

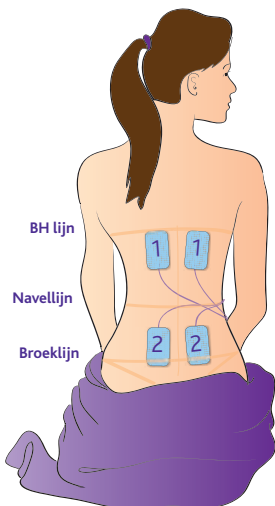
## Aanbevolen plaatsing van de elektroden

De plakelektroden moeten op de juiste plek geplaatst worden voor een maximale pijnverlichting. Het is aanbevolen dat uw bevallingspartner of medisch adviseur u hierbij helpt. Lees de volgende aanwijzingen aandachtig:

1. Trek de elektroden voorzichtig van de plastic beschermfolie af. Trek niet aan de draden van de elektroden.

2. Plaats de bovenste twee plakelektroden (aangesloten op de linker ingang CH1) ongeveer 4 cm links en rechts van de ruggengraat en 4-5 cm boven de navellijn, zoals aangegeven in het diagram.

3. Plaats de onderste twee elektroden (aangesloten op de rechteringang CH2) ongeveer 4 cm links en rechts van de ruggengraat en 4-5 cm onder de navellijn, zoals aangegeven in het diagram.



BH lijn

Navellijn

Broeklijn

Referentie: Cluett E. (1994) SRN RM ADM PGCEA. Analgesia in Labour: A review of the TENS method. Professional Care of Mother and Child. Mar.4 (2): 50-2

7

## Uw Elle TENS 2 gebruiken

a) Uw Elle TENS 2 is nu klaar voor gebruik. Zet het apparaat aan door op de **ON**/aanknop te drukken. Zorg ervoor dat de 'boost'-knop aan de bovenkant van het apparaat NIET ingedrukt is. De Elle TENS 2 start altijd in BURST 1 modus.

b) Druk eerst op de **CH1+** knop. Bij iedere druk op deze knop verschijnt er een 'half maantje' op het scherm dat aangeeft dat het nummer en de intensiteit toenemen. U begint een pulserende sensatie waar te nemen in dezelfde frequentie als het knipperende pijtje dat op het scherm aan en uit gaat.

c) Herhaal voorgaande stap met de **CH2+** knop. U voelt nu een sensatie in beide elektrodesets.

d) BURST1 (tussen de weeën in gebruiken): Dit is de eerste modus die u zult gebruiken. Het voelt als een tintelende, pulserende sensatie, met andere woorden de Between Contract Timer (BCT) activeren. De BCT meet de tijd tussen de weeën. Dit is links onder in het display te zien.

8

e) BOOST 1 (tijdens de weeën gebruiken): Als er een wee opkomt, drukt u op de 'boost'-knop aan de rechterbovenkant van het apparaat. De Elle TENS 2 schakelt dan automatisch over naar de BOOST 1 modus voor een extra krachtige prikkel die nodig is om de pijn tijdens weeën te bestrijden. Dit voelt als een continue sensatie aan.

f) Zodra de wee voorbij is, laat u de 'boost' knop los. De Elle TENS 2 gaat dan weer terug naar de oorspronkelijke BURST 1 modus. Herhaal dit tijdens de eerste fasen van de bevalling.

## De Weeën timer gebruiken

De eerste keer dat u op de boost-knop drukt, activeert de Elle TENS 2 automatisch de weeën timer (CT). Dit is rechts onder in het display te zien. Dit meet de duur van uw weeën in seconden. Als de wee is verstreken en de boost-knop is losgelaten, zal het apparaat de Between Contract Timer (BCT) activeren. De BCT meet de tijd tussen de weeën. Dit is links onder in het display te zien.

## Weeën geschiedenis

Om een lijst met uw laatste 5 'Contractie Times' (CT) en 'Between Contraction Times' (BCT) op te roepen, drukt u tegelijkertijd op de **CH1-** en **CH2-** toetsen. De laatste opgenomen reeks CT- en BCT-tijden worden weergegeven als 1.

Gebruik **CH2+** om terug te gaan naar vorige sets (bijv. 2, 3, 4, 5) of om opnieuw te starten. Door het gebruik van de weeën geschiedenis zal de functionaliteit van het apparaat niet uitschakelen. Druk tegelijkertijd op de knoppen **CH1** en **CH2** om terug te keren naar het hoofdscherm.

N.B. Om te voorkomen dat u de weeën geschiedenis verliest, mag u het apparaat NIET uit zetten. Verwijder de batterijen als u de weeën geschiedenis wilt resetten.

## De Modus-knop

Er zijn 2 instellingen mogelijk op de Elle TENS 2, elk met een Burst en Boost functie.

**Modus 1** (Burst 1 en Boost 1), staat hierboven beschreven en wordt hoofdzakelijk tijdens de eerste fasen van de bevalling gebruikt.

**Modus 2** (Burst 2 en Boost 2) kan gebruikt worden in de latere fasen van de bevalling als de weeën vaker komen.

Druk de **Modus**-knop in om tussen deze twee standen te schakelen. U zult op het scherm zien dat het nummer in het cirkeltje naast BURST of BOOST verandert van een 1 naar een 2, en andersom. Let op. Beide standen kunnen willekeurig veranderd en naar wens gebruikt worden. Dit is niet afhankelijk van de fase van de bevalling.

## De Opti-max knop

Dit biedt extra mogelijkheden voor uw Elle TENS 2. Met de Opti-max knop verhoogt of verlaagt u de intensiteit van de stroompulsen die naar de elektroden gestuurd worden. Het indrukken van de **OM**-knop, + of -, verhoogt of verlaagt de Opti-max sensatie. Dit is heel handig tijdens de laatste fasen van de bevalling als u extra sterke stroompulsen nodig hebt. Er zijn 5 Opti-max niveaus die aangegeven worden met 5 stippen, die oplopen als de Opti-max intensiteit verhoogd wordt. Het apparaat start altijd op Opti-max niveau 3, dat precies tussen de hoogste en laagste stand ligt. Let op. De Opti-max knop kan naar wens gebruikt worden en is niet afhankelijk van de fase van de bevalling.



Gebruiksaanwijzing

ELLE TENS 2

Babycare TENS

9

## Veel gestelde vragen

- V **Wanneer kan ik mijn Elle TENS 2 gaan gebruiken?**
- A Gebruik het zo vroeg mogelijk aan het begin van de bevalling zodat uw lichaam tijd heeft om voldoende natuurlijke pijnstillers aan te maken.
- V **Kan ik de Elle TENS 2 vóór de bevalling uitproberen?**
- A Ja, plaats 2 elektroden op uw onderarm om de verschillende stroompulsen te voelen.
- V **Kan ik de Elle TENS 2 met geneesmiddelen gebruiken?**
- A Ja, u kunt het samen met pijnstillers zoals lachgas (entinox) of pethidine gebruiken.
- V **Kan de Elle TENS 2 in het ziekenhuis gebruikt worden?**
- A Ja, maar een verloskundige kan u vragen het apparaat tijdelijk uit te zetten.
- V **Kan ik de Elle TENS 2 gebruiken als ik een waterbevalling overweeg?**
- A Ja, maar niet in het water zelf.

10

## Vragen omtrent problemen

- V **Waarom lijkt het erop dat de stimulatie niet meer zo krachtig is nadat ik de Elle TENS 2 een tijdje gebruikt heb?**
- A Verhoog de intensiteit, u bent waarschijnlijk gewend geraakt aan de lagere stand.
- V **Waarom voelt de stimulatie sterk aan maar heeft het geen effect?**
- A Het kan zijn dat u de elektroden moet verplaatsen.
- V **Waarom voelt de stimulatie, zelfs op een hoge stand, niet sterk genoeg aan?**
- A De batterijen moeten waarschijnlijk vernieuwd worden.
- V **Wat moet ik doen als er geen stimulatie is, onderbroken stimulatie, of zwakke stimulatie is, zelfs met nieuwe batterijen?**
- A Controleer de contactpunten van de elektroden. Controleer de draden. Controleer de batterijen. Bel GeboortetENS B.V. op 0486-417220 (Ma-Vrij 9:00-17:00uur).

## Nuttige informatie

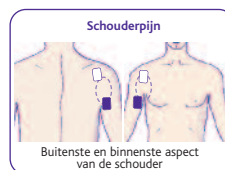
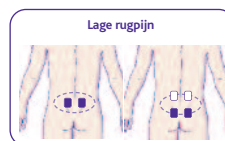
1. Continueer de stimulatie zolang het noodzakelijk is, behalve als het onaangenaam aanvoelt.
2. Als de stimulatie enkele uren voortduurt, kunnen de plakkers droog worden. In dat geval schakelt u het apparaat uit, trekt u de pinnen uit de elektroden, en maakt u de plakzijde met een beetje water vochtig (bv. Met een plantenspuit).
3. Let er op dat het apparaat uitgeschakeld is voordat u de draden verwijderd. Trek niet aan de draden. Verwijder de jackpluggen altijd door de pluggen tussen duim en wijsvinger beet te houden en deze uit de ingangen te trekken.
4. Let op. De Elle TENS 2 kan ook als een standaard TENS-apparaat gebruikt worden voor pijnverlichting bij diverse aandoeningen, waaronder pijn na een operatie. Dit is wellicht handig om te weten in geval van een keizersnede. Bij dit gebruik moet u altijd eerst medisch advies inwinnen.

8

## Diagrammen Elektroden plaatsing

KEY:  
 = eerste paar elektroden  
 = tweede paar elektroden

N.B. De elektroden die bij dit apparaat worden geleverd, hebben allemaal dezelfde kleur - de zwart-witte vierkanten tonen alleen de voorgestelde plaatsing van elektroden.



11

## Elle TENS 2 - Technische gegevens

Programma	Display	Frequentie
Burst	Burst 1	Puls frequentie (Burst) Puls breedte (150us) 1 burst per seconde, 4 pulses per burst
Burst	Burst 2	Puls frequentie (B2) Puls breedte (150us) 2 bursts per seconde, 9 pulses per burst
Boost	Boost 1	Puls frequentie (B0H) Puls breedte (150us) continue*
Boost	Boost 2	Puls frequentie (B0H) Puls breedte (150us) continue*
Uitgangskanaal	2 kanalen	
Gebruik	Symmetrisch dubbelzijdig rechtzijdig	
Uitgangspanning	Instelbaar vanaf 0 tot 155 VdA in 15 stappen van 500 lading	
Uitgangintensiteit	Instelbaar vanaf 0 - 110mA in stappen van 500. Intenseitenniveau gaat terug naar 0 nadat het programma gerevigeerd is.	

\* Standaard aangevulde nadat de modus is veranderd (aangevulde wordt het NET ingangstijdens het wisselen tussen de BURST en BOOST standen)

Apparaat type	Twee-kanals digitale TENS
Classificatie	Er is sprake van voldoen aan de bepalingen van EC-richtlijn 90/269/EEG. Het is bedoeld voor continu gebruik.
Afmeting	115mm x 55mm x 30mm
Gewicht	75 gram
Uitgang jacks	CE aanraakvrije jacks
Scherm	Digitaal LCD - 8 zereen-segment cijfers rond 95 segmenten
Aanraakvrije uitgangsknop	Als de Elle TENS 2 niet gebruikt wordt, schakelt het apparaat zich na 5 minuten automatisch uit.
Legge batterij indicator	2,2 x 6,2 x 2
Batterij	2 x 1,5v AA Batterij (Type 166)
Omgang	Temperatuur 0-40°C Relatieve vochtigheid 10-90% RH Luchtdruk 700 hPa, 1000 hPa

12

## Garantie

Uw Elle TENS 2 apparaat heeft een garantie van 2 jaar tegen fabricage fouten. Noteer aankoop details in de ruimte hieronder. De garantie geldt niet onder meer op draden, batterijen en elektroden.

Aankoopdatum:

\_\_\_\_\_

Factuurnummer:

\_\_\_\_\_

Babycare TENS

Body Clock Health Care Ltd  
108 George Lane, South Woodford,  
London E18 1AD

Tel (+44) (0)20 8532 9595  
Fax (+44) (0)20 8532 9551  
www.babycaretens.com

e-mail customercare@babycaretens.com

Babycare maakt deel uit van Body Clock



0120

Juni 2018 (1)



Deze handleiding is recyclebaar

## Korte handleiding voor Elle TENS 2

Als u gaat bevallen, gebruik dan a.u.b. de onderstaande korte handleiding. Het is echter raadzaam het onderdeel genaamd 'Uw Elle TENS 2 instellen' op pagina 5 voordat de bevalling begint door te lezen om het beste resultaat te behalen.

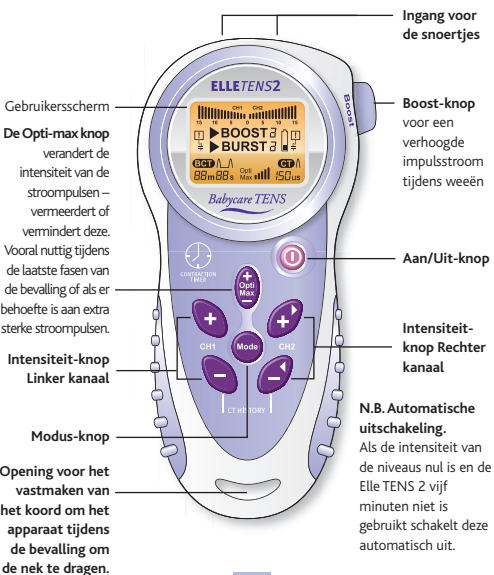
Lees de contra-indicaties en waarschuwingen Op pagina 1 voordat u de Elle TENS 2 gebruikt.

- Plaats 2 x AA batterijen in het vakje aan de achterzijde van het apparaat (zie fig. 1 en 2, pagina 6).
- Steek de pluggen van de elektrodedraden in de bovenkant van het apparaat (zie fig. 3, pagina 6).
- Steek de pinnen aan het andere einde van de draden in de ingangen op de plakelektroden. U mag de elektroden nog niet van de beschermfolie afhalen (zie fig. 4, pagina 6).
- Bepaal de juiste positie van de elektroden op het lichaam, zoals aangegeven op pagina 7. Om een sensatie waar te nemen moeten er twee elektroden aan elke elektrodedraad bevestigd

## Bedieningspaneel van de Elle TENS 2

De Elle TENS 2 is zeer eenvoudig te gebruiken. Het is echter belangrijk om deze instructies zorgvuldig door te lezen om het maximale uit het apparaat te halen.

Zorg ervoor dat alle contra-indicaties en voorzorgsmaatregelen zorgvuldig zijn gelezen. Zie pagina's 1 en 2.



worden. Verwijder de beschermfolie van de elektroden en breng de elektroden rechtstreeks op het lichaam aan.

- Zorg ervoor dat de 'boost'-knop aan de zijkant van het apparaat NIET ingedrukt is. Dit verzekert dat het apparaat in de BURST 1 modus begint (zie pagina 3).
- Druk op de (aan/uit) om het toestel aan te zetten.
- Druk vervolgens de (CH1 +) knop in totdat u een pulserende sensatie waarneemt.
- Herhaal dit met de (CH2+) knop.
- Als u een wee voelt opkomen, drukt u de 'boost'-knop los en gaat u weer terug naar de BURST-modus.
- Zodra de wee voorbij is laat u de 'boost'-knop los en gaat u weer terug naar de BURST-modus.

## Inhoud

Korte handleiding voor Elle TENS 2

Hoe kan de Elle TENS 2 uw pijn bestrijden?..1

Introductie van Elle TENS 2.....1

Contra-indicaties.....1

Voorzorgsmaatregelen.....2

Bedieningselementen van de Elle TENS 2...3

Symbolen en hun betekenis.....4

Uw Elle TENS 2 instellen.....5

Nuttige diagrammen.....6

Aanbevolen plaatsing van de elektroden.7

Uw Elle TENS 2 gebruiken.....8

Weeentimer/ Opti-Max knop.....9

Veel gestelde vragen.....10

Vragen omtrent problemen.....10

Nuttige informatie.....11

Post Natale plaatsingsdiagrammen elektroden.....11

Technische gegevens.....12

## Uitleg van de symbolen op het apparaat

Apparaat die een bepaalde mate van bescherming biedt tegen elektrische schokken met betrekking tot toelaatbare lekstroom door middel van een toegepast F-type onderdeel.

**Informatie met betrekking tot Elektro Magnetische Compatibiliteit (EMC).** Het Elle TENS 2 apparaat is ontworpen om te worden gebruikt in huiselijke en klinische omgeving en is goedgekeurd volgens de EMC-norm van EN 60601-1-2. Dit apparaat zendt zeer lage niveaus uit in het radiofrequentie (RF) -interval. Daarom is het onwaarschijnlijk dat er enige storing optreedt in uw de elektronische apparatuur zoals nabijgelegen radio, computer of mobiele telefoon enz. Een kleine afstand van ca. 3,3 meter is aanbevolen om dergelijke storingen te vermijden. Dit apparaat is ontworpen om de te verwachten storingen, afkomstig van elektrostatische ontladingen, netspanning magnetevelden en radiofrequentiezenders (zoals mobiele telefoons) te weerstaan.

## Symbolen en hun betekenis

**BURST** Deze functie wordt gebruikt aan het begin van de bevalling en tussen weeën in. Het kleine pijltje links naast het woord BURST knippert in hetzelfde ritme als de Burst-impuls die door de Elle TENS 2 worden afgegeven. Er zijn twee Burst standen mogelijk. Deze worden naast het woord BURST aangegeven met een 1 of een 2 in een klein cirkeltje. U kunt van stand veranderen met de Modus-knop.

**BOOST** Boost: Het indrukken van de 'Boost'knop aan de rechterbovenkant van het apparaat, activeert de Boost-modus. Deze functie wordt tijdens weeën gebruikt. Het kleine pijltje links van het woord BOOST blijft aan en geeft weer dat het apparaat in continu-modus is. Er zijn twee Booststanden mogelijk. Deze worden naast het woord BOOST aangegeven met een 1 of een 2 in een klein cirkeltje. U kunt tussen stand 1 en 2 schakelen met de Modus-knop.

**BCT** BCT: Een timer die om 0,3 s automatisch het tijdsinterval tussen de weeën meet.

Waarschuwing – lees pagina 2 van deze handleiding.

Houd dit product verwijderd van sproeiend water of regen.

Het eerste nummer 2: dit eerste cijfer wijst op de mate van bescherming van het product biedt tegen toegang tot gevaarlijke delen en de toegang van buiten komende voorwerpen. (bijvoorbeeld vingers) Er is getest met een dikte van 12 mm en 80 mm lengte.

Het tweede nummer 2: Het product is beschermd tegen druppelend water bij een schuine stand tot 15 graden.

Dit symbool betekent dat het product schadelijke stoffen bevat voor mens en milieu en dat het behoort tot het klein chemisch afval.

Dit symbool geeft het serienummer aan van het product en omvat het productiejaar. Het serienummer is te vinden in het batterijcompartiment van dit product.

**BURST 1** **BURST 2**  
Burst 1/ Burst 2: Er zijn twee modus functies beschikbaar met elk een Burst en Boost-functie (zie pagina 9).

**BATTERIJ INDICATOR**  
Dit teken begint te knipperen als de batterijen bijna leeg zijn. Als dit het geval is, vervangt u beide batterijen. Raadpleeg pagina 5 en 6 voor instructies.

**Stroomindicator:** Dit geeft de output van 0 tot 15 weer voor zowel het rechter als het linker kanaal. Elk segment vertegenwoordigt ongeveer 7% van de totale output.

**Opti-Max** Weeën timer: Begint door 205 s op de Boost-knop te drukken, deze registreert automatisch de duur van uw weeën.

**Opti-Max** Opti-max: Geeft de Opti-max output weer. U kunt hierover meer lezen op pagina 9.

**Elektroden WAARSCHUWING** (veiligheidsuitschakeling) Dit symbool verschijnt als een van de elektroden plakkers niet goed op de huid is bevestigd.

## Hoe kan de Elle TENS 2 uw pijn bestrijden?

TENS (Transcutane Elektrische Neuro Stimulatie) werkt door het afgeven van zwakke stroomimpuls die via plakelektroden door de huid heen naar de onderliggende Zenuwbanen gestuurd worden. De stroomimpuls van TENS helpen uw lichaam haar eigen pijnstillers aan te maken, zoals 'endorfinen'.

De mate van pijnverlichting verschilt van persoon tot persoon. Sommigen vinden dat Elle TENS 2 voldoende pijnverlichting geeft tijdens de hele bevalling, terwijl anderen extra pijnverlichting nodig hebben tijdens de laatste fase van de bevalling.

## Introductie van Elle TENS 2

De Elle TENS 2 is een moderne, efficiënte manier van pijnverlichting, zonder bekende bijwerkingen. Om het maximale uit uw TENS apparaat te halen raden wij u aan vooraf uw arts te raadplegen en deze handleiding zorgvuldig door te lezen.

## Uw Elle TENS instellen

### Controleer de volgende inhoud:

- 1 x Elle TENS-apparaat
- 1 x 4 zelfklevende elektroden (40 mm x 100 mm)
- 3 x Elektrodedraden (2 voor gebruik en 1 voor reserve)
- 4 x AA batterijen (2 voor gebruik en 2 voor reserve)
- 1 x Opbergtasje
- 1 x Draagkoord
- 1 x Gebruiksaanwijzing
- 1 x EMC Documentatie

### De installatie fase

- Druk en draai in willekeurige richting de draagclip aan de achterkant van de Elle TENS 2 om bij het batterij vak te komen.
- Verwijder het batterijdeksel en plaats 2 x AA batterijen in het batterij vak. Zorg ervoor dat de positieve (+) en negatieve (-) einden juist geplaatst zijn, zoals aangegeven aan de binnenkant van het batterij vak. Plaats vervolgens het batterijdeksel terug.

## Contra-indicaties

- Gebruik TENS NIET vóór de 37ste week van de zwangerschap, behalve als u onder medisch toezicht staat.
- De elektroden mogen alleen op de aanbevolen plekken geplakt worden (zie pagina 7) tenzij anders aangegeven door uw verloskundige of medisch adviseur.
- Plaats de elektroden NIET op de buik (vóór de geboorte), de voor- of zijkant van de nek, of ergens op het hoofd omdat dit een stroom door de hersens kan veroorzaken.
- Gebruik TENS NIET als u een pacemaker van het 'demand-type' heeft.
- Raadpleeg voor gebruik uw arts als u aan epilepsie lijdt, of niet gediagnosticeerde pijn heeft.

## Algemene voorzorgsmaatregelen

- Gebruik dit apparaat alleen nadat u deze gebruiksaanwijzing gelezen heeft.
- De Elle TENS 2 niet in water of vloeistof onderdempelen (dus niet gebruiken in bad of onder de douche).
- Plaats het apparaat nooit vlakbij een hittebron of ontvlambaar gas.
- Laat dit apparaat niet op een hard oppervlak vallen.
- Probeer het Elle TENS 2 apparaat niet open te maken.
- Gebruik alleen de aangegeven batterijen en meegeleverde elektroden.
- Gebruik het apparaat niet indien het beschadigd is en stuur het retour naar de leverancier.
- Verwijder de batterijen als het Elle TENS 2 apparaat niet gebruikt wordt.
- Gebruik de TENS niet tijdens het autorijden of het bedienen

van mogelijk gevaarlijke machines.

- Buiten bereik van kinderen houden.
- Plaats GEEN elektroden op of in de buurt van de ogen, mond, hals of op het hoofd.
- Plaats de elektroden NIET op spataderen, recente littekens of op een gebied met een geïrriteerde, ontstoken, geïnfecteerde of verdoofde huid. Elektroden moeten over het algemeen alleen worden aangebracht op de normale huid, behalve als er medisch toezicht is.
- NIET gebruiken bij tuberculose, kwaadaardige tumoren, zeer hoge of zeer lage bloeddruk, hoge koorts of acute ontstekingen, behalve onder medisch toezicht.
- Een lichte schok kan worden veroorzaakt als een elektrodeplakker per ongeluk wordt verwijderd. Als dit gebeurt, moet het apparaat onmiddellijk worden uitgeschakeld.

## Nuttige informatie

