant) voor advies.

Neem contact op met de TensCare klantenservice op +44 (0) 1372 723 434. Onze medewerkers zijn opgeleid om u te helpen met de meeste problemen die u kunt ondervinden, zonder dat u uw product hoeft op te sturen voor service.

De Europese Verordening betreffende medische hulpmiddelen schrijft voor dat elk ernstig incident dat zich in verband met dit hulpmiddel heeft voorgedaan, aan de fabrikant en de bevoegde autoriteit in uw land moet worden gemeld. Deze kunt u vinden op:

<https://ec.europa.eu/docsroom/documents/3683/attachments/1/translations/en/renditions/pdf>

## 20. ALGEMENE SPECIFICATIE

Golfvorm	Asymmetrisch rechthoekig
Amplitude (over 500 Ohm belasting)	90.0 mA nul tot piek, 90 stappen +/- 10%
Maximale intensiteit	50V nul tot piek over 500Ω Constance spanning van meer dan 470-1500 Ohm Constance stroom over 160-470 Ohm
Uitgangsstekker	Volledig afgeschermd: aanrakingsveilig
Kanalen	Enkel kanaal
Batterijen	2 x AA alkaline (twee AA-batterijen)
Gewicht	75 g zonder batterijen
Afmetingen	120 x 60 x 20 mm
Veiligheidsclassificatie	Interne krachtbron.
Milieu specificaties:	
Bediening: Opslag:	Temperatuurbereik: 5 tot 40°C Vochtigheid: 15 tot 93% RH niet-condenserend Atmosferische druk: 700hPa tot 1060hPa Temperatuurbereik: -25 tot +70°C Vochtigheid: Tot 93% RH niet-condenserend Atmosferische druk: 700hPa tot 1060hPa
TYPE BF TOEGEPAST DEEL	 Apparatuur die een zekere mate van bescherming biedt tegen elektrische schokken, met een geïsoleerd toegepast deel.
	Dit symbool op het toestel betekent "Raadpleeg de gebruiksaanwijzing".
IP22	Het toestel is niet waterbestendig, en moet worden beschermd tegen vloeistoffen.
 Toegepast deel	Voldoet aan EU WEEE-voorschriften  Vaginale en anale elektroden. Optioneel huidoppervlak elektroden. Zie paragraaf 18.

Contact duur: Ten minste 10 minuten

**i** **Opmerking:** De elektrische specificaties zijn nominaal en kunnen variëren van de vermelde waarden vanwege normale productietoleranties van minimaal 5%.

**i** **Opmerking:** het apparaat heeft minimaal 30 minuten nodig om op te warmen/af te koelen vanaf het minimum / maximale bewaartemperatuur tussen gebruik totdat het klaar is voor het beoogde gebruik gebruik.

**BEWAAR DEZE GARANTIEKAART.**

**RETOURNEER DIT GEDEELTE ALLEEN WANNEER U UW PRODUCT RETOURNEERT VOOR REPARATIE ONDER GARANTIE.**

NAAM: \_\_\_\_\_

ADRES: \_\_\_\_\_

POSTCODE: \_\_\_\_\_

TELEFOONNUMMER: \_\_\_\_\_

E-MAIL: \_\_\_\_\_

MODEL: \_\_\_\_\_

DATUM VAN AANKOOP: \_\_\_\_\_

**BEWIJS VAN AANKOOP BIJVOEGEN  
ELEKTRODENPADS OF AANSLUITDRADEN NIET TERUGSTUREN**

WINKELIERS NAAM: \_\_\_\_\_

WINKELIERS ADRES: \_\_\_\_\_

WINKELIERS POSTCODE: \_\_\_\_\_

KORTE BESCHRIJVING VAN HET PROBLEEM DAT U ONDERVINDT: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**GARANTIE VERVALT, TENZIJ DE BOVENSTAANDE INFORMATIE VOLLEDIG EN JUIST IS INGEVULD.**

## OPMERKINGEN

TensCare streeft ernaar u het best mogelijke product en de best mogelijke service te bieden. Wij luisteren naar uw suggesties en proberen onze producten voortdurend te verbeteren. Wij willen ook leren over de manier waarop onze producten worden gebruikt en de voordelen die zij bieden. Als u iets heeft dat u met ons wilt delen, neem dan contact met ons op.

[www.tenscare.nl](http://www.tenscare.nl)

**Volg ons:**



**TensCare Nederland**



**@Tenscare.NL**



### **EG-verklaring van overeenstemming**

TensCare Ltd verklaart hierbij dat een onderzoek van het systeem voor kwaliteitsborging van de productie is uitgevoerd overeenkomstig de vereisten van de nationale wetgeving van het Verenigd Koninkrijk in overeenstemming met bijlage V van Richtlijn 93/42/EEG betreffende medische hulpmiddelen. Wij verklaren dat het productiekwaliteitssysteem in overeenstemming is met de relevante bepalingen van voornoemde wetgeving en dat het resultaat de organisatie het recht geeft om de CE 2797 markering op dit product te gebruiken.

Gedistribueerd door:



**TensCare Ltd**

9 Blenheim Road, Epsom,

Surrey, KT19 9BE, UK

Tel: +44(0) 1372 723434

[www.tenscare.co.uk](http://www.tenscare.co.uk)



**Advena Ltd**



**TensCare Europe BV**

Juliana van Stolbergstraat 52

1723LD Noord-Scharwoude

Netherlands

CE  
2797