

## Paingone Plus bruksanvisning

Namnet syftar ej till effekten. Till temporärt smärtlindrande i samband med vård ordinerad av läkare.

### Använd inte Paingone Plus apparaten

1. Om du har pacemaker
2. Om du lider av rytmstörningar i hjärtat eller du har epilepsi.
3. Om det av användning av TENS terapi har förekommit irritation i huden, klåda eller rodnad eller andra skadliga symtom.
4. Om din graviditet är under 16 veckor.
5. Om du använder blodförtunningsmedicin, steroider eller du lider av någon sjukdom bör du diskutera med en läkare före användning.
6. Använd inte då du kör bil
7. Använd inte nära gaser, explosiv känsliga ämnen/vätskor eller i syrerik omgivning.
8. Använd inte på hud som har kräm, olja eller produkter som är lätt tändbara eller innehåller alkohol.

Om man inte iakttar dessa varningar kan det orsaka allvarliga skador. Paingone Plus är inte ämnat för att ersätta pågående medicinering, diagnos eller för att förbättra någon sjukdom.

### Säkerhetsåtgärder

1. Läs instruktionerna före användning.
2. Förvara instruktionerna.
3. Håll produkten ur räckhåll från barn.
4. Produkten har inte testas på barn under 10 år.
5. Apparaten får inte användas på halspulsådern, struphuvudet eller på halsens fram- eller sidomuskler, nära hjärtat eller ögonen.
6. Använd inte på irriterad eller skadad hud.
7. Använd inte rakt på en metallimplant.
8. Använd inte på våt eller smutsig hud eller i fuktig omgivning.
9. Använd inte om apparatens plast textur är på något sätt sönder eller om insidan syns.
10. Använd alltid PaingonePlus rätt. Sätt fingrarna runt metallhalsen enligt anvisningarna. Försäkra dig om att apparatens ända är i kontakt med området för behandlingen.
11. Apparaten eller instruktionerna ersätter inte recept eller diagnos.
12. Diskutera med en läkare om du är osäker på apparatens lämplighet.

Denna apparat är ämnad för vård av symtom orsakade av akuta och kroniska stöd- och rörelseorgans smärttillstånd (förutom smärta orsakad av benfraktur). Man rekommenderar apparaten även för vård av migrän symptom. Apparaten är ett omåttligt stöd för människor som utövar idrott och man kan använda den före, efter och t.o.m. under tiden då man idrottar. Paingone Plus är lätt att ha med sig och är en ej invasiv elapparat som används för lindrande av temporära smärttillstånd, utan medicin.

Apparatens värdeffekt beror på TENS (transcutaneous electrical nerve stimulation) teknologi som används i stor grad inom medicinvetenskap. Apparaten sätts på det sjuka området. Vården börjar då man trycker på knappen och håller på så länge knappen är nedtryckt. Apparaten ger el impulser av låg effekt, som stimulerar hudens nervändor. Denna stimulering förhindrar smärtsignalens gång till hjärnan och reducerar smärtekänslan. TENS stimuleringen aktiverar endorfin produktionen, som har en naturlig smärtlindrande effekt.

Paingone Plus fungerar med 1xAAA batteri. Apparatsens effekt är på förhand installerad och man kan inte ändra på det. Paingone Plus är trådlös, och kräver inga elektroder, geler eller styrenhet. Den fungerar både för höger- och vänsterhänta.

### Tack för att du skaffat Paingone Plus

Den hjälper dig var och när som helst då du behöver lindring. Denna guide berättar hur du kommer igång med användningen samt hur du får den bästa nyttan av apparaten.

### Vad är Paingone Plus?

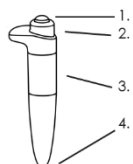
Paingone Plus är en TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation) terapiapparat som fungerar med batterier. Denna vård lindrar smärta genom att skicka svaga el-impulser genom huden.

### Användnings sätt

Paingone Plus sätts rakt på området du vill behandla. Genom att hålla aktiveringsknappen nedtryckt, bildas el-impulser som överflyttas från apparatsens spets till huden. Med TENS vård uppnår man smärtlindring.

Paingone Plus översikt

1. Strömavbrytare
2. Batteriskydd (borttagbar)
3. Kontaktskiva av metall
4. Apparatsens spets



### Placering av batteriet

Med Paingone Plus kommer 1xAAA batteri. Batteriet är i skumplast under apparaten. Tag bort batteriskyddet (2) genom att skruva det motsols. Sätt batteriet i apparaten med den positiva (+) ändan först.

Om batteriet är fel placerat fungerar inte apparaten. Lagg batteriskyddet tillbaka genom att skruva det försiktigt medsols tills det är hårt fast. Paingone Plus är nu färdig för användning.

### Paingone Plus användning

Tag apparaten i handen och sätt fingrarna hårt fast runt kontaktskivan av metall (3.). Lagg sedan apparatsens spets (4) på det område du vill behandla. Tryck på strömavbrytaren (1) och håll knappen nedtryckt i 30 sekunder. Paingone skickar kontrollerade elimpulser. Det kan hända att du känner dessa impulser på din hud, men en del människor känner ingenting. När 30 sekunder har gått, släpp strömavbrytaren, detta stänger apparaten och elimpulserna slutar.

Du kan sköta större områden genom att röra på apparaten, medan den skickar elimpulser, på det område du känner smärta. Observera att man kan använda Paingone Plus apparaten också genom tunna kläder. För att nå det bästa vårdresultat använd Paingone Plus vid behov dagligen 4-5 gånger på vårdområdena.

### Underhåll

Rengör apparaten genom att torka av den med en mjuk, lite fuktig handduk och låt den torka före du använder den igen.

Man får ej lägga apparaten i vatten. Om du har behov av att desinfiera apparaten kan du använda alkoholhandduk.

Byt batteri, när apparaten inte mera skickar elimpulser. Ett AAA batteri kan räcka till ca 800 användningsgångar. Detta betyder ca åtta månaders användningstid, om man använder apparaten 3 gånger per dag. (Effekten kan variera beroende på vad för batteri som används).

Tag bort batteriet från apparaten om du inte använder apparaten på över en månad.

### Om det kommer något fel i din apparat

Ifall det blir något fel i din apparat under garantitiden (12 månader), tag kontakt med försäljaren av apparaten eller importören.

### Problem med användningen av apparaten

Om apparaten inte skickar el impulser

1. Försäkra dig om att du håller i apparaten på rätt sätt dvs att du håller i metalldelen. Se sidan 1 för närmare anvisningar.
2. Försäkra att batterier är placerat på rätt sätt. Titta på apparatsens baksida bilderna om de rätta polerna (+ och -)
3. Batteriet kan vara slut, byt batteri.
4. Om du tror att apparaten har något produktionsfel, försök INTE reparera det. Apparaten med produceringsfel har 12 månaders ersättnings garanti.

CE-märkt enligt det Europeiska direktiven för medicinska apparater 93/42/EEC.

### Teknisk information

**Beskrivning:** Elstimulator med låg frekvens, som man håller i handen. Apparatsens namn: Paingone Plus

**Klassificering:** Klass II medicinsk apparat (CE 0086).

**Användning:** Paingone Plus är ämnat för smärtlindring med hjälp av TENS vård. **Dimensioner:** 149mm lång x 40mm bred

**Energiproduktion:** 2.4 mJ at 1000

**Utgångsspänning i luften:** max 32KV

**Utgångsspänning på huden:** (1000): max 660V (eller 600+-10%)

**Pulsernas längd:** 40µs ± 20% **1000Ω** **Frekvens:** 2.5Hz ± 20%

**Effektkrav:** 1xAAA batteri

**Användningsålder:** Ett AAA batteri kan räcka till ca 800 användningsgångar. Detta betyder ca 8 månaders användningstid om man använder apparaten 3 gånger per dag.

**Förväntad livslängd:** 24månader

**Underhåll:** Paingone Plus kräver inte sterilisering eller desinficering. Man kan rengöra Paingone Plus utsida med en mjuk, lite fuktig duk.

**El-magnetisk kompatibilitet/lämplighet:** Paingone Plus är en medicinsk apparat, dens användning inverkar inte på andra el-magnetiska apparater och andra el-magnetiska apparater inverkar ej heller på Paingone Plus apparatsens användning.

**Miljöföretagningar för transport och förvaring:** -10C +50C relativ fuktighet 10-90 %, tryckvariation 500hPa - 1,060 hPa

**Miljöföretagningar för användning:** +5C - +40C

**Maximal relativ fuktighet:** 10-90 %

**Tryck variation:** 500hPa - 1,060 hPa

### Ej invasiv akupunktur

Följ denna enkla guide för att hitta dina problemställen och för att lokalisera relevanta akupunkturpunkter. Då listan har fler än tre punkter, börja med att prova dom tre första. Om effekten inte är bra, byt punkter tills du hittar kombinationen som är bäst för dig. Ge 30 sekunders vård åt varje punkt. Vid vård av huvudvärk eller migrän skall man sätta stimuleringen på den motsatta sidan av smärtan. Om

huvudvärken eller migränen är på huvudets högra sida, borde man ge stimulationen på kroppens vänstra sida, som t.ex. vänstra armen eller handen.

## Akupunkter

### Huvudet

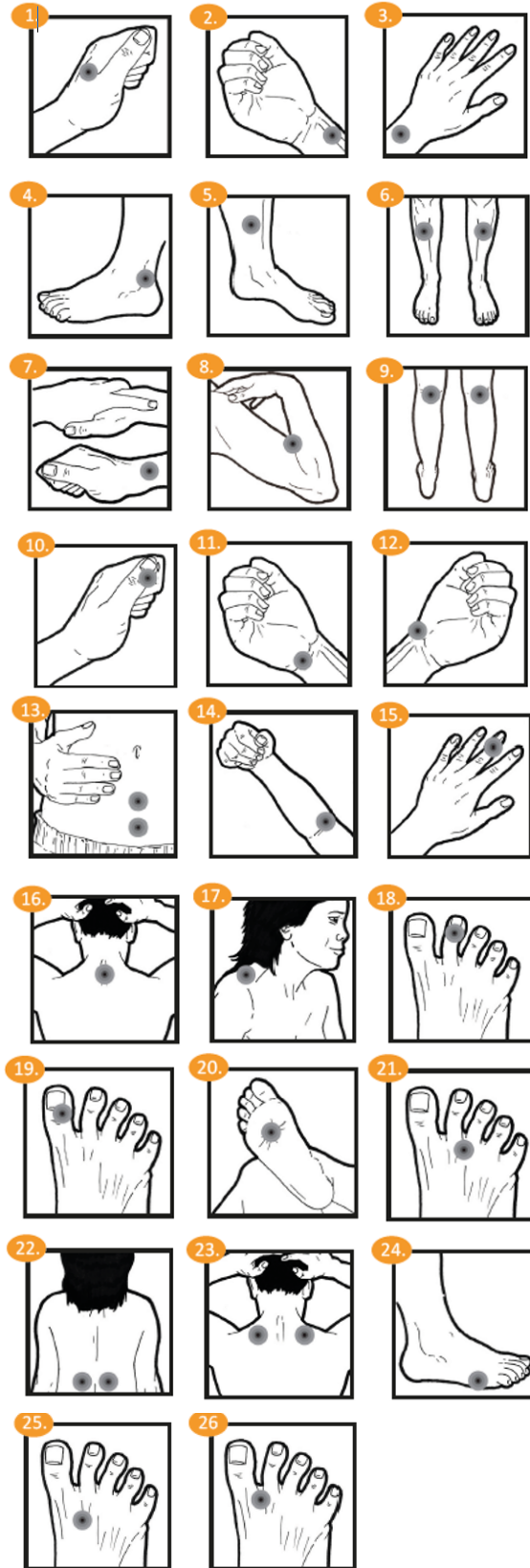
- Huvudskada eller smärta: 8,3,7,6,2,10,1,11,20,23
- Huvudvärk
- Allmän: 1,3,7,4,6,2,10,11,19,20
- Migrän: 1,7,12
- Halsen: 10,3,14,1,7,12
- Tandsmärta: 4,1,18,21
- Öronen: 3,1

### Kroppen

- Bröstkorg: 3,2,1,7
- Magen:
- Övre magen: 5,6
- Nedre magen: 9,5,6,2,19
- Äggstockarna och livmodern: 8,13,5,6
- Bräck: 5,6,19
- Ischias: 9,4,5,6,24,22
- Muskelkramp: 25,26
- Fotkramp (på natten): 4
- Lungorna: 7
- Magsäcken: 8,5,6,2
- Mens: 13,5,2,15,26,19
- Halsen: 8,1,7,16,17,26,23
- Ryggont
- allmän: 9,4,5,6,17,20,22,23
- övre ryggen: 17,22,23,9,4
- nedre ryggen: 4,5,6,20
- Muskelsmärta som beror på träning eller försträckning: 4
- Ryggskott: 9,4,5,6,14,1,7,24
- Testiklarna: 4,5,6
- Urinväg eller könsorgan: 13,25,26,19
- Halsens pisksnärtskada: 8,4,1,7
- Nervvärk: 4

### Armar och ben

- Armarna: 8,3,2,12,17,23
- Inflammation i lederna / ledbrott, gikt: Använd Paingone Plus direkt på smärtområdet.
- Benen: 9,4,5,6
- Låren: 9
- Armbågarna: 8,3,2,14,1,23
- Vristerna: 4,5,6,1,25,18,19,20
- Händerna: 3,2,10,1,12
- Höften: 4,5,6
- Knäna: 9
- Armhålorna: 2,12
- Underarmarna: 8,2,10,1,12
- Armliderna: 7,3,12
- Axlarna: 8,3,2,14,1,7,17,26
- Fingrarna: 10,3,2,1,12
- Fötterna: 4,5,6,1,25,18,19,20



Apparatens och förpackningens symboler	
	Producentens namn och adress
	Observera dokumenten som medföljer
	Skydd emot elstöt. Delen som används BF är enligt europeiska normer EN 60601-1.
<b>IP22</b>	Skydd mot mellanstora bitar, vars diameter är 12,5mm eller större. Skydd mot lodrätt eller högst i 15 graders vinkel fallande vatten.
	Förstör inte batteriet i hushållsavfall, utan för det till batteri-insamlingen. Apparaten får inte kastas i blandavfall.
<b>LOT</b>	Produktens produktionsår.
<b>CE</b> 1282	CE-märkt enligt det Europeiska direktiven för medicinska apparater 93/42/EEC.
	ON/OFF
	Batteriets placeringshåll
	Läs bruksanvisningen

IMPORTÖR: Terveystekniikka Valko Oy  
www.terveystekniikka.fi  
info@terveystekniikka.fi

Italquartz  
Via del Colle  
101-50041  
Calenzano

**CE** Medical Devices  
Quality Management  
Dispositivo medico  
Qualità certificata