

# TENStem eco basic



[acupunctureshop.com](http://acupunctureshop.com)



## Indholdsfortegnelse

Generel information .....	3
Kontraindikationer .....	4
Symboler og information .....	4-8
Anvendelse af TENStem eco basic.....	9-11
Oversigt over vigtigt kombinationer .....	11
Forudindstillede programmer .....	12-16
Brugerprogrammer til egen indstilling .....	17
Placering af elektroder til smerte-programmer .....	18-20
Placering af elektroder til dynamisk stimulering.....	21
Ofte stillede spørgsmål.....	22
Tilbehør.....	23-24
Oversigt over forudindstillede programmer .....	25
Oversigt over brugerprogrammer .....	26



acupunctureshop.com

# Generel information

## Anvendelse

TENStem eco basic er designet til transkutan elektrisk nerve- og muskel stimulering og må ikke anvendes til andre formål.

## Sikkerhedsregler

Læs venligst brugervejledningen omhyggeligt, før TENStem eco basic tages i brug.

- TENStem eco basic må aldrig anvendes til stimulering på mere end én patient ad gangen.
- TENStem eco basic må kun anvendes med det originale tilbehør.
- Elektrodernes størrelse må ikke være mindre end 2 cm<sup>2</sup>.
- Elektroderne skal anbringes således, at strømmen ikke kan gå gennem hjertet.
- Hold TENStem eco basic væk fra vand og andre væsker. Vær forsigtig ikke at tabe apparatet, brug det ikke til andre formål end beskrevet og udsæt det ikke for ekstreme temperaturer eller høj fugtighed (ikke under 10°C eller over 40°C og ikke relativ luftfugtighed på over 90%).
- Anvend ikke TENStem eco basic hvis det ikke fungerer korrekt eller hvis det er beskadiget på nogen måde.
- Udvis forsigtighed, når TENStem eco basic anvendes i nærheden af eller på børn. Hold apparatet væk fra børn.
- Opbevar altid TENStem eco basic i etuiet for at beskytte det mod skader og støv.
- For at undgå gensidig elektrisk forstyrrelse, bør TENStem eco basic ikke anvendes i nærheden af andre elektroniske apparater. Hvis det ikke kan undgås, skal alle apparatets funktioner overvåges nøje ved anvendelsen, så den foregår i overensstemmelse med vejledningen.
- Hvis patienten samtidig er i berøring med et højfrekvens behandlingsapparat, kan det føre til forbrænding under elektroderne eller rundt om proben, hvis en sådan anvendes.
- Hvis apparatet anvendes for tæt (f.eks. 1 m) på kortbølge- og mikrobølge apparater eller mobil telefon, kan der opstå forandringer i stimuleringens strømforsyning.
- Anvend ikke apparatet samtidig med brug af andre apparater, under bilkørsel eller i sovende tilstand.
- Anvend ikke P16 længere end 20 minutter.

## Kontraindikationer

**Før anvendelse af TENStem eco basic, check venligst med lægen, hvis du er i nedenstående gruppe:**

Patienter med elektroniske implantater såsom hjerte pacemaker, defibrillator eller pumpe  
Patienter med hjerterytmefejldom  
Gennem graviditet  
Patienter med kramper/epilepsi  
Patienter med hudsygdom i elektrode området  
Patienter med cancer sygdomme i behandlingsområdet.

## Bivirkninger

Smerter opstået ved stimuleringen. Stimuleringen kan føles ubehagelig/smertefuld, hvis strømmen er for intens eller hvis elektroderne er anbragt uhensigtsmæssigt. Ubehagelige bivirkninger kan undgås ved at justere intensiteten, ved at bruge et program med andre parametre og ved evt. at sætte elektroderne anderledes, hvis muligt.

Hudoverfølsomhed fra enten elektroderne, den anvendte elektrode gel eller de elektriske impulser. Hvis der opstår rødme, brænden, kløe eller blister under elektroderne eller i nærheden af disse, skal man gå til sin læge. En let, kortvarig rødme i elektrode-området er helt normal, fordi blodcirkulationen er forbedret af stimuleringen.

Muskelsmerter. Hvis stimuleringen har været for intens eller for langvarig, kan der opstå ømhed i musklerne. Nedsæt behandlingstiden og intensiteten af stimuleringen i begyndelsen for at undgå muskelsmerter.

## Symboler og information

Udvis opmærksomhed: Læs vedlagte dokumentation - specielt brugervejledningen.



BF certificering. Beskyttelse mod elektrisk stød.



Efter dette symbol følger året for apparatets fremstilling.



Efter dette symbol følger apparatets vare- eller ordrenr.



Efter dette symbol følger produktets serienummer. Bogstavet indikerer serien.



Når producenten mærker med CE certifikat, betyder det at produktet overholder alle gældende krav i det relevante EU Direktiv. Der er foretaget en evaluering af overensstemmelsen, og det positive resultat af denne proces har et kodenummer, der er tildelt af den overordnede myndighed.



Udvis opmærksomhed: Læs vedlagte dokumentation - specielt brugervejledningen.



### Tekniske data

2.kanals nerve- og muskel stimulator med elektrisk isolerede kanaler, 12 integrerede jævnstrøms programmer og fra C 3 seri-erne brugerprogrammer med individuelle indstillinger.

Strømforsyning:	6,0 V (4 x 1,5 V batterier AAA type mikro f.eks. LR03) eller 4,8 V (4 x 1,2 V genopladeligt batteri AAA)
Strømstyrke:	Max. 100 mA (terapi) Ca. 30 µA hvileposition
Dimensioner:	Ca. 140 mm x 64 mm x 28 mm
Vægt:	Ca. 96 g (uden batterier)
Strøm udladning:	0 - 60 mA (med 1 kΩ belastning)
Pulsform:	Positiv rektangel med negativ komponent (P1-P15) Positiv rektangel uden negativ komponent (P16)
Frekvensområde:	Serier A & B: 2 - 100 Hz / fra serier C: 1 - 120 Hz
Pulsbredde:	Serier A & B: 75 - 250 µs / fra serier C: 75 - 300 µs
Anvendelsesforhold:	Temperatur område: 10°C til 40°C Relativ fugtighed: 30% til 90%

### Klassificering

TENStem eco basic er klassificeret som et Klasse IIa medicinsk apparat i overensstemmelse med loven omhandlende disse.

### Indstillinger, modificeringer og reparation

Fabrikanten er kun ansvarlig for sikkerhed og funktion af TENStem eco basic når indstillinger, modificeringer og reparationer er udført af autoriserede personer, og når apparatet anvendes i overensstemmelse med brugervejledningen.

### Garanti

Den lovmæssige garanti er i overensstemmelse med dansk civilretslov. Fabrikanten udsteder en garanti på 12 måneder fra købsdatoen.

### Garantien gælder ikke i de følgende tilfælde:

Skader på grund af forkert anvendelse.

Skader som kunden bemærker på købsdatoen.

Skader forårsaget af kunden.

For slid generelt og slid på forgængelige dele som f.eks. elektroder, batterier og kabler.

### **Vedligeholdelse og rengøring**

Der er ikke behov for specielle rengøringsmidler til TENStem eco basic. Rengør apparatet med en blød fnugfri klud. Sørg for at der ikke kommer fugt ind i apparatet. Hvis der kommer fugt i apparatet, skal et teknisk eftersyn foretages inden det anvendes igen.

### **Leveringsindhold**

<b>Antal</b>	<b>Navn</b>	<b>Lev. ID</b>
1	TENStem eco basic	104041
1	Kabel type 7 (1 par)	104741
1	Stimex selvklæbende elektroder 50 x 50 mm (4 stk.)	281015
4	1,5 V batteri LR03micro (AAA)	604000
1	Brugervejledning	100839



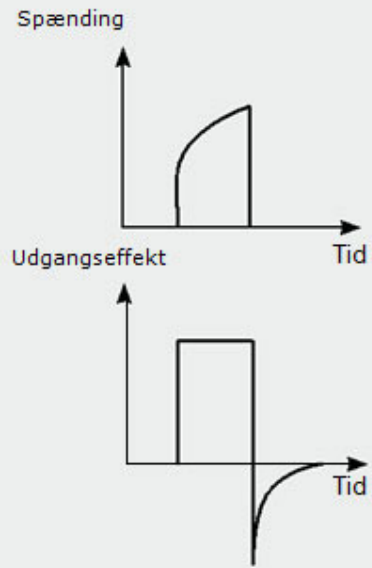
acupunctureshop.com

# Pulsformer

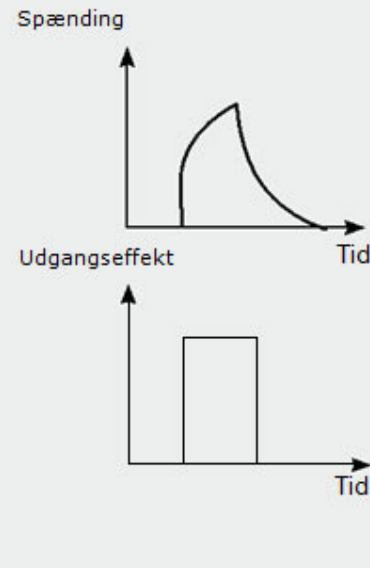
Med  $1k\Omega$  belastning (P1-P16).



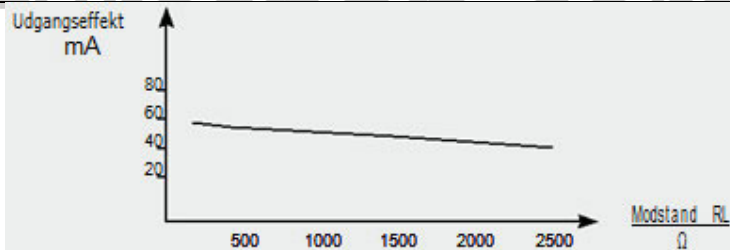
(P1-P15)



(P16)



Strømændring afhængig af belastning.



## Funktioner

- 16 programmer (12 fastsatte, 4 til egen indstilling)
- Skærm der viser:
  - Valgte program
  - Behandlingstid
  - Intensitet (to separate kanaler)
  - Frekvens
  - Pulsbredde
- Automatisk slukning efter 2 minutter uden aktivitet
- Nem betjening med trykknapper
- Viser batteri kapacitet
- Elektrodegenkendelse: Intensiteten nedsættes til 0, hvis ingen elektroder er forbundet eller de ikke er forbundet korrekt
- Det valgte program kan fastlåses
- Behandlingsparametre kan gemmes og aflæses.

## Beskrivelse

- 1) Stikkontakter til kabler
- 2) Skærm
- 3) Tænd/sluk-knap. Bruges også til at standse behandlingen.
- 4) Via menuen vælger man programmer og parametre.
- 5) Knapper til justering af intensiteten. De 2 pileknapper til venstre bruges til at formindske/forøge intensiteten af den venstre kabeludgang, og ligeså bruges de 2 højre pileknapper til at justere intensiteten af den højre kabeludgang.
- 6) Til batteri.





# Anvendelse af TENStem eco basic

## Opstart

Sæt batterierne i batterirummet (nr. 5). Læs venligst afsnittet "Batteriskift" for yderligere oplysninger. Alle symboler viser sig automatisk på displayet. Et lydssignal indikerer at apparatet er parat til brug.

## Forbindelse af elektroder og kabler

Forbind først de 2 mm diameter hanstik på kablerne (rødt og hvidt stik på hvert kabel) med de sorte hunstik på elektroderne (altid 2 elektroder pr. kabel).



## Forbindelse af kabler til TENStem eco basic

Sæt det hvide stik for enden af kablet i indgangen øverst på forsiden af TENStem eco basic (nr. 6). Apparatet kan anvendes med et eller to kabler, afhængig af behandlingen.



## Tænd for TENStem eco basic

Tryk på Tænd/sluk-knappen for at tænde for TENStem eco basic, og vent til der kommer en dobbelt beep lyd.

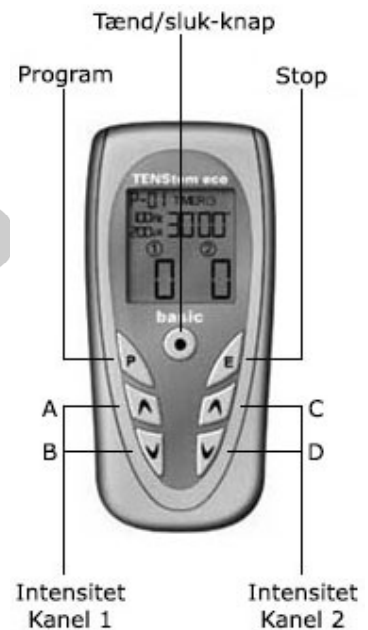
Skærmen viser nu det valgte program, behandlingstiden, frekvensen, pulsbredden og intensiteten.

## Valg af program

Tryk på P indtil du har fundet det valgte program. Når det når til P15, vender det tilbage til P1.

## Start behandlingen & indstilling af intensitet

Tryk venstre pil (A) for at forhøje intensiteten på kanal 1.  
Tryk højre pil (C) for at forhøje intensiteten på kanal 2.  
Tryk venstre pil (B) for at nedsætte intensiteten på kanal 1.  
Tryk højre pil (D) for at nedsætte intensiteten på kanal 2.  
Intensiteten kan ikke justeres på begge kanaler samtidig.



## Stop behandlingen

Stimuleringen stopper automatisk ved afslutning af hvert program. Den kan stoppes manuelt hvornår som helst ved at trykke på P eller Tænd/sluk-knappen.

## Slukke apparatet

Tryk på Tænd/sluk-knappen for at slukke apparatet - der kommer et enkelt beep. TENStem eco basic slukker automatisk efter 2 minutter hvis der ikke trykkes på knapperne.

## Indstil dato og tid

For at kunne anvende søgefunktionen skal dato og tid først indsættes. Tryk på E-knappen og hold den nede ca. 3 sekunder for at komme til dato/tid funktionen.

Skærmen viser nu to tal: Tallet til venstre viser datoen, og tallet til højre viser tiden.

Tryk på pileknep (A) til for at gå en dato op (maks 30), tryk på pileknep (B) for at gå en dag ned (minimum 1).

Tryk på pileknep (C) sætter tiden op med en time (maks 23). Tryk på pileknep (D) til højre sætter tiden ned med en time (minimum 0).

Tryk på tænd/sluk-knappen for at gemme indstillingerne og vende tilbage til startmenuen.

TENStem eco basic slukker automatisk efter to minutter, hvis ingen knapper aktiveres. Skulle dette forekomme, gemmes de sidst indsatte parametre ikke.

## Søgefunktionen

Indstil først dato og tid (se ovenfor). Med søgefunktionen kan man aflæse en given patients tidligere behandlingsdata. Man kommer ind i søgefunktionen ved at trykke på pileknep (C) og E-knappen samtidig og holde dem nede ca. 3 sekunder. Hvis ingen værdier er gemt, viser skærmen "null" i ca. 2 sekunder og apparatet går automatisk tilbage til standby. Hvis du har gemt behandlingsdata, viser displayet parametrene fra den sidste behandling, som vist nedenfor:

Anvendt program = P01

Frekvens = 100 Hz

Pulsbredde = 200  $\mu$ s

Behandlingens varighed = 0 min 44 s

Behandlingsdato = 5 (femte dag)

Behandlingssession = 3



Man kan gemme op til 90 behandlinger de første 3 hver dag. På pileknep (B) kan du vende tilbage til værdierne for den foregående dag (indtil du når til den første registrerede dag). Via pileknep (A) kan du gå videre til næste dag (indtil du når dags dato).

Den nederste højre pileknep (D) viser parametrene fra den sidste behandling den pågældende dag (indtil du når til den første behandling fra den dag). Den øverste højre pileknep (C) viser parametrene fra den næste behandling (indtil du når den sidste behandling den pågældende dag).

## Reset af hukommelsen

Alle gemte data slettes ved at trykke på E knappen og holde den nede ca. 5 sekunder. Skærmen viser "Clr" i ca. 2 sekunder og apparatet kan igen anvendes til behandling. TENStem eco basic slukkes automatisk efter to minutter, hvis ingen knapper aktiveres.

## Batteriskift

Hvis batteristyrken kommer ned på under 3,7 V, viser batteri-symbolet sig på skærmen, og der skal sættes 4 nye 1,5 V batterier i (AAA, f.eks. LR03). For at skifte batterier:

1. Sluk apparatet på tænd/sluk-knappen.
2. Åben batterirummet bag på apparatet (skub låget til side).
3. Fjern de gamle batterier.
4. Sæt de nye batterier i (check de er vendt rigtigt).
5. Luk batterirummet.
6. Hvis apparatet ikke er i brug i en længere periode, skal batterierne altid tages ud. Hvis du bruger genopladelige batterier, følg vejledningen for opladeren. Bortskaf gamle batterier efter gældende regler.

## Oversigt over vigtigt kombinationer

### Lås/åben et program

Tryk på nederste venstre pileknop (B) samtidig med P-knappen i 3 sekunder

### Ændre behandlingstiden

Tryk på E-knappen.

### Indsæt egne programmer

Vælg P13 - P15, tryk på E knappen.

### Indstil dato/tid

Tryk på E-knappen i 3 sekunder.

### Anvend søgefunktionen

Tryk på nederste venstre pileknop (B) samtidig med E-knappen i 3 sekunder.


### Tænd/sluk for lyden

Tryk nederste højre pileknop (D) samtidig med E-knappen i 3 sekunder.  
Tryk på E-knappen for at skifte tænde og slukke for lyden.

# Forudindstillede programmer

## Program 1: Gate control 1

Begge kanaler arbejder med samme frekvens og pulsbredde.

Frekvens:	100 Hz	
Pulsbredde:	200 µs	
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)	

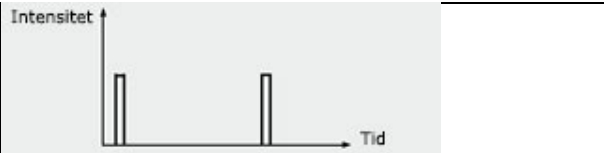
**Indikationer:** Akutte nerve- eller ledsmerter

Dette program anvendes til at behandle akutte nerve-relaterede smerter og ledsmerter. Virkningen er omgående.

---

## Program 2: Gate control 2

Begge kanaler arbejder med samme frekvens og pulsbredde.

Frekvens:	80 Hz	
Pulsbredde:	150 µs	
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)	

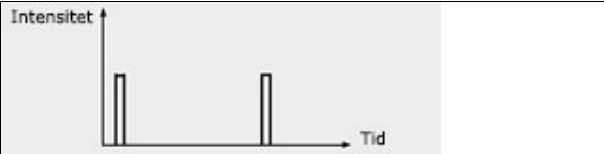
**Indikationer:** Akutte nerve- eller ledsmerter

Program 2 er lige som program 1, men det arbejder med lavere frekvens og opleves derfor måske som behageligere.

---

## Program 3: Lavfrekvens

Begge kanaler arbejder med samme frekvens og pulsbredde.

Frekvens:	2 Hz	
Pulsbredde:	250 µs	
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)	

**Indikationer:** Diffuse nerve-, led- eller muskelsmerter, spasmer, lændesmerter, nakkesmerter, fibromyalgi, kroniske smerter. Dette program anvendes til at afslappe smertende muskler og til at udløse produktionen af endorfiner. Endorfiner har en smertestillende virkning, der virker efter stimuleringen ophører, men program P3 skal virke helt til afslutning (30 min.) For at opnå ekstra god virkning, anbring kaada elektroder (på hånden).

### Program 4: Gate control & lavfrekvens

Kanalerne arbejder med forskellige frekvenser, men med same puls bredde.

<b>Kanal 1:</b>		<b>Kanal 2:</b>		
Frekvens:	100 Hz	Frekvens:	2 Hz	
Pulsbredde:	200 µs	Pulsbredde:	200 µs	

**Indikationer:** Ledsmarter

Dette program kombinerer virkningerne af program 1 og 3, i tilfælde af, at den smertestillende virkning af program ikke er effektiv nok.

### Program 5: Tilpasning

Efter fase 1 skifter programmet automatisk til fase 2. Behandlingstid: 30 minutter (10 til 90 minutter)

<b>Fase 1:</b>		<b>Fase 2:</b>		
Frekvens:	100 Hz	Frekvens:	2 Hz	
Pulsbredde:	150 µs	Pulsbredde:	200 µs	
Varighed:	10 min	Varighed:	20 min	

**Indikationer:** Specielt for lændesmerter og iskias. Program 5 starter med højfrekvens stimulering i 10 minutter for at give øjeblikkelig smertelindring. Efter 10 minutter skifter den automatisk til 20 minutters lavfrekvens stimulering med akupunktur-type impulser for at udløse endorfiner og for at opretholde den smertelindrende effekt efter stimuleringen er afsluttet.

### Program 6: HAN behandling

Apparatet skifter løbende mellem fase 1 og fase 2. Behandlingstid: 30 minutter (10 til 90 minutter)

<b>Fase 1:</b>		<b>Fase 2:</b>	
Frekvens:	100 Hz	Frekvens:	2 Hz
Pulsbredde:	150 $\mu$ s	Pulsbredde:	200 $\mu$ s
Varighed:	3 sek.	Varighed:	3 sek.



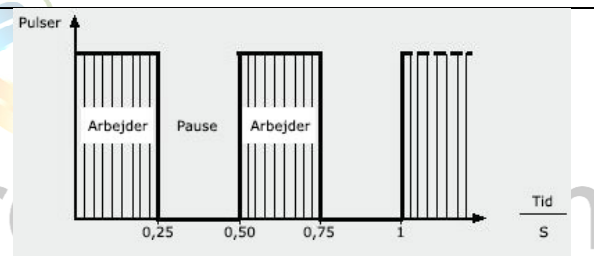
**Indikationer:** Alle former for smerter.

Dette program kombinerer den smertestillende effekt af højfrekvensstimulering med endorfin produktionen udløst af lavfrekvensstimulering. Hvert 3. sekund skifter det mellem "nålepriks" stimulering til en pulserende stimulering.

### Program 7: Stødvis

Dette program giver stødvis pulseringer.

Frekvens:	100 Hz
Pulsbredde:	150 $\mu$ s
Modulering:	Stødvist 0,5 sek. (0,25 sek. + 0,25 sek.)
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)



**Indikationer:** Diffuse nerve- led- eller muskelsmerter, spasmer, lændesmerter, nakkesmerter, fibromyalgi.

Dette program dækker de samme indikationer som program 3, men stimuleringen opleves ofte som behageligere end den normale lavfrekvens stimulering.

### Program 8: Modulering

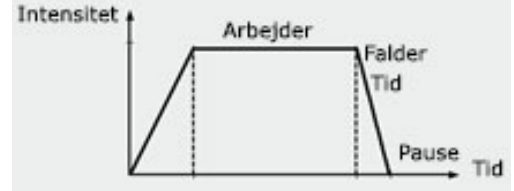
Frekvensen ændrer sig løbende inden for frekvens grænserne. Puls bredden justerer sig tilsvarende.

Minimal frekvens:	2 Hz (Pulsbredde: 200 $\mu$ s)
Maximal frekvens:	80 Hz (Pulsbredde: 100 $\mu$ s)
Moduleringsvarighed:	7,5 sek. (2 Hz -> 80 Hz)
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)

**Indikationer:** Akutte nerve- eller ledsmarter (som et alternativ til P1 og P2). Hvis det opleves, at den smertestillende effekt af program 1 eller 2 formindskes, skift til program 8. Med frekvens moduleringen vænner kroppen sig ikke til stimuleringen.

### Program 9: Muskelstimulation

Intensiteten ændrer sig løbende i overensstemmelse med de indsatte parameter.

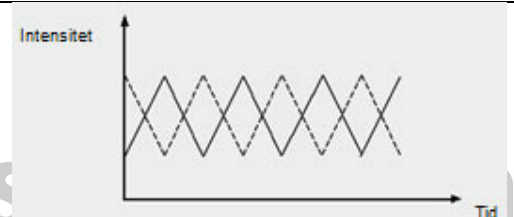
Frekvens:	50 Hz	Pulsbredde:	250 $\mu$ s	
Stigende trin:	2 sek.	Funktionsfase:	5 sek.	
Faldende trin:	1 sek.	Pause:	12 sek.	
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)			

**Indikationer:** Bruges til at forhindre muskel atrofi, og for at styrke musklerne. Dette program er ideelt til at opretholde muskelmasse, f.eks. ved skader og rekonvalescens, eller til at forhindre muskel atrofi. Ved tilfælde af muskel atrofi bør der ikke stimuleres mere end én gang dagligt den første måned. Program 9 kan afgjort anvendes til at styrke sunde muskler.

---

### Program 10: Gate control dynamik 1

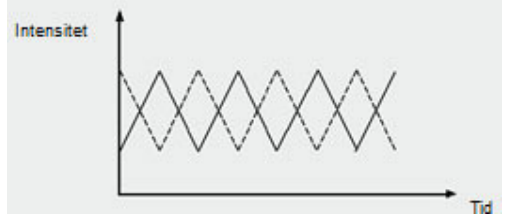
Intensiteten ændrer sig løbende, og de to kanaler arbejder alternativt (massage effekt).

Frekvens:	80 Hz	
Pulsbredde:	150 $\mu$ s	
Intensitetsmodulering:	1 sek. stigning, 1 sek. fald	
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)	

**Indikationer:** Specielt akutte rygsmerter, lændesmerter, iskias. Dette program anbefales til behandling af rygsmerter. Massageeffekten giver en behagelig stimulering. Den såkaldte Gate Control refleks, som opnås ved denne form for stimulering, er en naturlig refleks, som opnås ved f.eks. at gnide det smerteangrebne område med hænderne for at lindre akutte smerter. For at opnå massageeffekten er det vigtigt at anvende begge kanaler på TENStem eco basic.

### Program 11: Gate control dynamik 2

Intensiteten ændrer sig løbende, og de to kanaler arbejder alternativt (massage effekt).

Frekvens:	80 Hz	
Pulsbredde:	150 $\mu$ s	
Intensitetsmodulering:	0,25 sek. stigning, 0,25 sek. fald	
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)	


**Indikationer:** Tunge ben (blodtilbageløb)

Program 11 er meget som program 10, men massagebølgerne er hurtigere. Det anvendes til at forbedre blodtilbageløbet hos patienter, der lider af tunge ben. For at opnå massageeffekten er det vigtigt at anvende begge kanaler på TENStem eco basic.

---

### Program 12: Dyb TENS

Program 12 virker lige som program 1. Dog skabes der i stedet for kun én puls fire korte pulse.

Frekvens:	100 Hz	
Pulsbredde:	75 $\mu$ s	
Modulering:	fire pulse i en gruppe, periodernes varighed 275 $\mu$ s	
Behandlingstid:	30 min (10 til 90 min)	

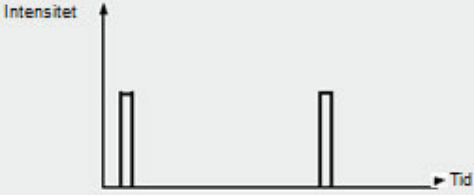
Dette program kunne kaldes den sidste udvej, hvis ingen af de andre programmer giver en smertestillende effekt. På grund af den høje frekvens føles dette program imidlertid ofte mindre behageligt. Ydermere kræver højfrekvens stimulering mere batterikraft.



## Brugerprogrammer til egen indstilling

### Program 13: Gate control

Begge kanaler arbejder med samme frekvens og pulsbredde.

Frekvens:	1 - 120 Hz	Intensitet ↑ 
Pulsbredde:	75 - 300 µs	
Behandlingstid:	10	

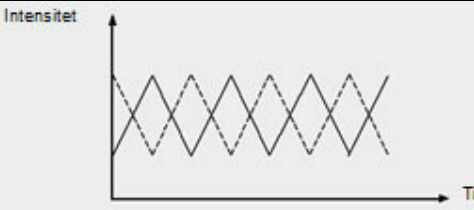
### Program 14: Muskelstimulering

Intensiteten ændrer sig løbende i overensstemmelse med de viste parametre.

Frekvens:	1 - 120 Hz	Intensitet ↑ 
Puls bredde:	75 - 300 µs	
Stigende trin:	2 sek.	
Arbejdsfase:	5 sek.	
Faldende trin:	1 sek.	
Pause:	12 sek.	
Behandlingstid:	10 - 90 min	

### Program 15: Gate control dynamik

Intensiteten ændrer sig løbende, og de to kanaler arbejder alternativt (massage effekt).

Frekvens:	1 - 120 Hz	Intensitet ↑ 
Puls bredde:	75 - 300 µs	
Intensitetsmodulering:	1 sek. stigning 1 sek. fald	
Behandlingstid:	10 - 90 min	

### Program 16: Iontophoresis, Nerve blokering f.eks. sved-problemer

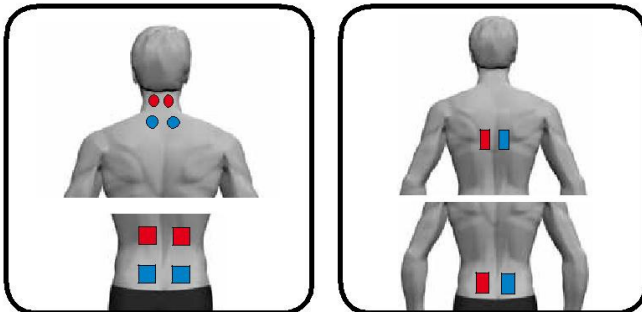
<http://www.sweathelp.org/en/hyperhidrosis-treatments/iontophoresis>

Begge kanaler arbejder med samme frekvens og pulsbredde. Strømmen er monophasic. Vi anbefaler ikke at anvende P16 i mere end 20 minutter. Check huden under elektroderne efter stimuleringen.

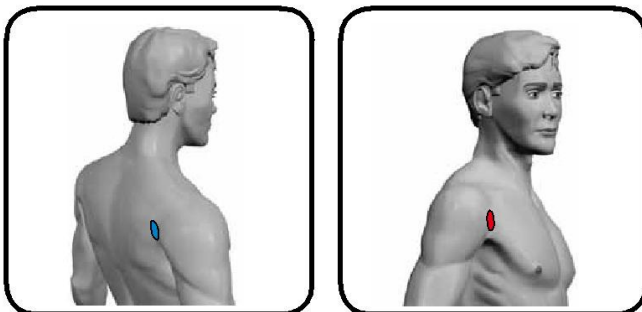
Frekvens:	1 - 120 Hz
Pulsbredde:	75 - 300 µs
Behandlingstid:	20 min

# Placering af elektroder til smerte-programmer

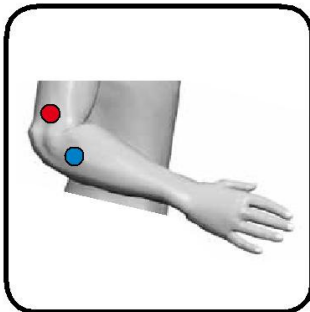
## Rygsmarter



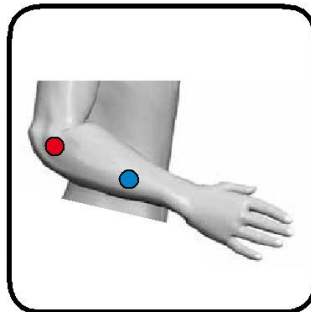
## Skuldresmerter



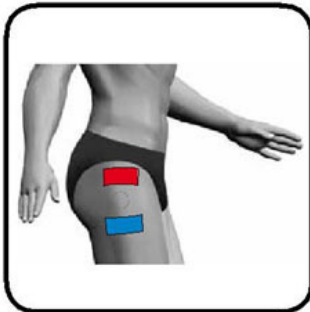
## Golfalbue



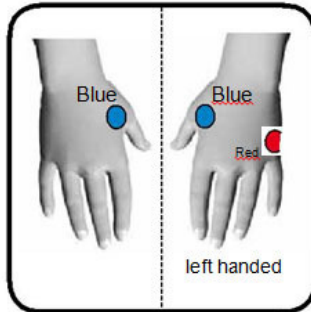
## Tennisarm



## Gigt (hofte)

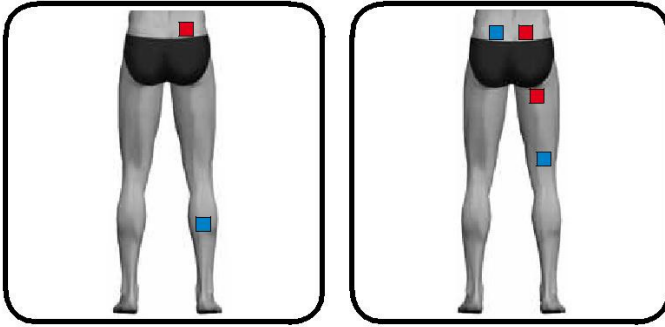


## Kaada stimulering (kun 1 kanal)

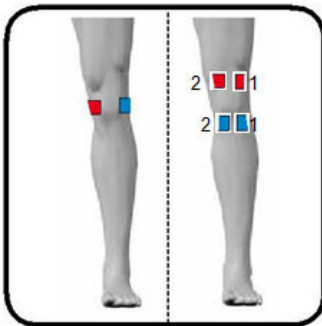


shop.com

**Iskias**



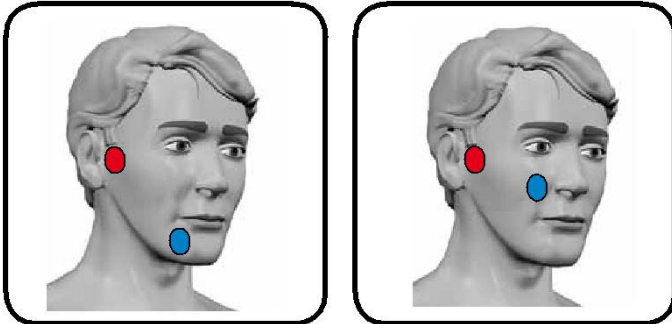
**Gigt/knæsmerter**



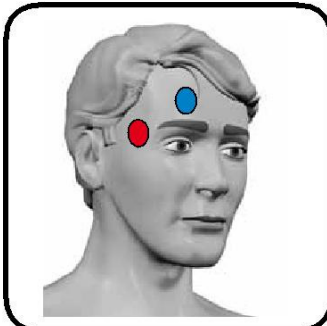
**Ankel ledsmerter**



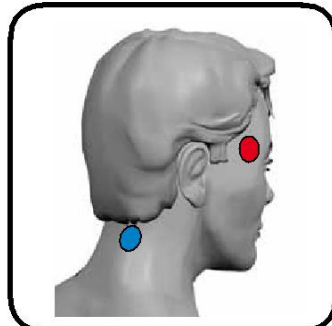
**Trigeminus neuralgi (nervesmerter)**



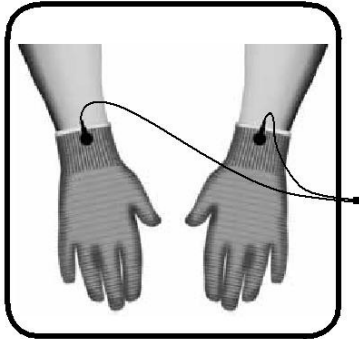
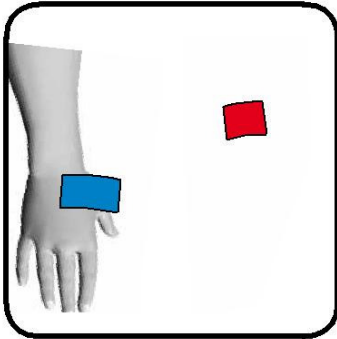
**Migræne**



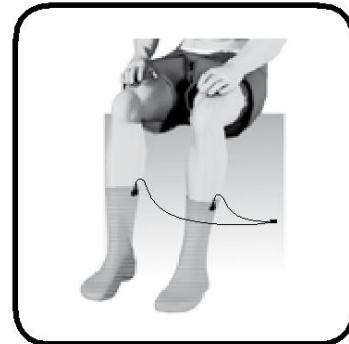
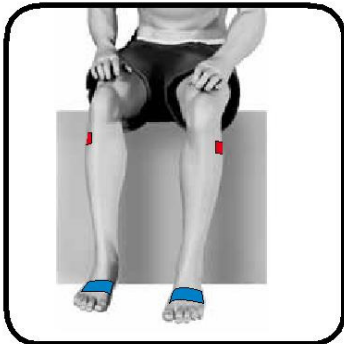
**Spændingshovedpine**



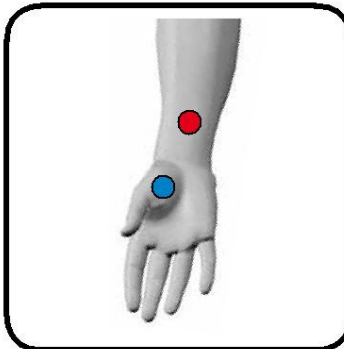
**Polyarthritis – gigtinflammation**



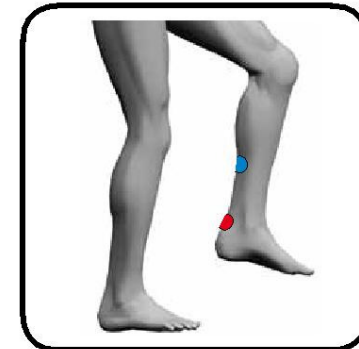
**Polyneuropathy - nerveskader**



**Karpaltunnel syndrom**



**Smerte i achillessenen/hælsmerter**



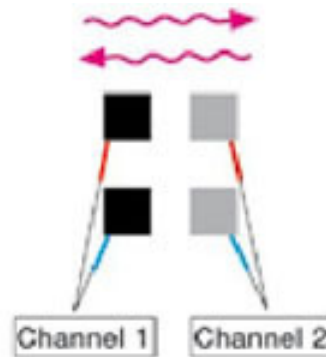
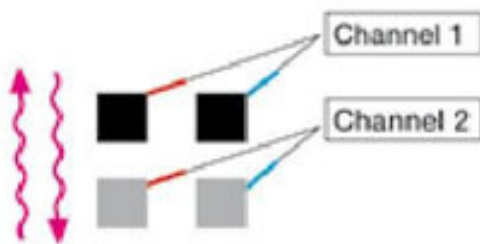
hop.com

## Placering af elektroder til dynamisk stimulering (P10, P11, P15)

Stimuleringen udføres ikke samtidig på begge kanaler. Strømmen flyder fra en elektrode til en anden lige som en bølgebevægelse på kroppen. Denne form for stimulering er langt behageligere end traditionel nerve-muskel stimulering. Dynamisk stimulering kan anvendes med højfrekvens parametre for at få den optimale muskel stimulering. Denne behandlingsmetode har også en øget effekt ved lymfedrænagestimulering. Elektrodernes placering til dynamisk stimulering afhænger af stimuleringens retning (stigende/faldende stimulering eller sidelæns stimulering).

Stigende eller faldende stimulering på ryg eller ben.

Sidelæns stimulering på lår- eller mavemuskler.



**Stigende  
bølge:**  
kanal 2  
kanal 1



**Faldende  
bølge:**  
kanal 1  
kanal 2

## Ofte stillede spørgsmål

### **Hvor mange gange om dagen kan jeg anvende TENStem eco basic?**

Vi anbefaler, man anvender apparatet 3 gange om dagen. Den forud indstillede behandlingstid på 30 minutter pr. program bør ikke overskrides. Efter en behandling bør man vente nogle timer før man anvender apparatet igen.

### **Hvilken intensitet skal jeg bruge?**

Forsøg ikke at forhøje intensiteten ud over det punkt, hvor det er behageligt. Du vil enten føle "nåleprik" eller bølger afhængigt af programmet eller frekvensen du anvender. Du vil bemærke at intensiteten ofte føles forskellig, selv om du stimulerer det samme område på forskellige tidspunkter af dagen, det er ganske normalt. Vær ikke bange for at justere intensiteten for at få en stærkere, men stadig behagelig stimulering.

### **Intensiteten på mit TENS apparat kan ikke justeres højere end til 6/8 mA. Er mit TENS apparat defekt?**

TENStem eco basic er ikke defekt. Check om kablerne er korrekt forbundet med apparatet, og om elektroderne er korrekt forbundet med kablerne. Prøv at anvende nye elektroder. Apparatet er udstyret med en speciel funktion til elektrodegenkendelse, der forhindrer forhøjelse af intensiteten hvis elektroderne ikke er korrekt anbragt på huden, og hvis elektroderne er slidte eller hvis kablerne er defekte.

### **Jeg har anvendt min TENStem eco basic i 2 måneder og jeg føler at stimuleringen er mindre effektiv.**

Dette kan være af de følgende årsager:

Elektroderne trænger til at blive udskiftet.

Din krop har vænnet sig til den gentagne stimulering. Vi anbefaler, at du ændrer program eller placering af elektroderne.


### **Kan elektroder klæbe til behåret hud?**

I tilfælde af voldsom hårvækst anbefaler vi at man barberer huden, før elektroderne placeres, men normalt er det ikke nødvendigt.


## Tilbehør

Det følgende tilbehør kan kombineres med TENStem eco basic.

### Stimex selvklæbende elektroder

Lev. ID	Navn	Antal pr. pakke	
281000	Stimex 32 mm rund	4	
282000	Stimex 50 mm rund	4	
283400	Stimex 50x50 mm	4	
281032	Stimex 50x50 mm	20	
283600	Stimex 50x90 mm	2	
281007	Stimex 50x90 mm	4	
283000	Stimex 50x130 mm	2	
283100	Stimex 80x130 mm	2	
281027	Stimex sensitiv 50x50 mm	4	

### Silikoneelektroder (til anvendelse med kontaktgel)

Lev. ID	Navn	Antal pr. pakke	
107090	Silicone elektrode 20 mm rund	2	
107060	Silicone elektrode 25 mm rund	2	
107075	Silicone elektrode 40x28 mm	2	
107035	Silicone elektrode 56x28 mm	2	
107020	Silicone elektrode 75x30 mm	2	
107055	Silicone elektrode 90x35 mm	2	
107011	Silicone elektrode 38x45 mm	2	
107010	Silicone elektrode 48x48 mm	2	
107050	Silicone elektrode 70x65 mm	2	
107070	Silicone elektrode 70x140 mm	2	

### MedicoBack: til behandling af lændesmerter

Lændestøtte bandage med pelotte og integrerede elektroder til at anvende med TENStem eco basic smertestillende programmer. MedicoBack P-type giver patienten mulighed for ryghvirvel stabilisering og støtte såvel som stimulering fra de integrerede elektroder. Pelotten forhøjer med massageknopperne den smertelindrende effekt. MedicoBack P-type kan anvendes til lette eller akutte smerter lige så vel som kroniske smerter i lænderegionen


Lev. ID	Navn	Størrelse	Længde	
107034	MedicoBack P-type	S	80 - 90 cm	
107036	MedicoBack P-type	M	90 - 100 cm	
107037	MedicoBack P-type	L	100 - 110 cm	
107038	MedicoBack P-type	XL	110 - 120 cm	
107039	MedicoBack P-type	XXL	120 - 130 cm	

### Stimex påklædningselektroder: handsker og sokker

Handsker og sokker anvendt samtidig med TENStem eco basic giver stimulering af hele hånden og/eller foden og anklen, så man undgår den til tider trættende anbringelse af selvklæbende elektroder på hånden og foden.

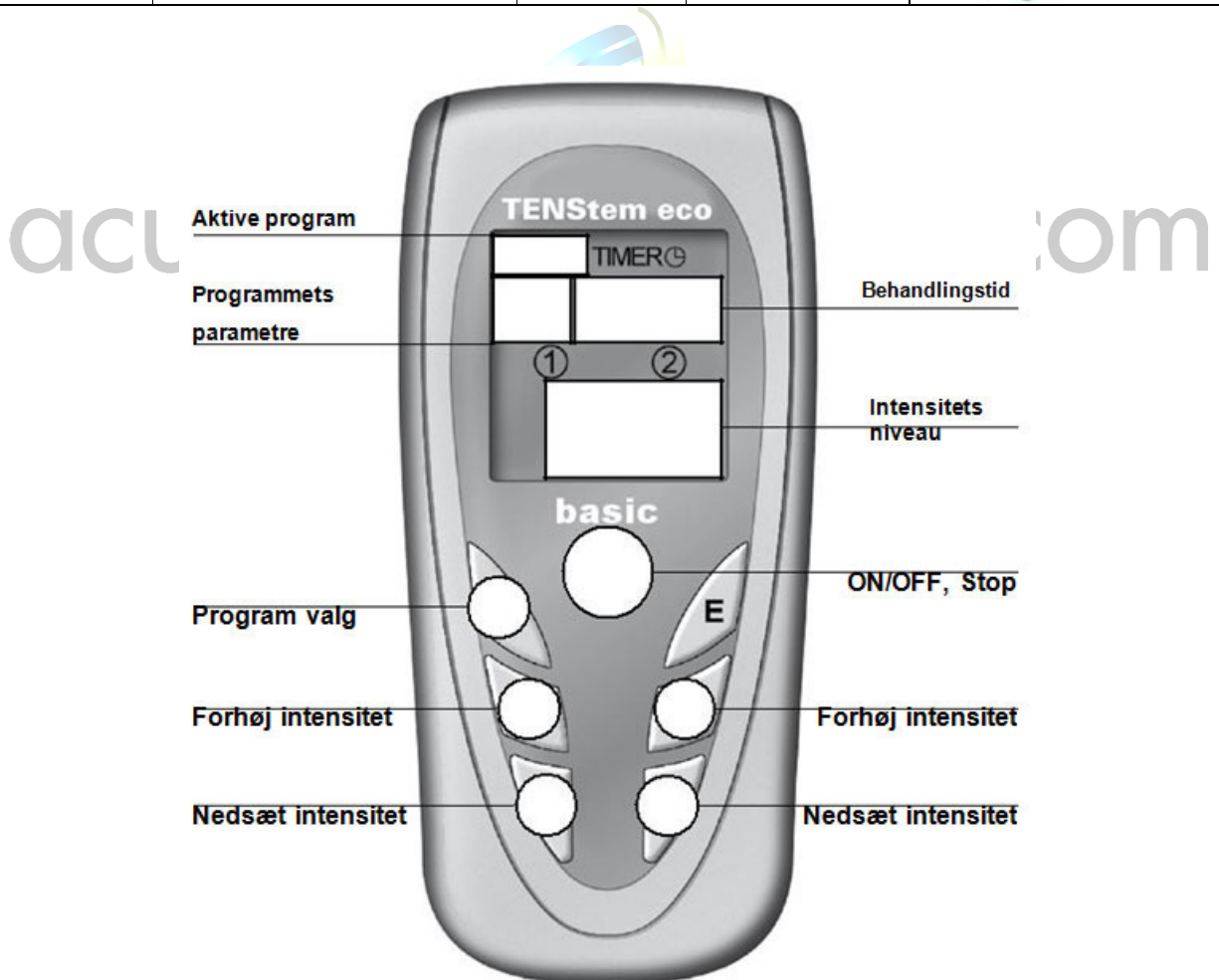

#### Handsker

Lev. ID	Navn	Størrelse	Par
107014	Stimuleringshandsker	S	1
107021	Stimuleringshandsker	M	1
107022	Stimuleringshandsker	L	1



#### Sokker

Lev. ID	Navn	Størrelse	Par
107023	Stimuleringssocker	M	1
107024	Stimuleringssocker	L	1





## Oversigt over forudindstillede programmer

Nr	Program navn	Indikation	Beskrivelse	Frekvens/ Hz	Pulsbredde/ µs	Tid/mi n
1	Gate control 1	Smerter fra vævsbeskadigelse/inflammation, akutte smerter, nervesmerter	Begge kanaler	100	200	30
2	Gate control 2	Alternativ til program 1	Begge kanaler	80	150	30
3	Lavfrekvens	Kroniske inflammations smerter, forbedring af blodcirkulation, Kaada stimulering	Begge kanaler	2	250	30
4	Gate control + lavfrekvens	Kombination af høj- og lavfrekvens stimulering	Kanal 1: 100 Hz Kanal 2: 2 Hz	Kanal 1: 100 Kanal 2: 2	200	30
5	lavfrekvens	Muskelsmerter	Første 10 min 100 Hz, så 20 min med 2 Hz	100/2	150/200	10/20
6	HAN	Anvendeligt til næsten alle former for smerter	3 sek. 100 Hz, så 3 sek. 2 Hz osv.	100/2	150/200	30
7	Burst	Alternativ til program 3 (behageligere)	100 Hz i 0,25 sek.	100	150	30
8	Modulering	Alternativ til de andre programmer i tilfælde af behandlingsmodstand (???)	Automatisk frekvens kørsel fra 2 Hz to 80 Hz inden for 7,5 sek.	2 - 80	200 - 100	30
9	Muskelstimulering	Modvirke atrofi, muskelstyrkende	Forhøj 2 sek., funktionstid 5 sek., nedsæt 1 sek., pause 12 sek., automatisk intensitets tilpasning	50	250	30
10	Gate control dynamisk 1	Muskelaflappende	Intensitet inden for 1 sek. til maksimum, så inden for 1 sek. reduceret til 50%. Begge kanaler i alternativ funktion.	80	150	30
11	Gate control Dynamisk 2	Muskelaflappende, blodtilbagefø	Intensitet inden for 0,25 sek. til maksimum, så inden for 0,25 sek. reduceret til 50%. Begge kanaler i alternativ funktion.	80	150	30
12	Dyb TENS	Muskelsmerter, dybtliggende smerter	Impuls sektioner på 4 impulser. 200 µs mellem hver impuls.	100	75	30

## Oversigt over brugerprogrammer

Nr	Program navn	Indikation	Beskrivelse	Frekvens/ Hz	Pulsbredde/ µs	Tid/mi n
13	TENS stimulering	Smertebehandling (se programmer 1-3)	Begge kanaler	1-120	75-300	10- 90
14	Muskelstim ulering	Muskelsmerter, dybtliggende smerter	Forhøj 2 sek, funktionstid 5 sek, nedsæt 1 sek, pause 12 sek (automatisk intensitets tilpasning)	1-120	75-300	10- 90
15	Gate control dynamisk	Muskelaflappende	Intensitet inden for 1 sek til maximum, så inden for 1 sek reduceret til 50%. Begge kanaler i alternativ funktion	1-120	75-300	10- 90
16	Monophasic	Iontophoresis nerveblokering (feks sved), Jenkner block (stellate ganglion block) = blokering af den stjerneformede nerve bundt(sympatiske nerver) feks Raynauds, påvirkning ved 1st. Ribben syndrom.	Begge kanaler med monophasic strøm	1-120	75-300	20



acupunctureshop.com

