

beurer

EM 25



RO Po-Trainer
Instrucțiuni de utilizare 2








Conținut

1. Prezentare.....	2
1.1 Ce este Po-Trainer?.....	2
1.2 Ce este EMS și ce poate?.....	2
1.3 Pachet de livrare	3
2. Indicații importante.....	3
3. Punerea în funcțiune.....	6
3.1 Introducerea bateriei.....	6
3.2 Aplicarea filmului de gel	6
3.3 Utilizare	6
4. Înlocuirea filmului de gel.....	7
5. Eliminarea ca deșeu	8
6. Date tehnice	8
7. Ce fac în cazul în care apar probleme.....	9

Stimată clientă, stimate client,

Ne bucurăm că ați ales un produs din gama noastră. Marca noastră simbolizează produse de calitate superioară, testate în detaliu, din domeniile căldură, terapie, tensiune/ diagnosticare, greutate, masaj și aer. Vă rugăm să citiți cu atenție aceste instrucțiuni de utilizare și să respectați indicațiile.

Cu deosebită considerație,
Echipa dumneavoastră BEURER

	Număr lot
	Data expirării
	Producător
	2 baterii AAA
	Atenție! Citiți instrucțiunile de utilizare.
	Respectați instrucțiunile de utilizare
	Element de utilizare tip BF

1. Prezentare

1.1 Ce este Po-Trainer?

Po-Trainer este un aparat EMS autoadeziv pentru antrenarea și relaxarea musculaturii. Datorită tehnologiei EMS utilizate, produsul poate fi aplicat cu mare precizie. Aparatul EMS din cauciuc siliconic de calitate medicală, cu un design elegant, este extrem de subțire și flexibil și se mulează perfect pe corp pe locul de tratat. Circuitul de înaltă tehnologie asigură timp de câte 20 de minute un tratament eficient din punct de vedere al energiei.

1.2 Ce este EMS și ce poate?

Stimularea electrică a musculaturii (EMS) este o metodă larg răspândită și recunoscută pretutindeni, fiind aplicată de mulți ani în medicina sportivă și de reabilitare.

În domeniul de sport și fitness, EMS este utilizat, printre altele, ca o completare la exercițiile convenționale pentru masa musculară pentru a mări performanța grupelor musculare și pentru a adapta proporțiile corpului la rezultatele estetice dorite. Utilizarea metodei EMS se realizează în două direcții. Pe de o parte se poate produce o tonifiere a musculaturii (utilizare activatoare), pe de altă parte se poate obține și un efect relaxant, recreativ (utilizare relaxantă).

Aparatele EMS funcționează prin aplicarea de curent electric pe piele. Filmul de gel servește în cazul acesta ca mediu de transmitere, fiind supus uzurii naturale. Dacă nu se mai poate asigura un contact suficient prin intermediul filmului de gel, aparatul EMS nu mai stă lipit complet pe piele și trebuie înlocuit. În caz contrar, densitatea parțial ridicată a curentului poate conduce la iritații ale pielii.

1.3 Pachet de livrare

- 1 x Po-Trainer
- 4 filme de gel autoadeziv
- 2 baterii 1,5 V AAA

Articole pentru achiziționarea ulterioară

- 1 set de film de gel autoadeziv, nr. art. 647.14

În caz de necesitate, vă rugăm să vă adresați din timp departamentului de service la adresa indicată.



ATENȚIE!

Utilizați aparatul Po-Trainer numai:

- La persoane.

- În scopul pentru care a fost creat și în modul specificat în prezentele instrucțiuni de utilizare. Utilizarea necorespunzătoare poate fi periculoasă.
- Pentru uz extern.
- Cu accesoriile originale livrate sau de comandat ulterior, în caz contrar pierdeți dreptul la garanție.

2. Indicații importante

Utilizarea aparatului nu înlocuiește o consultație și un tratament medical. Prin urmare, în cazul oricărui tip de durere sau de boală, consultați mai întâi medicul dumneavoastră!



AVERTIZARE!

Pentru a preveni afectarea sănătății, aparatul Po-Trainer nu va fi utilizat în următoarele situații:

- În cazul aparatelor electrice implantate (de exemplu, stimulatori cardiace).
- Dacă există implanturi metalice.
- La purtătorii de pompe de insulină.
- La febră mare (de exemplu, > 39 °C).
- În cazul aritmiilor cunoscute sau acute și în cazul altor probleme cu sistemul de conducere electrică al inimii.
- În cazul crizelor epileptice (de exemplu, epilepsie).
- În timpul sarcinii.
- În cazul cancerului.
- După operațiile la care o contracție musculară puternică ar putea afecta procesul de vindecare.
- Dacă ați fost supus în trecut unei operații la spate și cauza durerilor de spate poate fi o intervenție din trecut sau un accident.



- Dacă suferiți de artrită de origine metabolică.
- Nu se va utiliza în apropierea inimii. Nu este permisă utilizarea electrozilor de stimulare pe partea din față a toracelui (marcată prin coaste și stern), în special la cei doi pectorali mari. Aici poate mări riscul de fibrilații și poate cauza un stop cardiac.
- La craniul osos, în zona bucală, în zona faringelui sau a laringelui.
- În zona gâtului/aortei/deasupra cefei.
- În zona genitală.
- Pe o piele (inflamată sau lezată) cu probleme acute sau cronice (de exemplu, în cazul inflamațiilor dureroase și fără durere, al roșeții, al eczemelor (de exemplu, alergii), al arsurilor, al contuziilor, al umflăturilor, al rănilor deschise sau aflate în proces de vindecare, al cicatricilor postoperatorii importante pentru vindecare).
- În medii cu umiditate ridicată, de exemplu, în baie, în cadă sau sub duș.
- După consumul de alcool.
- În cazul conectării simultane la un aparat chirurgical de înaltă frecvență.



Anterior utilizării aparatului, consultați medicul curant în următoarele situații:

- Afecțiuni acute, în special în cazul hipertensiunii și al coagulopatiilor suspectate sau existente, al predispoziției la boli tromboembolice, precum și al neoplaziilor maligne.
- Toate tipurile de afecțiuni dermatologice sau răni deschise.
- Dureri cronice neclarificate, indiferent de zona corpului.
- Diabet.

- Toate tipurile de tulburări senzoriale cu o capacitate redusă de a simți durerea (ca de exemplu tulburări metabolice).
- Tratamente medicale simultane.
- Afecțiuni apărute prin tratamentul de stimulare.
- Iritații permanente ale pielii ca urmare a stimulării pe o perioadă îndelungată în același loc al electrodului.

⚠️ AVERTIZARE!

- În cazul înghițirii bateriilor/acumulatoroarelor, acestea pot pune în pericol viața. Prin urmare, nu lăsați bateriile/acumulatoroarele și produsele la îndemâna copiilor. În cazul înghițirii unei baterii/unui acumulator, este necesară consultarea fără întârziere a medicului.
- Dacă o baterie s-a scurs, evitați contactul cu pielea, ochii și mucoasele. Dacă este necesar, spălați locurile afectate cu apă și consultați imediat un medic.
- Utilizați numai același tip de baterie sau un tip de baterie cu aceeași valoare (a se vedea 6. „Date tehnice”).
- Bateriile nu trebuie demontate, aruncate în foc sau scurtcircuitate.
- Protejați bateriile de căldura excesivă.
- Scoateți bateriile din articol când s-au consumat sau dacă intenționați să nu utilizați aparatul pentru o perioadă îndelungată. Astfel evitați apariția daunelor produse ca urmare a scurgerii bateriilor.
- Dacă este necesar, curățați contactele bateriei și aparatului înainte de introducere. Pericol de supraîncălzire!

MĂSURI DE PRECAUȚIE:

- Nu aduceți aparatul în apropierea surselor de căldură și nu-l utilizați în apropierea (~1 m) aparatelor cu unde scurte sau cu microunde (de exemplu, telefoane mobile), deoarece acest lucru poate conduce la vârfuri de curent neplăcute.
- Nu expuneți aparatul la radiații solare directe sau la temperaturi ridicate.
- Protejați aparatul împotriva prafului, murdăriei și umidității. Nu introduceți niciodată aparatul în apă sau în alte lichide.
- Aparatul este adecvat pentru uz propriu.
- Dacă aparatul nu funcționează corect, dacă se instalează o stare de indispoziție sau dacă apar dureri, întrerupeți imediat utilizarea.
- Nu modificați în niciun caz Po-Trainer (de exemplu, prin tăiere). Acest lucru duce la o densitate mai mare a curentului și poate fi periculos.
- A nu se utiliza în timpul somnului, conducând un auto-vehicul sau operând concomitent mașini.
- A nu se utiliza la activitățile la care o reacție neprevăzută (de exemplu, o contracție musculară mare în ciuda intensității mici) poate fi periculoasă.
- Nu îl utilizați când depuneți efort fizic (de exemplu sport)
- Nu utilizați pe pielea udă când puterea de lipire a Po-Trainer este limitată.
- Aveți grijă ca în timpul stimulării să nu intre obiecte metalice, precum catarama, în contact cu electrozii. Dacă purtați bijuterii sau piercinguri în zona de utilizare, acestea trebuie îndepărtate anterior utilizării, deoarece, în caz contrar, se poate ajunge la arsuri punctiforme.

- Nu lăsați aparatul la îndemâna copiilor pentru a evita eventualele pericole.
- Nu se recomandă tratarea prealabilă a pielii cu creme sau unguente unsoase.
- Nu folosiți benzi adezive, bandaje sau alte mijloace auxiliare în afară de filmul de gel prevăzut pentru a fixa Po-Trainer pe pielea dumneavoastră. În caz contrar, aderența neuniformă a filmului de gel ar putea conduce la răni la nivelul pielii.
- Utilizați-l în primele minute șezând sau în poziție culcată pentru a nu vă expune pericolului de accidentare în cazurile rare de reacții vagale (senzație de slăbiciune). În cazul apariției senzației de slăbiciune, opriți imediat aparatul și culcați-vă cu picioarele ridicate (aprox. 5-10 minute).

Deteriorare

- Nu utilizați Po-Trainer în caz de deteriorări și, în caz că aveți îndoieli, adresați-vă comerciantului dumneavoastră sau serviciului pentru clienți.
- Opriți aparatul imediat dacă acesta este defect sau dacă apar defecțiuni de funcționare.
- Nu încercați în niciun caz să deschideți și/sau să reparați personal Po-Trainer. Dispuneți efectuarea lucrărilor de reparație exclusiv de către serviciul pentru clienți sau de către comercianții autorizați. În caz de nerespectare pierdeți garanția.
- Producătorul nu poate fi tras la răspundere pentru defecțiuni cauzate prin utilizarea necorespunzătoare sau neglijentă a aparatului.

Curățare

- Scoateți bateriile din aparat înainte de fiecare curățare.
- Curățați aparatul după utilizare folosind o cârpă moale, ușor umezită. În cazul murdăriei accentuate, puteți umezi cârpa cu soluție de săpun.
- Aveți grijă să nu pătrundă apă în interiorul aparatului. Dacă se întâmplă din nou, scoateți imediat bateria și folosiți aparatul abia după ce s-a uscat complet.
- Nu utilizați agenți de curățare chimici sau abrazivi pentru curățare.

Depozitare

- După fiecare utilizare aplicați la loc filmul de protecție pe filmul de gel.
- Dacă nu utilizați aparatul timp îndelungat, vă recomandăm să îl păstrați în ambalajul original într-un mediu uscat și fără să fie exercitată presiune asupra acestuia.

3. Punerea în funcțiune

3.1 Introducerea bateriei

1. Deschideți capacul compartimentului pentru baterii în timp ce împingeți în sus capacul compartimentului pentru baterii [1].



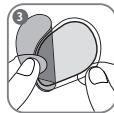
2. Introduceți 2 baterii 1,5 V AAA. Asigurați-vă că bateriile sunt introduse corect [2].



3. Închideți cu atenție capacul compartimentului pentru baterii.

3.2 Aplicarea filmului de gel

1. Îndepărtați cu atenție filmul de protecție albastru [3].



2. Aplicați cu grijă filmul de gel pe Po-Trainer și trageți cu atenție filmul de protecție [4]. Aveți grijă ca marginea filmului de gel să nu fie în afara Po-Trainer. Filmele de gel aplicate puțin strâmb nu afectează capacitatea de funcționare.



⚠ AVERTIZARE!

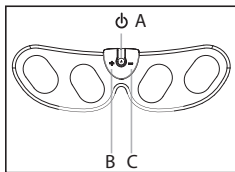
- Aveți grijă să lipiți pe aparat filmul de gel de pe partea albastră a filmului de protecție. În caz contrar se poate irita pielea.

3.3 Utilizare

- Lipiți Po-Trainer pe corp pe locul de tratat.



1. Apăsați și țineți apăsat butonul Pornit/Oprit ϕ [A] timp de 1,5 secunde pentru a opri aparatul. Este emis un semnal sonor.
2. Utilizați butoanele +/- pentru a crește [B] sau pentru a reduce [C] intensitatea.
3. Sistemul de oprire automată este declanșat după 20 de minute.



Pentru un rezultat optim vă recomandăm un plan de antrenament de 4 săptămâni. Rețineți în acest context următoarele puncte:

1. 1-2 zile de odihnă pe săptămână.
2. Notați cea mai înaltă treaptă de intensitate a ultimei utilizări și creșteți-o treptat la anumite intervale de timp.
3. Treptele de intensitate mai ridicate pot da rezultate mai bune, însă stimularea nu trebuie să fie neplăcută.
4. Stabiliți o stimulare de 20 de minute pentru fiecare utilizare.

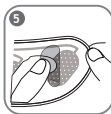
i Indicație importantă!

- Oprțiți Po-Trainer înainte de a-l îndepărta.
- Dacă bateriile sunt slabe, vă rugăm să le înlocuiți!
- Aparatul lucrează numai în cazul unui contact bun cu pielea. Dacă aparatul nu este fixat, nu are loc nicio simulare.
- Nu folosiți Po-Trainer mai des decât o dată pe zi.

- În cazul unui semnal sonor continuu aparatul se oprește. Curățați filmul de gel și încercați să reporniți programul. Dacă semnalul sonor continuu persistă, schimbați filmul de gel.
- Dacă se reduce puterea de lipire a filmului de gel, înnoiți-l imediat. Folosiți Po-Trainer din nou abia după ce ați înnoit filmul de gel. În caz contrar, aderența neuniformă a filmului de gel ar putea conduce la răni la nivelul pielii.
- Dacă simțiți vârfuri de curent neplăcute, oprțiți Po-Trainer și curățați filmul de gel.

4. Înlocuirea filmului de gel

1. Îndepărtați complet filmul de gel vechi [5].
2. Îndepărtați cu atenție filmul de protecție albastru [3].
3. Aplicați cu grijă filmul de gel pe Po-Trainer și trageți cu atenție filmul de protecție. Aveți grijă ca marginea filmului de gel să nu fie în afara Po-Trainer [4].



⚠ AVERTIZARE!

Aveți grijă să lipiți pe aparat filmul de gel de pe partea albastră a filmului de protecție. În caz contrar se poate irita pielea.

5. Eliminarea ca deșeu

Bateriile uzate, complet goale se vor elimina în recipiențele de colectare special marcate, la firmele specializate sau la comerciantul de electrice. Aveți obligația legală să eliminați bateriile ca deșeu.

Indicație: Bateriile/acumulatoarele care conțin substanțe toxice prezintă aceste simboluri:

Pb = bateria conține plumb, Cd = bateria conține cadmiu, Hg = bateria conține mercur.

Vă rugăm să eliminați aparatul conform prevederilor Directivei WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) privind deșeurile de echipamente electrice și electronice. În caz de întrebări suplimentare, adresați-vă autoritățile locale însărcinate cu eliminarea deșeurilor.



6. Date tehnice

Tip EM 25 Po-Trainer

Forma
curbei de
pornire

impulsuri dreptunghiulare bifazice

Durata
pulsului

400 μ s

Frecvența
pulsului

4-50 Hz

Tensiunea
de ieșire

max. 90 Vpp (la 1000 ohmi)

Curent de
ieșire

max. 90 mApp (la 1000 ohmi)

Alimentarea
cu tensiune

2 baterii 1,5V AAA

Durata trata-
mentului

20 de minute; ulterior, aparatul se oprește
automat

Intensitate

reglabil de la 0 la 15

Condiții de
funcționare

10 °C – 40 °C (50 °F – 104 °F) la o umiditate
relativă a aerului de 30–85 %

Condiții de
depozitare

-10 °C – 50 °C (14 °F – 122 °F) la o umiditate
relativă a aerului de 10–95 %

Dimensiuni

429 x 125 x 21 mm

Greutate

110 g (fără baterii),
133 g (cu baterii)

i Indicație:

În cazul utilizării aparatului în afara domeniului specificațiilor, nu se garantează o funcționare ireproșabilă! Ne rezervăm dreptul la modificări tehnice în vederea îmbunătățirii și dezvoltării ulterioare a produsului.

7. Ce fac în cazul în care apar probleme

Problemă	Cauză posibilă/remediere
Aparatul nu poate fi pornit.	<ul style="list-style-type: none">- Apăsați din nou și țineți apăsat butonul „ϕ” timp de 1,5 secunde.- Verificați dacă bateriile sunt introduse corect și încercați din nou să porniți aparatul.- Este posibil ca bateriile să fie consumate. Schimbați bateriile și încercați din nou să porniți aparatul.
Filmul de gel nu mai stă lipit pe piele.	<ul style="list-style-type: none">- Schimbați filmul de gel.
În timpul utilizării, aparatul emite semnale sonore neobișnuite.	<ul style="list-style-type: none">- Apăsați și țineți apăsat butonul „ϕ” timp de 1,5 secunde pentru a opri aparatul. Apăsați ulterior și țineți apăsat butonul „ϕ” timp de 1,5 secunde pentru a reporni aparatul.- Contactul cu pielea al filmului de gel nu este suficient de bun. Înlocuiți filmul de gel.- Este posibil ca bateriile să fie consumate și să fie necesară înlocuirea lor.

Nu simțiți nicio stimulare.	<ul style="list-style-type: none">- Apăsați din nou și țineți apăsat butonul „ϕ” timp de 1,5 secunde.- Asigurați-vă că filmul de gel nu iese în afara aparatului și încercați încă o dată.- Măriți treptat intensitatea.
Pielea s-a înroșit în locul tratat.	<ul style="list-style-type: none">- Întrerupeți imediat utilizarea în acel loc. Așteptați până când pielea are din nou culoarea ei normală. Dacă iritația pielii persistă, consultați un medic dermatolog.
Intensitatea se reduce brusc.	<ul style="list-style-type: none">- Schimbați bateriile și încercați din nou.

