

LANAFORM

WELLNESS

Medi Stim ELECTROSTIMULATOR



MUSCLE TONING &
SKIN FIRING



RELIEVING OF MUSCLE &
JOINT PAIN



2 INDEPENDENT
CHANNELS &
4 ELECTRODES

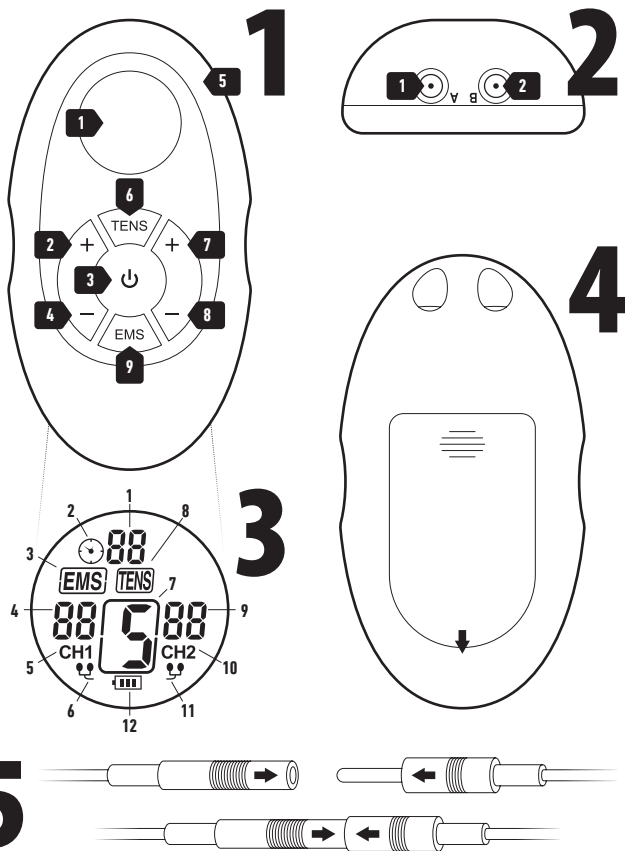


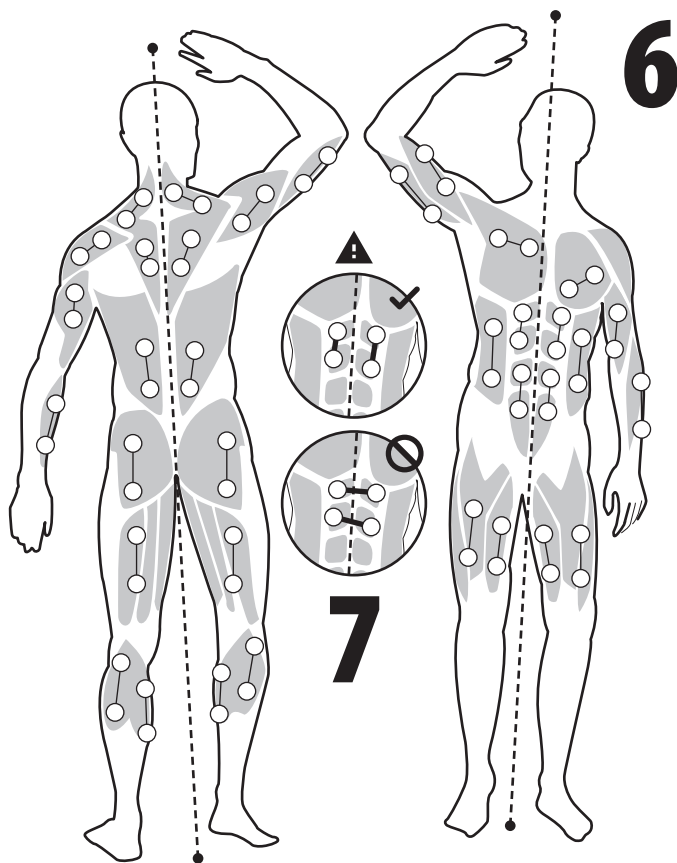
5 EMS & 5 TENS
PRE-RECORDED
PROGRAMMES

ELECTROSTIMULATOR

ÉLECTROSTIMULATEUR

ELEKTROSTIMULATOR












ENGLISH

CONTENTS OF THE BOX, 1

- 1 electro-stimulation device
- 2 power cables
- 4 5 × 5mm adhesive electrodes
- 1 instruction handbook

TITLE AND DESCRIPTION OF DISPLAY SYMBOLS ON THE INSERT DESCRIBING THE PRODUCT'S FEATURES


The following symbols are used on the instructions for use, packaging and on the data plate of the device and its accessories:

| Identification | Definition of the symbol | Information provided by the manufacturer |
|---|--|---|
|  | Manufacturer's details | Famidisc Technology Co., Ltd. - Add.: No. 212 Yilong - Road, Hexi Industrial Zone, Jinxiu, Changgan Town, Dongguan 523853, Guangdong Province, P.R.C. |
|  | Batch number | Production batch number |
|  | BF device | |
|  | Instructions for use | Follow the instructions for use |
|  | Please note: see instructions for use | Please note: consult the enclosed documents. Please read these instructions before using the device. Please also follow these instructions carefully when using the device. |
| CE 0120 | Notified body | |
|  | European representative | Shanghai International Holding Corp.GmbH (Europe) - Add.: Eiffelstrasse 50, 20537 Hamburg Germany |
| IP22 | Index classifying the level of protection offered by an item of equipment against the intrusion of solid objects and liquids | Protected against intrusion of solid objects of a diameter greater than 12.5mm. Protected against dripping water up to 15° incline. |
|  | Electrical and electronic waste (WEEE) | The device should not be disposed of with other household waste at the end of its serviceable life. |

PRECAUTIONARY MEASURES

▲ Please read all the instructions before using your device, especially this basic safety information.

▲ Use of the device is not intended to be a substitute for a medical consultation or treatment. Always consult your doctor therefore beforehand if you are in pain or ill!

 The photographs and other images of the product in this manual and on the packaging are as accurate as possible, but do not claim to be a perfect reproduction of the product.

WARNING

You must consult your doctor before using the device in the following cases:

- If the symptoms of your pain have not been diagnosed by a medical specialist;
- Acute illnesses, particularly if high blood pressure, bleeding disorders, tendency towards thromboses and embolisms are suspected or present and in the event of malignant tumours;
- All skin diseases;
- Chronic, unexplained pain on any part of the body whatsoever;
- Diabetes;
- Any sensitivity disorders with reduced sensitivity to pain (disorders of the metabolism, for example);
- During other medical treatment;
- Pain associated with treatment by stimulation;
- Permanent irritation of the skin due to prolonged stimulation using an electrode placed in the same place.

To avoid harmful effects to your health, you must seek medical advice before using the Medi Stim in the following cases:

- If you have electrical devices implanted (a pacemaker, for example);
- Metal implants are present;
- On people carrying an insulin pump;
- If you have a high temperature (> 39°C, for example);

- If you have a known or acute irregular heartbeat and if you have other cardiac excitation and output dysfunctions;
- If you have a crisis (epilepsy, for example);
- If you know you are pregnant;
- If you have cancer;
- After surgical procedures, if stronger muscle contractions might prevent healing.

Do not use this equipment in the following cases:

- Close to the heart. The electrodes should not be placed on the chest cavity (marked by the ribs and the sternum), particularly on the two large pectoral muscles. There is a greater risk of ventricular fibrillation, which can cause cardiac arrest;
- On the bony part of the cranium, in the mouth area, in the pharynx or larynx;
- On the neck/carotid;
- In the area surrounding the genitals;
- On skin with acute or chronic disease (wound or irritation) (in the event of painful and painless irritation, rosacea, itchy skin rashes and hives (allergies, for example), burns, contusions, swellings and open wounds and during the healing process, on scars that are recovering);
- In very humid environments such as the bathroom, in the bath or shower, for example;
- After consuming alcohol;
- When a high-frequency surgical device is plugged in at the same time.

The Medi Stim is for use only:

- On humans;
- For the purpose for which it was designed and in the manner indicated in the instructions for use. It may be dangerous if used incorrectly;
- For external use only;

- With the accessories as originally supplied, which can be ordered optionally. (The warranty will be void if used with other accessories).

▲ Please note

Electro-stimulation is not intended to be used without supervision by people with emotional problems, dementia or a low IQ.

To avoid injuring the most sensitive skin (extremely rare case), always pull the electrodes gently to remove them.

Keep the device away from heat sources and do not use it close to (less than 1 metre) short-wave or microwave devices (mobile phones, for example) because this could cause unpleasant spikes.

Do not expose the device to direct sunlight or high temperatures.

Protect the device from dust, dirt and humidity. Do not immerse the device in water or other liquids.

This device is intended for personal use.

For hygiene reasons, the electrodes should be used by one person only.

If the device is not working, stop using it immediately in the event of illness or pain.

To remove or move the electrodes, first unplug the device or corresponding channel to avoid unintended stimuli.

Do not change the electrodes (by cutting, for example). This would increase the current density, which may be dangerous.

Do not use the device when sleeping, when driving or using machinery at the same time.

Do not use the device during any operation when an unforeseeable reaction (enhanced

muscle contraction despite low intensity, for example) may prove dangerous.

Make sure that no metal object such as belt buckles or collars can come in contact with the electrodes during simulation. If you wear jewellery or have any piercings (in your navel, for example) in the area of application, remove them before using the device because they might cause local burns.

To guard against any potential risk, keep out of reach of children.

Separate the electrical cables with plugs from those of your headset or other devices and never plug the electrodes in to other devices.

Do not use this device at the same time as other devices that send electrical pulses into your body.

Do not use the device close to highly inflammable materials, gas or explosives.

Do not use rechargeable batteries. Use only equivalent batteries.

During the first few minutes, use the device sitting or lying down so as not to risk unnecessarily injuring yourself due to a vasovagal episode (feeling of light-headedness), which seldom happens. If you feel light-headed, stop using the device immediately and raise your legs (for 5 to 10 minutes).

You are not advised to cover your skin in greasy creams or ointments before preliminary treatment as this will greatly increase wear and tear on the electrodes or may cause unpleasant current spikes.

Damage

If the device is damaged, do not use it if in doubt, and contact your reseller or return it to the address given by the after-sales service.

Check the device to detect signs of wear and tear or damage. If the device shows signs like this or if it has been used in a non-compliant manner, it must be sent back to the manufacturer or returned to the reseller before being used again.

Switch the device off immediately if it is faulty or if it displays malfunctions.

Do not under any circumstances try to open and/or repair the device yourself! Repairs must be carried out only by the after-sales service or approved resellers. Failure to follow these instructions may void the warranty.

The manufacturer cannot be held responsible for damage caused by inappropriate or improper use.

i Notes on batteries

If the liquid of the battery cell comes into contact with the skin or eyes, rinse the area affected with water and consult a doctor.

▲ Ingestion hazard!
Young children might swallow the batteries and suffocate.
So keep the batteries out of the reach of children!

Check the plus (+) et minus (-) polarity symbols.

If a battery has leaked, put on protective gloves and clean the battery compartment with a dry cloth.

Protect the batteries from excessive heat.

▲ Explosion hazard!
Do not throw batteries onto the fire.

Do not attempt to re-charge or short-circuit the batteries.

Remove the batteries from the battery compartment if the device is not to be used for a lengthy period.

Use only identical or equivalent batteries.

Always replace all the batteries at the same time.

Do not use the accumulator!

Do not dismantle, open or break the batteries.

PRESENTATION

Thank you for choosing the Medi Stim electrostimulation system by LANAFORM. The Medi Stim offers 2 basic functions:

- 1 Stimulation of the nerve tracts (TENS)
- 2 Electrical stimulation of muscle tissue (EMS)

Fitted with two independent stimulation channels and 4 adhesive electrodes, the device has various versatile features, the aim of which is to improve general well-being, relieve pain, maintain physical fitness, relax, revitalise muscles and combat fatigue. These features may be selected either by pre-set programmes adapted to your needs.

What is electro-stimulation ?

The operating principle of electro-stimulation devices is based on the imitation of the body's pulses transmitted by the skin to the nerve fibres and muscles via electrodes. These are placed in various locations on the body for a complete workout. Their electrical stimuli are safe and painless. The effects of electro-stimulation can be seen after just a few uses, supplementing regular work on the muscles.

TENS function

- TENS involves electrically stimulating the nerves through the skin. Easy to use, TENS is an effective, clinically proven,

drug-free method with no side effects when used properly to treat pain of a specific origin. The analgesic or soothing effect is due, among other things, to the suppression of pain transmission in the nerve fibres (particularly by the high-frequency pulses) and by the increase in the excretion of bodily endorphins that remove the feeling of pain by acting on the central nervous system. This method is based on scientific facts and is approved by the medical profession. TENS has been clinically tested and is authorised for the following applications:

- Back pain, particularly in the back and neck;
- Joint pains, particularly in the wrists, knees and ankles ;
- Neck pain;
- Shoulder pain;
- Pain in the arms, legs and abdomen.

EMS function

EMS involves electrical stimulation of the muscles. It is a recognised method that has been widespread for years in the fields of sport and cosmetics.

In the field of sport, EMS is primarily a supplement to the conventional muscle workout, which helps enhance muscle performance and efficiency. Its other function is to relax and reduce muscle fatigue. Both these functions therefore include:

- Muscle workout to improve endurance and performance;
- Help with strengthening certain muscles or targeted muscle groups;
- Relaxation of the muscles to remove tension;
- Reduction in the symptoms of muscle fatigue;

- Improvement in muscle recovery after substantial effort (a marathon, for example).

In cosmetics, electro-stimulation means that the body can be shaped to the cosmetic results required. Electro-stimulation thus helps with inch loss on the hips, thighs and waist and with reducing the appearance of cellulite.

Fitted with separate control channels, digital TENS/EMS has the advantage of allowing the intensity of the pulses to be controlled separately on the two parts of the body to be treated, for example to cover the two sides of the body or to simulate the largest areas of tissue uniformly. Setting the intensity of each channel individually will also enable you to treat two different areas of the body simultaneously, thus saving time compared with individual sequential treatment.

With the suggestions for positioning and the programme displays that appear in these instructions, you can quickly and easily find the device's setting that corresponds to the use you want to make of it (according to the area of the body concerned) and according to the effect you require.

CURRENT SETTINGS

The electrical stimulation devices operate with the following settings. Depending on their setting, they have a different effect on the effectiveness of the stimulation.

Form of pulses

It describes the time function of the excitation current. There is a distinction between monophasic and biphasic pulse currents. In the presence of monophasic pulse currents, the current flows in one direction, whereas the excitation current changes direction during

biphasic pulses. The digital TENS/EMS only has biphasic pulse currents because they relieve muscles in order to reduce muscle fatigue and ensure safe use.

Frequency of pulses

The frequency indicates the number of pulses per second. It is displayed in Hz (Hertz). It determines the types of muscle fibres responding as a priority. The slow-responding fibres react instead to the low pulse frequencies up to 15 Hz whereas the rapid-response fibres only react from about 35 Hz.

In the presence of pulses between approximately 45 and 70 Hz, the muscles contract continually and quickly tire. The higher pulse frequencies can therefore be used as a priority for rapid strength training and maximum strength training.

Width of pulses

It indicates the length of a pulse in microseconds. The width of pulses also determines the depth of penetration of the current. The following rule therefore generally applies: the bigger the muscle mass, the wider the pulses.

Pulse intensity


Setting the level of intensity depends on the subjective impact of each user and is determined by the number of parameters such as the area of application, skin irritation, skin thickness and the quality of contact with the electrodes. Convenient control must be effective but should never produce unpleasant sensations such as, for example, pain at the application site. Whereas a slight tingling indicates that the energy from stimulation is sufficient, any setting that causes pain must be avoided. In the event of prolonged use, adjustment may be necessary due to the adjustment processes over time at the application site.

Variation in the pulse parameters controlled by the cycle

In some cases, all the tissue structures must be covered at the application site by using several pulse parameters. On the digital TENS/EMS, the existing programmes automatically undergo a cyclical modification of the pulse parameters. This also has a preventive effect on the fatigue of the various muscle groups at the application site. The digital TENS/EMS includes logical pre-setting of the current's parameters. You have the option, however, of modifying the intensity of the pulses at any time when using it.

DESCRIPTION OF THE DEVICE

Front panel 1

- 1 LCD screen
- 2 Increase in the intensity of channel 1
- 3  button
- 4 Reduction in the intensity of channel 1
- 5 Casing
- 6 Button for selecting the TENS function and a TENS programme
- 7 Increase in the intensity of channel 2
- 8 Reduction in the intensity of channel 2
- 9 Button for selecting the EMS function and an EMS programme

Top 2

- 1 Output plug for channel 1: output of the electrical signal from channel 1 after connecting the cable and the electrodes.
- 2 Output plug for channel 2: output of the electrical signal from channel 2 after connecting the cable and the electrodes.


Écran LCD 3

- 1 Timer
- 2 Clock indicator: flashes during electro-stimulation
- 3 EMS mode
- 4 Intensity of channel 1
- 5 Channel 1 symbol
- 6 Chanel 1 electrodes indicator: flashes if the channel 1 electrodes are incorrectly positioned
- 7 Programme number
- 8 TENS mode
- 9 Intensity of channel 2
- 10 Channel 2 symbol
- 11 Chanel 2 electrodes indicator: flashes if the channel 2 electrodes are incorrectly positioned
- 12 Battery indicator: flashes when the batteries need to be replaced

INSTRUCTIONS FOR USE

Batteries




Insertion

The Medi Stim runs on 3 AAA 1.5V batteries (not supplied) Before using your device, insert them correctly into the compartment provided .

- 1 Remove the cover of the battery compartment of the device.
- 2 Insert 3 AAA 1.5 batteries (not supplied) into the compartment, making sure they are installed correctly using the polarity symbols.
- 3 Firmly close the compartment again.


Checking and replacing the batteries

The batteries will need to be replaced after a certain length of time in order to ensure the device continues to run safely. The battery in-



dicator on the screen will flash when the power supply is too low   .

Electrodes

Connecting the electrodes to the cables

Before switching on your device, connect the power supply cable to the electrodes. Insert the connector cable into the electrode's connector. Make sure they are connected correctly in order to ensure the device performs well by referring to .

Connection to the device's cables

The cables can only be connected when the device is switched off. Insert the cables into the jacks located on the top of the device  . There are two output channels: you can choose to use one or two of them. Using both of them means that you can stimulate two areas at the same time.

Replacing them

The electrodes are intended to be used up to 30 times. Order new electrodes from the same supplier as the device or one of its distributors in order to ensure quality.

Positioning them

Remove the protective film and keep it. Do not put the electrodes on irritated or damaged skin. You should also check that your skin is clean and dry.

Stick the patches on firmly and make sure that there is sufficient contact between the skin and the electrodes.

To obtain the desired effect from stimulation, it is important that the electrodes are positioned carefully. We would advise you to define the best positions of the electrodes in the area

of application required together with your doctor.

When using the Medi Stim and when you apply the electrodes, you are advised to use two electrodes per muscle group. For assistance, see [6].

Position the electrodes so that they surround the muscle segments concerned. For optimum effectiveness, the distance between the electrodes should not be greater than approx. 15cm. The greater the distance chosen between the electrodes, the greater will be the volume of tissue stimulated. This applies to the surface and the depth of the volume of tissue. Likewise, the greater the distance between the electrodes, the more the power stimulating the tissue decreases. This means that if you opt for a large distance between the electrodes, the volume will be greater but stimulation less so. To increase stimulation, you will then need to increase the pulse intensity. The following instructions apply when choosing the distance between electrodes:

- The most appropriate distance: approx. 5 to 15cm
- Below 5cm, the primary surface structures are strongly stimulated.
- Above 15cm, the deep structures extending across the large surface areas are very poorly stimulated.

▲ We do not recommend using two electrodes on opposite sides of the centre of the body (for example: the electrode of the first cable on your left arm and the electrode of the second cable on your right arm). See [7].

▲ Never apply the electrodes to your head or pectorals. Never move the electrodes when the device is running. Switch off the device, then simply remove the electrodes and put them in a different place, otherwise, some impact might be felt.

Operating the device

- Once the electrodes are in position in the area you want to treat, switch on your device with the **ON/OFF** button [1 ► 3].
- Press the **TENS** button to switch to the TENS mode or the **EMS** button to switch to the EMS mode [1 ► 6 or 9].
- Press the **TENS** OR **EMS** button again once or several times, depending on the mode chosen, until the number of the programme required is displayed [3 ► 7].
- In the TENS mode, press the **EMS** button to enter the EMS mode, the screen will display EMS programme 1 and the intensity will be lower. Likewise, in the EMS mode, press the **TENS** button to enter the TENS mode.
- Once the mode and the programme are selected, press **+** to activate electro-stimulation [1 ► 2 and/or 7]. This sets off the lowest intensity.
- The clock indicator shows that electro-stimulation is underway [3 ► 2].
- During electro-stimulation, press **+** again until the required intensity is reached and **-** to reduce the intensity [1 ► 4 and 8]. There are 20 possible intensities per programme. With each variation, the intensity of the channel increases or decreases by 1mA and the amplitude by 1V.

- The timer shows the remaining duration in minutes for the programme selected [■ 3 ■ 1].
- Electro-stimulation stops at the end of each count and the intensity falls back to zero.
- Press the **ON/OFF** button at any time during electro-stimulation to stop it [■ 1 ■ 3].
- Press the **ON/OFF** button a second time to switch the device off [■ 1 ■ 3].

i Notes

If the electrodes are not, or are no longer, positioned correctly, the device will automatically return to zero intensity (no electro-stimulation) and the electrode indicator of the corresponding channel will appear and flash [■ 3 ■ 6 or 11].

The device switches off automatically after 180 seconds of being inactive.

We recommend starting at a low intensity the first time you use the device, then gradually increasing it. Once you are used to the stimulation, you can use more powerful intensities of stimulation, but always within the limit of what you are able to tolerate and without injuring yourself.

The recommended duration of use for a position is the one given by the programme

TENS mode

The TENS mode helps relieve the symptoms of pain in the muscles and joints. Each of the 5 programmes is 30 minutes long, their output voltage can be adjusted from 0 to 35 V and the output current can be adjusted from 0 to 70 mA.

selected (between 20 and 30 minutes) when used for one or two sessions a day. The time can also be extended or reduced depending on the user's needs. If you want to continue with the treatment, switch off the device for a few seconds, then switch it on again.


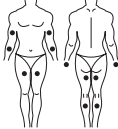


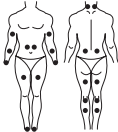
When the device is switched on, the screen will display the last programme used [■ 3 ■ 3 or 8 and 7].

PRE-RECORDED PROGRAMMES

The Medi Stim has 5 pre-recorded TENS and 5 EMS programmes.

A duration of use is given with all the programmes, and you have the option of controlling the intensity of the pulses separately for each of the two channels. You can stop using it whenever you want and change the intensity of the two channels at any time.

The cycles have different sequences that make up the programmes. They are implemented automatically one after the other and increase the effectiveness of stimulation on different types of muscle fibres while combatting rapid muscle fatigue. The standard settings of the stimulation parameters and the instructions for installing the electrodes are shown on the TENS and EMS programme panels below.

| Programme | Applicable areas | Function | Frequency of pulses (Hz) | Width of pulses (us) |
|-----------|---|----------|--------------------------|----------------------|
| TENS 1 |  | Normal | 80 | 200 |
| TENS 2 |  | Normal | 2 | 250 |
| TENS 3 |  | Normal | 80 | 200 |
| TENS 4 |  | Cyclical | 2/80 | 250/200 |
| TENS 5 |  | Cyclical | 1-80 | 200 |






Details of the cycles

TENS 4: the frequency and width of pulses vary automatically depending on a cycle. The output is 2Hz/250uS for the first 3 seconds and 80Hz/200uS for the next 3 seconds, and so on.

TENS 5: the frequency and width of pulses vary automatically according to a 7-second cycle. The frequency increases from 1Hz to 80Hz in cycles of 5s, is maintained for 1s, then decreases from 80Hz to 1Hz in cycles of 5s and is maintained for 1s, and so on.

EMS mode

The EMS mode helps improve muscle performance. The applicable areas of the body vary according to the programme. The width of pulses of all the programmes is 250 uS.

| Programme | Applicable areas | Length of time (min.) | Function | Frequency of pulses (Hz) |
|-----------|---|-----------------------|----------|--------------------------|
| EMS 1 |  | 30 | Normal | 50 |
| EMS 2 |  | 30 | Normal | 20 |
| EMS 3 |  | 20 | Cyclical | 30-80 |
| EMS 4 |  | 25 | Cyclical | 30-60 |
| EMS 5 |  | 25 | Cyclical | 30-45 |

Details of the cycles

| Program number | Preparation term | Working term | | Stop term |
|----------------|------------------|--------------|------------|------------|
| | Phase 1 | Phase 2 | Phase 3 | Phase 4 |
| EMS 3 | 30Hz/250uS | 45Hz/250uS | 80Hz/250uS | 30Hz/250uS |
| EMS 4 | 30Hz/250uS | 45Hz/250uS | 60Hz/250uS | 30Hz/250uS |
| EMS 5 | 30Hz/250uS | 45Hz/250uS | 45Hz/250uS | 30Hz/250uS |

Output amplitude increases for approximately 2s, is maintained for approximately 5s, decreases for approximately 2s then stays at 0 for around 10s.

MAINTENANCE

Cleaning the device

Before cleaning, remove the batteries from the device.

After each use, clean the device with a soft, slightly damp cloth. If it is very dirty, you can use a cloth moistened with a gentle, soapy detergent.

Make sure that the water does not seep into the device. If this happens, do not use the device again until it is completely dry.

To clean it, do not use any chemical cleaning agent or abrasive product.

Cleaning self-adhesive electrodes

So that electrodes keep their stickiness for as long as possible, clean them carefully with a damp, lint-free cloth.

Replace the protective film on the electrodes.

STORAGE

If you do not intend to use the device for a long time, remove the batteries from the device. Leaking batteries may damage the device.

Do not fold either the power cables or the electrodes.

Unplug the power cables from the electrodes. Do not pull on the cables as this may damage them or damage the electrodes.

After use, stick the electrodes to their film backing again.

Store the device in a well ventilated area, away from heat and humidity.

Do not place heavy objects on the device.

DIAGNOSTIC

☹️ **One electrode seems more powerful than the other.**

- 🕒 This is completely normal. The body reacts differently depending on the areas being treated.
- ☺️ Make sure that the electrodes are in the correct position and that they do not overlap.

☹️ **When in use, you will experience a burning sensation or stimulation becomes too weak.**

- 🕒 The electrode gel is not sticking to the skin properly.
- ☺️ Apply a few drops of water to the pad. If the problem persists, you should replace the electrodes.

☹️ **Stimulation is uncomfortable.**

- 🕒 The intensity is too high.
- ☺️ Reduce the intensity.
- 🕒 The electrodes are too close.
- ☺️ Reposition the electrodes.
- 🕒 The electrodes or cables are worn or damaged.
- ☺️ Replace the damaged part.

☹️ **The device will no longer turn on.**

- 🕒 The battery is too low.
- ☺️ Replace the batteries.
- 🕒 There is a loose connection.
- ☺️ Check that the batteries are inserted correctly and that nothing has been damaged.

☹️ **The skin is reddening, causing itching or tingling in the area being treated.**

- 🕒 Check that your skin is not allergic to the adhesive patch.
- ☺️ Check and look at your skin's allergy history. If the allergy is moderate, all you have to do is change the position of the adhesive pad or shorten treatment. If the allergy is severe, stop using the device and consult your doctor.

☹️ **Even after increasing the intensity, stimulation is still too weak or the user cannot feel anything.**

- 🕒 Is your skin not clean enough?
- ☺️ Use the device again after cleansing the skin with a damp cloth.
- 🕒 Are the electrodes in the correct position?
- ☺️ Change their position.

If the breakdown persists, do not try to repair or open the device yourself, but return it to the supplier.

TECHNICAL INFORMATION

| | |
|--|--|
| Name and model | Medi Stim LA100207 |
| Channel | Dual, with independent output sockets |
| Conditions of use | Between 5°C and 40°C (41°F and 104°F) with a relative humidity level of 30%-85% and an atmospheric pressure of 700 to 1060 hPa |
| Storage conditions | Between -10°C and 55°C (14°F and 122°F) with a relative humidity level of 20%-93% and an atmospheric pressure of 700 to 1060 hPa |
| Power supply | DC 4.5 V, batteries 1.5 x 3 (AAA) (not supplied) |
| DC capacity, maximum amplitude and load impedance | Output capacity of the DC equipment: 0 Maximum one-way output voltage: 40 V ± 20% Load impedance: 500 Ohms |
| Consumption and inactive mode (display is on) | <10mA |
| Standby consumption (screen goes dark) | <150µA |
| Dimensions | 110 x 59.5 x 30mm |
| Weight | 45g (without any batteries) |
| Tolerance | ±10% for all parameters and ±20% for the output intensity |
| Fonction de détection d'électrode | Le niveau d'amplitude sera ramené à 0mA s'il est supérieur ou égal à 10mA et qu'un circuit ouvert à l'un des canaux est détecté |

ADVICE REGARDING THE DISPOSAL OF WASTE

All the packaging is composed of materials that pose no hazard for the environment and which can be disposed of at your local sorting centre to be used as secondary raw materials. The cardboard may be disposed of in a paper recycling bin. The packaging film must be taken to your local sorting and recycling centre.

When you have finished using the device, please dispose of it in an environmentally friendly way and in accordance with the law. Prior to disposal, please remove the battery and dispose of it at a collection point so that it can be recycled.

▲ Under no circumstances should spent batteries be disposed of with household waste.

LIMITED WARRANTY

LANAFORM guarantees this product against any material or manufacturing defect for a period of two years from the date of purchase, except in the circumstances described below.

The LANAFORM guarantee does not cover damage caused as a result of normal wear to this product. In addition, the guarantee covering this LANAFORM product does not cover damage caused by abusive or inappropriate or incorrect use, accidents, the use of unauthorized accessories, changes made to the product or any other circumstance, of whatever sort, that is outside LANAFORM's control.

LANAFORM may not be held liable for any type of circumstantial, indirect or specific damage.

All implicit guarantees relating to the suitability of the product are limited to a period of two years from the initial date of purchase

as long as a copy of the proof of purchase can be supplied.

On receipt, LANAFORM will repair or replace your appliance at its discretion and will return it to you. The guarantee is only valid through LANAFORM's Service Centre. Any attempt to maintain this product by a person other than LANAFORM's Service Centre will render this guarantee void.

EUROPEAN DIRECTIVE ON MEDICAL PRODUCTS

The device corresponds to the requirements of the European directive on medical products 93/42/EC and to the legislation on medical products. In accordance with "the regulation on medical products 93/42/EC", regular technical checks must be carried out if the device is used for professional or commercial purposes. We recommend asking the manufacturer to carry out a technical check every 3 years, including when used privately.

GUIDANCE AND MANUFACTURER'S DECLARATION: ELECTROMAGNETIC EMISSIONS


The device is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user assures that it is used in such an environment.

| Emissions test | Compliance | Electromagnetic environment - guidance |
|--|----------------|--|
| RF emissions CISPR 11 | Group 1 | |
| RF emissions CISPR 11 | Class B | |
| Harmonic emissions IEC 61000-3-2 | Not applicable | |
| Voltage fluctuations / flicker Emissions IEC 61000-3-3 | Not applicable | |

GUIDANCE AND MANUFACTURER'S DECLARATION: ELECTROMAGNETIC IMMUNITY

The device is intended for use in the electromagnetic environment specified below.
The customer or the user of the device should assure that it is used in such an environment.

| Immunity test | IEC 60601 test level | Compliance level | Electromagnetic environment guidance |
|--|---|----------------------------|---|
| Electrostatic discharge (ESD) IEC 61000-4-2 | ±6 kV contact ±8 kV air | ±6 kV contact ±8 kV air | Floors should be wood, concrete or ceramic tile. If floors are covered with synthetic material, the relative humidity should be at least 30%. If ESD interfere with the operation of equipment, counter measurements such as wrist strap, grounding shall be considered. |
| Electrical fast transient/burst IEC 61000-4-4 | ±2 kV for power supply lines | Not applicable | Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment. |
| Surge IEC 61000-4-5 | ±1kV differential mode ±2kV common mode | Not applicable | Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment. |
| Voltage dips, short interruptions and voltage variations on power supply input lines IEC 61000-4-11 | <5% UT (>95% dip in UT) for 0.5 cycle 40% UT (60% dip in UT) for 5 cycles 70% UT (30% dip in UT) for 25 cycles <5% UT (>95% dip in UT) for 5 sec | Not applicable | Mains power quality should be that of typical commercial or hospital environment. If the user of the device requires continued operation during power mains interruptions, it is recommended that the devices be powered from an uninterruptible power supply or a battery. |
| Power frequency (50/60 Hz) magnetic field IEC 61000-4-8 | 3A/m | 3A/m | Power frequency magnetic fields should be at levels characteristic of a typical location in a typical commercial or hospital environment. |

| Immunity test | IEC 60501 test level | Compliance level | Electromagnetic environment guidance |
|-------------------------------|-----------------------------|------------------|--|
| Conducted RF IEC 61000-4-6 | 3 Vrms 150 kHz to 80 MHz | Not Applicable | Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of the device, including cables, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter. Recommended separation distance: $d=1.2\sqrt{P}$ $d=1.2\sqrt{P}$ 80 MHz to 800 MHz $d=2.3\sqrt{P}$ 800MHz to 2,5MHz Where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer and d is the recommended separation distance in meters (m). Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site survey, should be less than the compliance level in each frequency range. Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following symbol:  |
| Radiated RF IEC 61000-4-3 | 3 V/m 80 MHz to 2.5 GHz | 3 V/m | |

Note 1: At 80 MHz ends 800 MHz the higher frequency range applies.

Note 2: These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.

RECOMMENDED SEPARATION DISTANCES BETWEEN PORTABLE AND MOBILE RF COMMUNICATIONS EQUIPMENT AND THE DEVICE

The device is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of the device can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and the as recommended below, according to the maximum output power of the communications equipment.

| Rated maximum output power of transmitter W | Separation distance according to frequency of transmitter m | | |
|---|---|--------------------------------------|---------------------------------------|
| | 150 kHz to 80 MHz $d=1.2\sqrt{P}$ | 80 MHz to 800 MHz $d=1.2\sqrt{P}$ | 800 MHz to 2,5 GHz $d=2.3\sqrt{P}$ |
| 0,01 | 0,12 | 0,12 | 0,23 |
| 0,1 | 0,38 | 0,38 | 0,73 |
| 1 | 1,2 | 1,2 | 2,3 |
| 10 | 3,8 | 3,8 | 7,3 |
| 100 | 12 | 12 | 23 |

For transmitters rated at a maximum output power not listed above, the recommended separation distance d in meters (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) accordable to the transmitter manufacturer.

Note 1: At 80 MHz and 800 MHz, the separation distance for the higher frequency range applies.

Note 2: These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.








FRANÇAIS

CONTENU DU PACKAGING, 1

- 1 appareil d'électrostimulation
- 2 câbles d'alimentation
- 4 électrodes adhésives 5 x 5 mm
- 1 manuel d'instruction

TITRE ET DESCRIPTION DES SYMBOLES GRAPHIQUES SUR LA PLAQUETTE DE CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

Les symboles suivants sont utilisés sur le mode d'emploi, sur l'emballage et sur la plaque signalétique de l'appareil et des accessoires :

| Identification | Définition du symbole | Informations associées du fabricant |
|---|--|--|
|  | Coordonnées du fabricant | Famidoc Technology Co., Ltd. - Add.: No. 212 Yilong - Road, Hexi Industrial Zone, Jinxia, Changnan Town, Dongguan 523853, Guangdong Province, P.R.C. |
|  | Numéro de lot | Numéro de lot de production |
|  | Appareil type BF | |
|  | Manuel d'utilisation | Respectez les consignes du mode d'emploi |
|  | Attention, voir notice d'instructions | Attention, consultez les documents joints. Veuillez lire ces instructions avant d'utiliser l'appareil. Veuillez également suivre attentivement ces instructions lors de l'utilisation de l'appareil. |
| CE 0120 | Organisme notifié | |
|  | Représentant Européen | Shanghai International Holding Corp.GmbH (Europe) - Add.: Eiffelstrasse 50, 20537 Hamburg Germany |
| IP22 | Indice classant le niveau de protection qu'offre un matériel aux intrusions de corps solides et liquides | Protégé contre l'intrusion de corps solides d'un diamètre supérieur à 12,5 mm. Protégé contre les chutes de gouttes d'eau jusqu'à 15° d'inclinaison. |
|  | Déchet d'équipement électrique et électronique (DEEE) | L'appareil ne doit pas être éliminé avec les autres déchets ménagers à la fin de sa durée de vie. |

MESURES DE PRÉCAUTION

▲ Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser votre produit, en particulier ces quelques consignes de sécurité fondamentales.

▲ L'utilisation de l'appareil ne saurait remplacer une consultation ou un traitement médical. Par conséquent, consultez toujours votre médecin au préalable en cas de douleur ou de maladie!

Les photographies et autres représentations du produit dans le présent manuel et sur l'emballage se veulent les plus fidèles possibles mais peuvent ne pas assurer une similitude parfaite avec le produit.

A Avertissement

Avant d'utiliser l'appareil, consultez votre médecin traitant dans les cas suivants :

- Si vos symptômes douloureux n'ont pas fait l'objet d'un diagnostic médical;
- Maladies aiguës, notamment en cas de suspicion ou en présence d'hypertension artérielle, de troubles de la coagulation sanguine, de tendance aux thromboses et aux embolies et en cas de tumeurs malignes;
- Toutes les maladies de peau;
- Douleurs chroniques inexplicables, sur quelque partie du corps que ce soit;
- Diabète;
- Tous les troubles de la sensibilité avec sensibilité réduite à la douleur (par exemple troubles du métabolisme);
- Pendant d'autres traitements médicaux;
- Douleurs liées au traitement par stimulation;
- Irritation permanente de la peau due à une stimulation prolongée au moyen d'une électrode placée au même endroit.

Pour éviter de nuire à votre santé, avant d'utiliser le Medi Stim, demandez impérativement l'avis médical dans les cas suivants :

- En cas d'implant d'appareils électriques (par exemple pacemaker);
- En présence d'implants métalliques;
- Chez les personnes porteuses d'une pompe à insuline;

- En cas de forte fièvre (par exemple > 39°C);
- En cas d'arythmie cardiaque connue ou aiguë et en cas d'autres dysfonctionnements de l'excitation et du rendement du cœur;
- En cas de crises (par exemple épilepsie)
- En cas de grossesse avérée;
- En cas de cancer;
- Après des interventions chirurgicales, au cas où les contractions musculaires accrues pourraient empêcher la guérison.

Il est interdit d'utiliser l'appareil dans les cas suivants :

- À proximité du cœur. Les électrodes ne doivent pas être placées sur la cage thoracique (délimitée par les côtes et le sternum), notamment sur les deux gros pectoraux. Le risque de fibrillation ventriculaire est accru et peut provoquer un arrêt cardiaque;
- Sur la partie osseuse du crâne, dans la zone de la bouche, dans la zone du pharynx ou du larynx;
- Au niveau du cou / de la carotide;
- Dans la zone des parties génitales;
- Sur une peau présentant une maladie aiguë ou chronique (blessée ou irritée) (par exemple en cas d'irritations douloureuses et indolores, de rougeurs, d'éruptions cutanées (par exemple allergies), de brûlures, de contusions, de tuméfactions et de blessures ouvertes et en cours de guérison, sur des cicatrices en voie de guérison);
- Dans les environnements très humides comme par exemple à la salle de bain, dans le bain ou la douche;
- Après consommation d'alcool;
- Lorsqu'un appareil chirurgical à haute fréquence est branché simultanément;

Utilisez le Medi Stim exclusivement :

- Sur l'homme;
- Dans le but pour lequel il a été conçu et de la manière indiquée dans le mode d'emploi. Toute utilisation incorrecte peut être dangereuse;
- Pour un usage externe;
- Avec les accessoires d'origine fournis et pouvant être commandés en option. (Lors de l'utilisation d'autres accessoires, la garantie sera annulée.)

▲ Attention

L'électrostimulation n'est pas prévue pour être utilisée sans surveillance par des personnes ayant des troubles émotionnels, de la démence, ou un QI faible.

Afin d'éviter de blesser les peaux les plus sensibles (cas extrêmement rare), tirez toujours modérément sur les électrodes pour les enlever.

Eloignez l'appareil des sources de chaleur et ne l'utilisez pas à proximité (-1 m) d'appareils à ondes courtes ou à micro-ondes (par exemple téléphones portables) car cela pourrait provoquer des pointes de courant désagréables.

N'exposez pas l'appareil aux rayons directs du soleil ni à de hautes températures.

Protégez l'appareil de la poussière, de la saleté et de l'humidité. Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau ou d'autres liquides.

L'appareil est prévu pour un usage personnel.

Pour des raisons d'hygiène, les électrodes doivent être utilisées par une seule personne.

Si l'appareil ne fonctionne pas, en cas de maux ou de douleurs, cessez immédiatement de l'utiliser.

Pour retirer ou déplacer les électrodes, débranchez tout d'abord l'appareil ou le canal correspondant afin d'éviter des stimuli involontaires.

Ne modifiez pas les électrodes (par exemple par découpage). Cela augmenterait la densité de courant, ce qui peut être dangereux.

N'utilisez pas l'appareil pendant votre sommeil, en conduisant ou pendant l'utilisation simultanée de machines.

N'utilisez pas l'appareil lors de toutes les opérations lors desquelles une réaction imprévisible (par exemple contraction musculaire accrue malgré une faible intensité) peut se révéler dangereuse.

Veillez à ce qu'aucun objet métallique tel que les boucles de ceinture ou les colliers ne puisse entrer au contact des électrodes pendant la stimulation. Si vous portez des bijoux ou des piercings (par exemple au nombril) dans la zone d'application, retirez-les avant d'utiliser l'appareil car ils pourraient provoquer des brûlures locales.

Pour prévenir tout risque éventuel, gardez l'appareil hors de portée des enfants.

Ne confondez pas les cordons électriques à fiches avec ceux de votre casque ou d'autres appareils et ne branchez jamais les électrodes sur d'autres appareils.

N'utilisez pas cet appareil en même temps que d'autres appareils envoyant des impulsions électriques dans votre corps.

N'utilisez pas l'appareil à proximité de matières facilement inflammables, de gaz ou d'explosifs.

N'utilisez pas de piles rechargeables. Utilisez uniquement des piles de même type.

Durant les premières minutes, utilisez l'appareil en position assise ou allongée afin de ne

pas risquer de vous blesser inutilement en raison d'un malaise vagal (sensation de faiblesse), ce qui arrive rarement. En cas de sensation de faiblesse, arrêtez immédiatement l'appareil et surélevez vos jambes (pendant 5 à 10 minutes).

Il est déconseillé d'enduire votre peau de crèmes grasses ou d'onguents avant un traitement préalable car cela augmente fortement l'usure des électrodes ou peut provoquer des pointes de courant désagréables.

Dommmages

Si l'appareil est endommagé, en cas de doute, ne l'utilisez pas et adressez-vous à votre revendeur ou à l'adresse mentionnée du service après-vente.

Vérifiez l'appareil pour détecter des signes d'usure ou des dommages. Si l'appareil présente de tels signes ou s'il a été utilisé de manière non conforme, il doit être envoyé au fabricant ou rapporté au revendeur avant d'être réutilisé.

Eteignez immédiatement l'appareil s'il est défectueux ou s'il présente des dysfonctionnements.

N'essayez en aucun cas d'ouvrir et/ou de réparer vous-même l'appareil! Les réparations doivent être effectuées uniquement par le service après-vente ou des revendeurs agréés. Le non-respect de cette consigne annulera la garantie.

Le fabricant n'est pas responsable des dommages causés par une utilisation incorrecte ou erronée.

i Remarques relatives aux piles

Si du liquide de la cellule de pile entre en contact avec la peau ou les yeux, rincez la zone touchée avec de l'eau et consultez un médecin.

▲ Risque d'ingestion!
Les enfants en bas âge pourraient avaler des piles et s'étouffer. **Veillez donc conserver les piles hors de portée des enfants en bas âge!**

Respectez les signes de polarité plus (+) et moins (-).

Si la pile a coulé, enflez des gants de protection et nettoyez le compartiment à piles avec un chiffon sec.

Protégez les piles d'une chaleur excessive.

▲ Risque d'explosion!
Ne jetez pas les piles dans le feu.

Les piles ne doivent être ni rechargées, ni court-circuitées.

En cas de non utilisation prolongée de l'appareil, sortez les piles du compartiment à piles.

Utilisez uniquement des piles identiques ou équivalentes.

Remplacez toujours l'ensemble des piles simultanément.

N'utilisez pas d'accumulateur!

Ne démontez, n'ouvrez ou ne cassez pas les piles.

PRÉSENTATION

Nous vous remercions d'avoir choisi le système d'électrostimulation Medi Stim de LANAFORM. Le Medi Stim propose 2 fonctions de base :

- 1 La stimulation des voies nerveuses (TENS)
- 2 La stimulation électrique des tissus musculaires (EMS)

Muni de deux canaux de stimulation indépendants et de 4 électrodes adhésives, L'appareil dispose de diverses fonctions polyvalentes ayant pour but d'améliorer le bien-être général, de soulager la douleur, de maintenir

la forme physique, de relaxer, de revitaliser les muscles et de combattre la fatigue. Ces fonctions peuvent être sélectionnées soit au moyen des programmes préconfigurés et adaptées selon ses besoins.

Qu'est-ce que l'électrostimulation ?

Le principe de fonctionnement des appareils d'électrostimulation est fondé sur l'imitation des impulsions corporelles transmises par la peau aux fibres nerveuses et musculaires grâce aux électrodes. Celles-ci se placent à divers endroits du corps pour une action complète. Leurs stimuli électriques sont inoffensifs et indolores. Les effets de l'électrostimulation sont visibles après quelques utilisations en complément à un travail musculaire régulier.

Fonction TENS

TENS signifie stimulation électrique des nerfs au travers de la peau. Simple d'utilisation, le TENS est une méthode cliniquement prouvée, efficace, non médicamenteuse et sans effets secondaires en cas d'utilisation correcte pour le traitement des douleurs d'origine précise. L'effet analgésique ou apaisant est entre autres dû à la suppression de la transmission de la douleur dans les fibres nerveuses (notamment par des impulsions à haute fréquence) et par l'augmentation de l'excrétion des endorphines corporelles qui éliminent la sensation de douleur par leur action dans le système nerveux central. Cette méthode repose sur des faits scientifiques et est agréée par le corps médical. Le TENS a subi des tests cliniques et est autorisé pour les applications suivantes :

- Douleurs dorsales, notamment aux lombaires et cervicales ;
- Douleurs articulaires, notamment aux poignets, genoux et chevilles ;
- Douleurs à la nuque ;

- Douleurs aux épaules ;
- Douleurs aux bras, aux jambes et à l'abdomen.

Fonction EMS

EMS signifie stimulation électrique des muscles. C'est une méthode reconnue et répandue depuis des années dans les domaines du sport et esthétique.

Dans le domaine du sport, l'EMS est d'abord un complément à l'entraînement musculaire conventionnel qui contribue à augmenter l'efficacité et la performance des muscles. Son autre fonction réside dans la relaxation et la réduction de la fatigue musculaire. Ces deux fonctions incluent donc :

- L'entraînement des muscles pour en améliorer l'endurance et la performance ;
- L'aide au renforcement de certains muscles ou groupes musculaires ciblés ;
- La relaxation des muscles pour évacuer les tensions ;
- La réduction des symptômes de fatigue musculaire ;
- L'amélioration de la récupération musculaire après un effort important (par exemple : un marathon).

Au niveau esthétique, L'électrostimulation permet de modeler le corps en fonction des résultats esthétiques souhaités. Ainsi l'électrostimulation contribue notamment à une perte centimétrique au niveau des cuisses, des hanches et de la taille ainsi qu'à une réduction de l'aspect de la cellulite.

Équipé de canaux à réglage séparé, le TENS/EMS numérique a pour avantage de permettre le réglage indépendant de l'intensité des impulsions sur deux parties du corps à traiter, par exemple pour couvrir les deux faces du corps ou pour simuler des zones de tissus plus im-

portantes, de manière uniforme. Le réglage individuel de l'intensité de chaque canal vous permet également de traiter simultanément deux parties différentes du corps et ainsi de gagner du temps par rapport à un traitement individuel séquentiel.

Grâce aux propositions de positionnement et aux tableaux de programmes figurant dans la présente notice, vous pourrez déterminer rapidement et aisément le réglage de l'appareil correspondant à l'utilisation que vous souhaitez en faire (en fonction de l'endroit du corps visé) et selon l'effet escompté.

PARAMÈTRES DE COURANT

Les appareils de stimulation électrique fonctionnent avec les réglages suivants. Selon le réglage, ils ont un effet différent sur l'efficacité de la stimulation.

Forme d'impulsion

Elle décrit la fonction temps du courant d'excitation. On distingue les courants d'impulsion monophasiques et biphasiques. En présence de courants d'impulsion monophasiques, le courant circule dans une direction, tandis que le courant d'excitation change de direction lors d'impulsions biphasiques. Le TENS/EMS numérique présente exclusivement des courants d'impulsion biphasiques car ils soulagent le muscle afin de réduire la fatigue musculaire et de garantir une utilisation sans danger.

Fréquence d'impulsion

La fréquence indique le nombre d'impulsions par seconde. Elle est indiquée en Hz (Hertz). Elle détermine les types de fibres musculaires réagissant en priorité. Les fibres à réaction lente réagissent plutôt aux basses fréquences d'impulsion jusqu'à 15 Hz tandis que les fibres à réaction rapide ne réagissent qu'à partir

d'environ 35 Hz. En présence d'impulsions comprises entre environ 45 et 70 Hz, le muscle se contracte en permanence et fatigue rapidement. Les fréquences d'impulsion supérieures peuvent par conséquent être utilisées en priorité pour l'entraînement en force rapide et l'entraînement en force maximale.

Largeur d'impulsion

Elle indique la durée d'une impulsion en microsecondes. La largeur d'impulsion détermine entre autres la profondeur de pénétration du courant. La règle suivante s'applique alors en général: plus la masse musculaire est importante, plus la largeur d'impulsion doit être élevée.

Intensité d'impulsion

Le réglage du degré d'intensité dépend du ressenti subjectif de chaque utilisateur et est déterminé par de nombreux paramètres tels que l'endroit de l'application, l'irrigation cutanée, l'épaisseur de la peau et la qualité du contact des électrodes. Le réglage pratique doit être efficace mais ne doit jamais procurer de sensations désagréables telles que par exemple des douleurs au niveau du point d'application. Tandis qu'un léger picotement indique que l'énergie de stimulation est suffisante, tout réglage provoquant des douleurs doit être évité. En cas d'utilisation prolongée, un ajustage peut s'imposer en raison des processus d'adaptation dans le temps à l'endroit de l'application.

Variation des paramètres commandés par le cycle

Dans certains cas, l'ensemble des structures de tissu doit être couvert à l'endroit de l'application par l'utilisation de plusieurs paramètres d'impulsion. Sur le TENS/EMS numérique, les programmes existants procèdent auto-

matiquement à la modification cyclique des paramètres d'impulsion. Cela a aussi un effet préventif sur la fatigue des différents groupes musculaires à l'endroit de l'application. Le TENS/EMS numérique inclut des pré réglages logiques des paramètres de courant. Vous avez cependant la possibilité de modifier l'intensité des impulsions à tout moment pendant l'utilisation.

DESCRIPTION DE L'APPAREIL

Face avant 1

- 1 Écran LCD
- 2 Augmentation de l'intensité du canal 1
- 3 Bouton **ON/OFF**
- 4 Diminution de l'intensité du canal 1
- 5 Coque
- 6 Bouton de sélection de la fonction TENS et d'un programme TENS
- 7 Augmentation de l'intensité du canal 2
- 8 Diminution de l'intensité du canal 2
- 9 Bouton de sélection de la fonction EMS et d'un programme EMS

Dessus 2

- 1 Prise de sortie du canal 1 : sortie du signal électrique du canal 1 après connexion du câble et des électrodes.
- 2 Prise de sortie du canal 2 : sortie du signal électrique du canal 2 après connexion du câble et des électrodes.

Écran LCD 3


- 1 Minuteur
- 2 Témoin horloge : clignote lors de l'électrostimulation
- 3 Mode EMS
- 4 Intensité du canal 1
- 5 Symbole du canal 1

- 6 Témoin électrodes du canal 1 : clignote si les électrodes du canal 1 sont mal placées
- 7 Numéro du programme
- 8 Mode TENS
- 9 Intensité du canal 2
- 10 Symbole du canal 2
- 11 Témoin électrodes du canal 2 : clignote si les électrodes du canal 2 sont mal placées
- 12 Indicateur de batterie : clignote lorsque les piles doivent être remplacées

INSTRUCTIONS D'UTILISATION



Piles

Insertion

Le Medi Stim fonctionne à l'aide de 3 piles AAA 1,5V (non fournies). Avant d'utiliser votre appareil, insérez celles-ci correctement dans le compartiment prévu à cet effet  4).

- 1 Faites glisser le couvercle du compartiment des piles de l'appareil.
- 2 Insérez 3 piles AAA 1.5V (non comprises) dans le compartiment en vous assurant qu'elles soient correctement installées, à l'aide des signes de polarité.
- 3 Refermez le compartiment fermement.

Vérification et remplacement

Après un certain temps, il est nécessaire de remplacer les piles pour assurer un fonctionnement sûr de l'appareil. L'indicateur de batterie sur l'écran clignote lorsque l'approvisionnement d'énergie est trop faible  3  12).

Électrodes

Connexion des électrodes aux câbles

Avant d'allumer votre appareil, reliez le cordon d'alimentation aux électrodes. Insérez le connecteur du câble dans le connecteur de

l'électrode. Assurez-vous qu'ils soient correctement connectés afin de garantir une bonne performance de l'appareil en vous référant à [■ 5].

Connexion des câbles à l'appareil

Le branchement des câbles ne peut se faire uniquement lorsque l'appareil est éteint. Insérez les câbles dans les prises jacks situées sur le dessus de l'appareil [■ 2]. Il y a deux canaux de sortie: vous pouvez choisir d'en utiliser un ou deux. Utiliser les deux permet de stimuler deux zones simultanément.

Remplacement

Les électrodes sont prévues pour être utilisées à raison de 30 utilisations. Commandez de nouveaux électrodes chez le même fournisseur que l'appareil ou l'un de ses distributeurs afin d'en assurer la qualité.

Placement

Retirez le film protecteur et conservez-le. N'appliquez pas les électrodes sur une peau irritée ou abîmée. Assurez-vous que votre peau est propre et sèche.

Collez fermement les patches et assurez-vous que le contact entre la peau et les électrodes soit suffisant.

Pour obtenir l'effet escompté de la stimulation, il est important de placer les électrodes de manière judicieuse. Nous vous recommandons de définir les positions optimales des électrodes dans la zone d'application souhaitée avec votre médecin.

Lors de l'utilisation du Medi Stim et lorsque vous appliquez les électrodes, il est recommandé d'utiliser deux électrodes par groupe musculaire. Pour vous aider, reportez-vous à [■ 6].

Placez les électrodes de sorte qu'elles encerclent les segments musculaires concernés. Pour une efficacité optimale, la distance entre les électrodes ne doit pas être supérieure à env. 15 cm. Plus la distance choisie entre les électrodes est grande, plus le volume de tissu stimulé sera grand. Cela s'applique à la surface et à la profondeur du volume de tissu. De même, plus la distance entre les électrodes est grande, plus la force de stimulation des tissus diminue. Cela signifie que si vous optez pour une distance importante entre les électrodes, le volume sera plus grand mais la stimulation sera moins importante. Pour augmenter la stimulation, vous devrez alors augmenter l'intensité des impulsions. La directive suivante s'applique pour le choix de la distance entre les électrodes:

- Distance la plus judicieuse: env. 5 à 15 cm
- Au-dessous de 5 cm, les structures superficielles primaires sont fortement stimulées.
- Au-dessus de 15 cm, les structures profondes et s'étendant sur des surfaces importantes sont très faiblement stimulées.

▲ Nous déconseillons l'utilisation des deux électrodes de part et d'autre de la ligne médiane du corps (exemple: l'électrode du premier câble sur le bras gauche et l'électrode du second câble sur le bras droit). Référez-vous à [■ 7].

▲ Ne jamais appliquer les électrodes au niveau de la tête ou des pectoraux. Ne jamais déplacer les électrodes lorsque l'appareil fonctionne. Eteignez l'appareil puis enlevez seulement les électrodes pour les placer à un autre endroit. À défaut, un impact pourrait être ressenti.

Fonctionnement de l'appareil

- Une fois les électrodes placées sur la zone que vous souhaitez traiter, allumez votre appareil à l'aide du bouton **ON/OFF** [■ 1 ■ 3].
- Appuyez sur le bouton **TENS** pour passer en mode TENS ou sur le bouton **EMS** pour passer en mode EMS [■ 1 ■ 6 ou 9].
- Appuyez à nouveau sur le bouton **TENS** ou **EMS**, selon le mode choisi, une ou plusieurs fois jusqu'à l'affichage du numéro de programme souhaité [■ 3 ■ 7].
- Dans le mode TENS, poussez sur le bouton **EMS** pour entrer dans le mode EMS, l'écran affiche EMS programme 1 et l'intensité est à son plus bas. De même, dans le mode EMS, poussez sur le bouton **TENS** pour entrer dans le mode TENS.
- Une fois le mode et le programme sélectionnés, appuyez sur **+** pour activer l'électrostimulation [■ 1 ■ 2 et/ou 7]. Celle-ci commence à l'intensité la plus faible.
- Le témoin horloge indique que l'électrostimulation est en cours [■ 3 ■ 2].
- Pendant l'électrostimulation, appuyez à nouveau sur **+** jusqu'à atteindre l'intensité souhaitée et sur **-** pour diminuer l'intensité [■ 1 ■ 4 et 8]. Il y a 20 intensités possibles par programme. À chaque variation, l'intensité du canal augmente ou diminue de 1mA et l'amplitude de 1V.
- Le minuteur indique la durée restante en minutes pour le programme sélectionné [■ 3 ■ 1].
- L'électrostimulation s'arrête à la fin de chaque décompte et l'intensité retombe à zéro.
- Pendant l'électrostimulation, appuyez sur le bouton **ON/OFF** à tout moment pour la faire cesser [■ 1 ■ 3].
- Appuyez une seconde fois sur le bouton **ON/OFF** pour éteindre l'appareil [■ 1 ■ 3].

Remarques

Si les électrodes ne sont pas ou plus placées correctement, il y aura un retour automatique à l'intensité zéro (pas d'électrostimulation) et le témoin électrodes du canal correspondant apparaîtra et clignotera [■ 3 ■ 6 ou 11].

L'appareil s'éteint automatiquement après 180 secondes d'inactivité.

Nous recommandons pour la première utilisation de commencer par une intensité faible et de l'augmenter progressivement. Une fois que vous êtes habitué à la stimulation, vous pouvez utiliser des intensités de stimulation plus puissantes, toujours à la limite de ce que vous pouvez supporter et sans vous blesser.

La durée d'utilisation conseillée pour une position est celle prévue par le programme sélectionné (entre 20 et 30 minutes), à raison d'une à deux séances par jour. Il est également possible de prolonger ou de raccourcir la période en fonction des besoins de l'utilisateur. Si vous souhaitez poursuivre le traitement, éteignez l'appareil pendant quelques secondes, puis rallumez-le.

Lors de l'allumage de l'appareil, l'écran affiche le dernier programme utilisé [■ 3 ■ 3 ou 8 et 7].

PROGRAMMES PRÉENREGISTRÉS






Le Medi Stim dispose de 5 programmes TENS et 5 programmes EMS préenregistrés. Avec tous les programmes, une durée d'utilisation est prévue et vous avez la possibilité de régler l'intensité des impulsions séparément pour chacun des deux canaux. Vous pouvez stopper l'utilisation quand vous le souhaitez, ainsi que changer l'intensité des deux canaux à tout moment.

Les cycles sont des séquences différentes composant les programmes. Ils sont exécutés automatiquement l'un après l'autre et augmentent l'efficacité de la stimulation sur différents types de fibres musculaires tout en

agissant contre une fatigue rapide des muscles. Les réglages standards des paramètres de stimulation et les consignes de mise en place des électrodes sont indiqués dans les tableaux des programmes TENS et EMS ci-après.

Mode TENS

Le mode TENS contribue à soulager des symptômes de douleurs aux muscles et aux articulations. La durée de chacun des 5 programmes est de 30 minutes, leur tension de sortie est ajustable de 0 à 35 V et le courant de sortie est ajustable de 0 à 70 mA.

| Programme | Zones applicables | Fonction | Fréquence d'impulsion (Hz) | Largeur d'impulsion (µS) |
|-----------|--|----------|----------------------------|--------------------------|
| TENS 1 |  | Normale | 80 | 200 |
| TENS 2 |  | Normale | 2 | 250 |
| TENS 3 |  | Normale | 80 | 200 |
| TENS 4 |  | Cyclique | 2/80 | 250/200 |
| TENS 5 |  | Cyclique | 1-80 | 200 |






Détail des cycles

TENS 4: la fréquence et la largeur d'impulsion varient automatiquement selon un cycle. La sortie est de 2Hz/250µs pendant les 3 premières secondes et de 80Hz/200µs pendant les 3 secondes suivantes, et ainsi de suite.

TENS 5: la fréquence d'impulsion varie automatiquement selon un cycle de 7 secondes. La fréquence augmente de 1Hz à 80Hz en cycles de 5s, se maintient 1s puis diminue de 80Hz à 1Hz en cycles de 5s et se maintient 1s, et ainsi de suite.

Mode EMS

Le mode EMS contribue à améliorer la performance musculaire. Les zones du corps applicables varient selon le programme. La largeur d'impulsion de tous les programmes est de 250 µs.

| Programme | Zones applicables | Durée (min) | Fonction | Fréquence d'impulsion (Hz) |
|-----------|---|-------------|----------|----------------------------|
| EMS 1 |  | 30 | Normale | 50 |
| EMS 2 |  | 30 | Normale | 20 |
| EMS 3 |  | 20 | Cyclique | 30-80 |
| EMS 4 |  | 25 | Cyclique | 30-60 |
| EMS 5 |  | 25 | Cyclique | 30-45 |

Détail des cycles

| Numéro du programme | Période de préparation | | Période de travail | | Période d'arrêt | |
|---------------------|------------------------|------------|--------------------|------------|-----------------|------------|
| | Phase 1 | Phase 2 | Phase 3 | Phase 4 | Phase 5 | Phase 6 |
| EMS 3 | 30Hz/250µs | 45Hz/250µs | 80Hz/250µs | 30Hz/250µs | 30Hz/250µs | 30Hz/250µs |
| EMS 4 | 30Hz/250µs | 45Hz/250µs | 60Hz/250µs | 30Hz/250µs | 30Hz/250µs | 30Hz/250µs |
| EMS 5 | 30Hz/250µs | 45Hz/250µs | 45Hz/250µs | 30Hz/250µs | 30Hz/250µs | 30Hz/250µs |

L'amplitude de sortie augmente pendant une durée d'environ 2s, se maintient environ 5s, diminue pendant environ 2s puis reste à 0 pendant environ 10s.

ENTRETIEN

Nettoyage de l'appareil

Avant tout nettoyage, retirez les piles de l'appareil.

Après chaque utilisation, nettoyez l'appareil avec un chiffon doux légèrement humide. S'il est très sale, vous pouvez utiliser un chiffon humecté d'une lessive de savon légère.

Veillez à ce que l'eau ne pénètre pas dans l'appareil. Si cela se produisait, ne réutilisez pas l'appareil avant qu'il soit entièrement sec.

Pour le nettoyage, ne vous servez pas d'agent de nettoyage chimique ni de produit abrasif.

Nettoyage des électrodes auto-adhésives

Pour que les électrodes conservent leur adhérence le plus longtemps possible, nettoyez-les soigneusement avec un chiffon non pelucheux humide.

Remplacez le film protecteur sur les électrodes.

RANGEMENT

Si vous ne comptez pas l'utiliser avant longtemps, retirez les piles de l'appareil. Des piles qui fuient peuvent endommager l'appareil.

Ne pliez pas trop les cordons de raccordement ni les électrodes.

Débranchez les cordons de raccordement des électrodes. Ne tirez pas sur les câbles, cela pourrait les endommager ou endommager les électrodes.

Après utilisation, collez de nouveau les électrodes sur leur film de support.

Rangez l'appareil dans un lieu bien ventilé, à l'abri de la chaleur et de l'humidité.

Ne posez pas d'objets lourds sur l'appareil.

DIAGNOSTIC

- ⊗ **Une électrode vous semble plus puissante qu'une autre.**

- ⊙ C'est tout à fait normal. Le corps réagit différemment en fonction des zones traitées.
- ⊙ Assurez-vous que les électrodes soient bien placées et qu'elles ne se superposent pas.
- ⊗ **Pendant l'utilisation, vous sentez un sentiment de brûlure ou la stimulation devient trop faible.**

- ⊙ Le gel des électrodes n'adhère plus suffisamment sur la peau.
- ⊙ Appliquez quelques gouttes d'eau sur le pad. Si le problème persiste, vous devez remplacer les électrodes.
- ⊗ **La stimulation est inconfortable.**

- ⊙ L'intensité est trop élevée.
- ⊙ Diminuez l'intensité.
- ⊙ Les électrodes sont trop rapprochées.
- ⊙ Repositionnez les électrodes.
- ⊙ Les électrodes ou les câbles sont usés ou endommagés.
- ⊙ Remplacez la partie endommagée.
- ⊗ **L'appareil ne s'allume plus.**

- ⊙ La batterie est trop faible.
- ⊙ Remplacez les piles.
- ⊙ Il y a un faux contact.
- ⊙ Vérifiez que les piles sont insérées correctement et que rien n'est endommagé.

⊗ **La peau de la partie en traitement devient rouge, provoque des démangeaisons ou des picotements.**

- ② Vérifiez que votre peau ne soit pas allergique au patch adhésif.
- ⊗ Vérifiez et consultez les antécédents allergiques de votre peau. Si l'allergie est modérée, il vous suffit de changer la position du disque adhésif ou de raccourcir la durée de traitement. Si l'allergie est importante, cessez toute utilisation de l'appareil et consultez votre médecin.

⊗ **Même après avoir augmenté l'intensité, la stimulation est encore trop faible ou l'utilisateur ne ressent rien.**

- ② La peau est-elle trop sale ?
- ⊗ Réutilisez l'appareil après un nettoyage de la peau au moyen d'une serviette humide.
- ② La position des électrodes est-elle correcte ?
- ⊗ Modifiez la position.

En cas de panne persistante, n'essayez pas de réparer ou d'ouvrir l'appareil vous-même mais rappez-le au fournisseur.

DONNÉES TECHNIQUES

| | |
|---|---|
| Nom et Modèle | Medi Stim LA100207 |
| Canal | Double, avec prises de sortie indépendantes |
| Conditions d'utilisation | Entre 5°C et 40°C (41°F et 104°F) avec un taux d'humidité relative de 30%-85% et une pression atmosphérique de 700 à 1060 hPa |
| Conditions de stockage | Entre -10°C et 55°C (14°F et 122°F) avec un taux d'humidité relative de 20%-93% et une pression atmosphérique de 700 à 1060 hPa |
| Alimentation électriques | DC 4.5V, piles 1.5x3(AAA) (non fournies) Capacité de sortie de l'équipement DC : 0 |
| Capacité DC, amplitude maximale et impédance de charge | Tension maximale unidirectionnelle de sortie : 40V ± 20% Impédance de charge : 500 Ohms |
| Consommation en mode inactif (écran allumé) | <10mA |
| Consommation en veille (écran éteint) | <150µA |
| Dimensions | 110 x 59,5 x 30 mm |
| Poids | 45g (sans piles) |
| Tolérance | ±10% pour tous les paramètres et ±20% pour l'intensité de sortie |
| Fonction de détection d'électrode | Le niveau d'amplitude sera ramené à 0mA s'il est supérieur ou égal à 10mA et qu'un circuit ouvert à l'un des canaux est détecté |



CONSEILS RELATIF À L'ÉLIMINATION DES DÉCHETS

L'emballage est entièrement composé de matériaux sans danger pour l'environnement qui peuvent être déposés auprès du centre de tri de votre commune pour être utilisés comme matières secondaires. Le carton peut être placé dans un bac de collecte papier. Les films d'emballage doivent être remis au centre de tri et de recyclage de votre commune.

Lorsque vous ne vous servez plus de l'appareil, éliminez-le de manière respectueuse de l'environnement et conformément aux directives légales.

▲ Les piles usées ne doivent en aucune façon être mises aux ordures ménagères

GARANTIE LIMITÉE

LANAFORM garantit que ce produit est exempt de tout vice de matériau et de fabrication à compter de sa date d'achat et ce pour une période de deux ans, à l'exception des précisions ci-dessous.

La garantie LANAFORM ne couvre pas les dommages causés suite à une usure normale de ce produit. En outre, la garantie sur ce produit LANAFORM ne couvre pas les dommages causés à la suite de toute utilisation abusive ou inappropriée ou encore de tout mauvais usage, accident, fixation de tout accessoire

non autorisé, modification apportée au produit ou de toute autre condition, de quelle que nature que ce soit, échappant au contrôle de LANAFORM.

LANAFORM ne sera pas tenue pour responsable de tout type de dommage accessoire, consécutif ou spécial.

Toutes les garanties implicites d'aptitude du produit sont limitées à une période de deux années à compter de la date d'achat initiale pour autant qu'une copie de la preuve d'achat puisse être présentée.

Dès réception, LANAFORM réparera ou remplacera, suivant le cas, votre appareil et vous le renverra. La garantie n'est effectuée que par le biais du Centre Service de LANAFORM. Toute activité d'entretien de ce produit confiée à toute personne autre que le Centre Service de LANAFORM annule la présente garantie.

DIRECTIVE EUROPÉENNE SUR LES PRODUITS MÉDICAUX

L'appareil correspond aux exigences de la directive européenne sur les produits médicaux 93/42/EC et à la loi sur les produits médicaux. Conformément à « l'ordonnance sur les produits médicaux 93/42/EC », des contrôles techniques réguliers doivent être effectués si l'appareil est utilisé à des fins professionnelles ou commerciales. Y compris en cas d'utilisation privée, nous vous recommandons de demander au fabricant de procéder à un contrôle technique tous les 3 ans.

DIRECTIVES ET DÉCLARATION DU FABRICANT: ÉMISSIONS ÉLECTROMAGNÉTIQUES



L'appareil est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur doit s'assurer qu'il est utilisé dans un tel environnement.

| Test d'émissions | Conformité | Environnement électromagnétique - Directives |
|--|------------|--|
| Émissions RF CISPR 11 | Groupe 1 | |
| Émissions RF CISPR 11 | Classe B | |
| Émissions harmoniques IEC 61000-3-2 | Sans objet | |
| Fluctuations de tension/Émissions de scintillement IEC 61000-3-3 | Sans objet | |

DIRECTIVES ET DÉCLARATION DU FABRICANT: IMMUNITÉ ÉLECTROMAGNÉTIQUE

L'appareil est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur de l'appareil doit s'assurer qu'il est utilisé dans un tel environnement.

| Test d'immunité | Niveau de test CEI 60601 | Niveau de conformité | Environnement électromagnétique - Directives |
|---|--|--------------------------------------|---|
| Décharge électrostatique (DES) CEI 61000-4-2 | Contact ± 6 kV Air ± 8 kV | Contact ± 6 kV Air ± 8 kV | Les sols doivent être en bois, en béton ou en carreaux de céramique. Si les sols sont recouverts d'un matériau synthétique, l'humidité relative doit être d'au moins 30 %. Si des DES perturbent le fonctionnement de l'équipement, des contre-mesures telles que le port d'un bracelet antistatique ou la mise à la terre doivent être envisagées. |
| Transitoires électriques rapides/Salves CEI 61000-4-4 | ± 2 kV pour les lignes d'alimentation électrique | Sans objet | La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier type. |
| Surtensions CEI 61000-4-5 | Mode différentiel ± 1 kV Mode commun ± 2 kV | Sans objet | La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier type. |

| Test d'immunité | Niveau de test CEI 60601 | Niveau de conformité | Environnement électromagnétique - Directives |
|---|---|----------------------|---|
| Creux de tension, brèves interruptions et variations de tension sur les lignes d'entrée d'alimentation électrique CEI 61000-4-11 | < 5 % UT (creux > 95 % en UT) pendant 0,5 cycle 40 % UT (creux de 60 % en UT) pendant 5 cycles 70 % UT (creux de 30 % en UT) pendant 25 cycles < 5 % UT (creux > 95 % en UT) pendant 5 s | Sans objet | La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou hospitalier type. Si l'utilisateur de l'appareil requiert un fonctionnement continu pendant les coupures d'alimentation secteur, il est recommandé d'alimenter les appareils à partir d'une alimentation sans interruption ou d'une batterie. |
| Champ magnétique à la fréquence du réseau (50/60 Hz) CEI 61000-4-8 | 3 A/m | 3 A/m | Les champs magnétiques à la fréquence du réseau doivent se trouver à des niveaux caractéristiques d'un emplacement type dans un environnement commercial ou hospitalier type. |
| Test d'immunité | Niveau de test CEI 60501 | Niveau de conformité | Environnement électromagnétique - Directives |
| RF conduites CEI 61000-4-6 RF rayonnées CEI 61000-4-3 | 3 Vrms 150 kHz à 80 MHz 3 V/m 80 MHz à 2,5 GHz | Sans objet 3 V/m | Les équipements de communications RF portables et mobiles ne doivent pas être utilisés à une distance de toute partie de l'appareil, y compris les câbles, qui soit inférieure à la distance de séparation recommandée calculée à partir de l'équation qui s'applique à la fréquence de l'émetteur. Distance de séparation recommandée : $d=1.2\sqrt{P}$ $d=1.2\sqrt{P}$ 80 MHz à 800 MHz $d=2.3\sqrt{P}$ 800MHz à 2,5MHz Où P correspond à la puissance nominale de sortie maximale de l'émetteur en watts (W) selon le fabricant de l'émetteur et d à la distance de séparation recommandée en mètres (m). Les intensités de champ des émetteurs RF fixes, telles que déterminées par une étude électromagnétique du site, doivent être inférieures au niveau de conformité dans chaque plage de fréquence. Des interférences peuvent se produire à proximité des équipements  portant le symbole suivant :  |

Remarque 1 : À 80 MHz et 800 MHz, la plage de fréquence la plus élevée s'applique.

Remarque 2 : Ces directives peuvent ne pas s'appliquer à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.

DISTANCES DE SÉPARATION RECOMMANDÉES ENTRE LES ÉQUIPEMENTS DE COMMUNICATIONS RF PORTABLES ET MOBILES ET L'APPAREIL

L'appareil est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique dans lequel les perturbations RF rayonnées sont contrôlées. Le client ou l'utilisateur de l'appareil peut contribuer à prévenir les interférences électromagnétiques en maintenant une distance minimale entre les équipements de communications RF portables et mobiles (émetteurs) et l'appareil comme recommandé ci-dessous en fonction de la puissance de sortie maximale de l'équipement de communications.

| Puissance nominale de sortie maximale de l'émetteur W | Distance de séparation en fonction de la fréquence de l'émetteur m | | |
|---|--|-------------------------------------|--------------------------------------|
| | 150 kHz à 80 MHz $d=1.2\sqrt{P}$ | 80 MHz à 800 MHz $d=1.2\sqrt{P}$ | 800 MHz à 2,5 GHz $d=2.3\sqrt{P}$ |
| 0,01 | 0,12 | 0,12 | 0,23 |
| 0,1 | 0,38 | 0,38 | 0,73 |
| 1 | 1,2 | 1,2 | 2,3 |
| 10 | 3,8 | 3,8 | 7,3 |
| 100 | 12 | 12 | 23 |

Pour les émetteurs dont la puissance nominale de sortie maximale n'est pas indiquée ci-dessus, la distance de séparation recommandée d en mètres (m) peut être estimée en utilisant l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur, où P correspond à la puissance nominale de sortie maximale de l'émetteur en watts (W) selon le fabricant de l'émetteur.

Remarque 1 : À 80 MHz et 800 MHz, la distance de séparation pour la plage de fréquence la plus élevée s'applique.

Remarque 2 : Ces directives peuvent ne pas s'appliquer à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.

NEDERLANDS

INHOUD VAN DE DOOS, 1

- 1 elektrostimulatieapparaat
- 2 voedingskabels
- 4 zelfklevende elektroden 5 × 5 mm
- 1 handleiding

BENAMING EN OMSCHRIJVING VAN DE GRAFISCHE SYMBOLEN OP HET PRODUCTINFORMATIELABEL

Op de gebruiksaanwijzing, de verpakking en het typeplaatje van het apparaat en de accessoires worden de volgende symbolen gebruikt:

| Symbool | Omschrijving van het symbool | Bijbehorende informatie van de fabrikant |
|---|---|--|
|  | Gegevens van de fabrikant | Famidoc Technology Co., Ltd. - Add.: No. 212 Yilong - Road, Hexi Industrial Zone, Jinxia, Changan Town, Dongguan 523853, Guangdong Province, P.R.C. |
|  | Partijnummer | Productiepartijnummer |
|  | Type BF-apparaat | |
|  | Handleiding | Volg de richtlijnen van de handleiding |
|  | Let op: lees de gebruiksaanwijzing | Let op: raadpleeg de bijgevoegde documenten. Lees deze instructies voor u het apparaat in gebruik neemt. Neem deze instructies ook nauwlettend in acht tijdens het gebruik van het apparaat. |
| CE 0120 | Aangemelde instantie | |
|  | Vertegenwoordiger in Europa | Shanghai International Holding Corp.GmbH (Europe) - Add.: Eifffestrasse 10, 20537 Hamburg Germany |
| IP22 | Index die apparaten rangschikt volgens de beschermingsgraad tegen vaste en vloeibare voorwerpen | Beschermd tegen het indringen van vaste voorwerpen met een diameter van meer dan 12,5 mm. Beschermd tegen vallende druppels op een 15° gekanteld apparaat. |
|  | Afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (AEEA) | Het apparaat mag niet samen met ander huishoudelijk afval worden weggegooid wanneer het niet meer bruikbaar is. |

VOORZORGSMAATREGELEN

▲ Lees vóór het gebruik van het apparaat alle instructies, en in het bijzonder deze uiterst belangrijke veiligheidsvoorschriften.

▲ Dit apparaat dient niet ter vervanging van een consultatie of medische behandeling. Raadpleeg daarom eerst altijd uw arts als u pijn hebt of ziek bent!

📷 De foto's en andere voorstellingen van het product in deze handleiding en op de verpakking zijn zo accuraat mogelijk. De kans bestaat echter dat de gelijkenis met het product niet perfect is.

▲ WAARSCHUWING

Raadpleeg voor u het apparaat gebruikt uw behandelend arts in de volgende gevallen:

- Als er geen diagnose werd gesteld van uw pijnklachten;
- Bij acute ziektes, vooral bij vermoeden of aanwezigheid van een hoge bloeddruk, bloedstollingsproblemen, neiging tot trombo-embolische aandoeningen en bij kwaadaardige tumoren;
- Alle huidziekten;
- Onverklaarbare chronische pijn, op gelijk welk deel van het lichaam;
- Diabetes;
- Alle gevoeligheidsproblemen met beperkte pijngevoeligheid (bijvoorbeeld stofwisselingsproblemen);
- Tijdens tegelijkertijd uitgevoerde andere medische behandelingen;
- Pijn tijdens de stimulatiebehandeling;

- Voortdurende huidirritatie door langdurige stimulatie met een elektrode op dezelfde plaats.

Voor u Medi Stom gebruikt kunt u in de volgende gevallen best uw arts raadplegen om uw gezondheid niet in gevaar te brengen:

- Bij geïmplanteerde elektrische apparaten (bijvoorbeeld pacemakers)
- Bij metalen implantaten;
- Bij dragers van een insulinepomp;
- Bij hoge koorts (bijvoorbeeld > 39 °C);
- Bij bekende of acute hartritme stoornissen en bij andere prikkelvormende en geleidingsstoornissen aan het hart;
- Bij aanvallen (bijvoorbeeld epilepsie);
- Bij vastgestelde zwangerschap;
- Bij kanker;
- Na operaties, waarbij versterkte spiersamentrekkingen het genezingsproces kunnen verstoren.

In de volgende gevallen is het verboden om dit toestel te gebruiken:

- In de buurt van het hart. De elektroden mogen niet op de ribbenkast (gekenmerkt door de ribben en het borstbeen) geplaatst worden, vooral niet op de twee grote borstspieren. Daar kan het de kans op hartkamerfibrillatie vergroten en een hartstilstand veroorzaken;
- Direct op de schedel, rond de mond, de keelholte of het strottenhoofd;
- Rond de hals / halsslagader;
- Rond de geslachtsdelen;
- Op een acuut of chronisch zieke (beschadigde of geïrriteerde) huid (bijvoorbeeld bij pijnlijke en pijnloze irritatie, rode huid, huiduitslag (bijvoorbeeld allergieën), brandwonden, kneuzingen, gezwollen

gewrichten en open en herstellende wonden, op herstellende littekens);

- In zeer vochtige omgevingen zoals bijvoorbeeld in een badkamer, bad of douche;
- Na alcoholgebruik;
- Wanneer een hoogfrequent chirurgical apparaat gelijktijdig aangesloten is.

Gebruik de Medi Stim enkel:

- Op mensen;
- Voor de toepassingen waarvoor hij is ontworpen en zoals beschreven in de gebruiksaanwijzing. Elk verkeerd gebruik kan gevaarlijk zijn;
- Voor uitwendig gebruik;
- Met de geleverde oorspronkelijke accessoires die nabesteld kunnen worden. (Bij gebruik van andere accessoires vervalt de garantie.)

▲ Opgelet

Elektrostimulatie mag niet zonder toezicht worden gebruikt door personen met emotionele problemen, dementie, of een zwak IQ.

Om blessures bij een zeer gevoelige huid te vermijden (zeldzaam geval), moet u steeds zachtjes aan de elektroden trekken om ze te verwijderen.

Hou het apparaat uit de buurt van warmtebronnen en gebruik het niet in de buurt van (-1 m) van kortegolf- of microgolfapparaten (bijvoorbeeld draagbare telefoons) omdat dat onaangename stroompieken kan veroorzaken.

Stel het apparaat niet bloot aan direct zonlicht of hoge temperaturen.

Bescherm het apparaat tegen stof, vuil en vocht. Dompel het apparaat nooit onder in water of andere vloeistoffen.

Het apparaat is bedoeld voor persoonlijk gebruik.

Om hygiënische redenen mogen de elektroden slechts door één persoon worden gebruikt.

Als het apparaat niet correct functioneert of als er misselijkheid of pijn optreedt, moet u onmiddellijk stoppen met het toestel te gebruiken.

Wanneer u de elektroden wil verwijderen of verplaatsen, moet u eerst het apparaat of het desbetreffende kanaal uitschakelen om ongewenste prikkels te vermijden.

Verander de elektroden niet (bijvoorbeeld door ze bij te snijden). Dit kan leiden tot een grotere stroomdichtheid en kan gevaarlijk zijn.

Gebruik het apparaat niet terwijl u slaapt, met de wagen rijdt of tegelijkertijd andere machines gebruikt.

Gebruik het apparaat nooit bij handelingen waarbij een onvoorziene reactie (bijvoorbeeld een sterke spiersamentrekking ondanks een lage intensiteit) gevaarlijk kan zijn.

Zorg ervoor dat er tijdens de stimulatie geen metalen voorwerpen zoals riemgespen of halskettingen in contact kunnen komen met de elektroden. Als u sieraden of piercings draagt (bijvoorbeeld in de navel) in de toepassingszone, moet u die verwijderen voor u het apparaat gebruikt, omdat ze plaatselijke brandwonden zouden kunnen veroorzaken.

Hou u het apparaat buiten het bereik van kinderen om eventuele gevaren te voorkomen.

Verwissel de elektrodensoorten met de contacten niet met die op uw koptelefoon of andere apparaten en sluit de elektroden nooit aan op andere apparaten.

Gebruik dit apparaat niet tegelijkertijd met andere apparaten die elektrische impulsen naar uw lichaam sturen.

Gebruik het apparaat niet in de buurt van licht ontvlambare materialen, gassen of ontplofbare stoffen.

Gebruik geen herlaadbare batterijen. Gebruik enkel batterijen van hetzelfde type.

Gebruik gedurende het apparaat de eerste minuten in zit- of lighouding, zo loopt u niet het risico u onnodig te verwonden in de zeldzame gevallen van een vagale reactie (gevoel van flauwte). Schakel bij het optreden van flauwte direct het apparaat uit en ga met uw benen omhoog liggen (gedurende 5 tot 10 minuten).

Voorbehandeling van de huid met een vette crème of zalf wordt niet aanbevolen omdat dit de slijtage van de elektroden verhoogt en ook kan leiden tot onaangename stroompieken.

Beschadiging

Als het apparaat beschadigd is of in geval van twijfel, kunt u het apparaat beter niet gebruiken en het best contact opnemen met uw verdeler of de aangegeven dienst-na-verkoop.

Controleer het apparaat op tekenen van slijtage of beschadiging. Als het apparaat slijtage of beschadiging vertoont of als het verkeerd werd gebruikt, dient u het naar de fabrikant te versturen of dit aan de verdeler te melden voor u het opnieuw kunt gebruiken.

Schakel het apparaat onmiddellijk uit als het defect is of storingen vertoont.

Probeer het apparaat in geen geval te openen en/of zelf te herstellen! Herstellingen mogen alleen worden uitgevoerd door de dienst-na-verkoop of door erkende verdelers. De niet-naleving van deze instructie maakt de garantie ongeldig.

De fabrikant is niet aansprakelijk voor schade veroorzaakt door verkeerd of onjuist gebruik.

i Opmerkingen over de batterijen

Als vloeistof uit de batterijcel in contact komt met de huid of de ogen, spoelt u de getroffen zone met water en raadpleegt u een arts.

▲ Verstikkingsgevaar!
Jonge kinderen zouden de batterijen kunnen inslikken en stikken. Hou de batterijen dus buiten het bereik van jonge kinderen!

Respecteer de polariteitstekens plus (+) en min (-).

Is er een batterij uitgelopen? Trek dan beschermende handschoenen aan en maak het batterijvak schoon met een droge doek.

Bescherm de batterijen tegen grote hitte.

▲ Ontploffingsgevaar!
Gooi de batterijen niet in vuur.

De batterijen mogen niet worden herladen of kortgesloten.

Neem de batterijen uit het batterijvak als u het apparaat gedurende lange tijd niet gebruikt.

Gebruik enkel identieke of vergelijkbare batterijen.

Vervang alle batterijen altijd tegelijk.

Gebruik geen accu!

Demonteer, open of breek de batterijen niet.

VOORSTELLING

Hartelijk dank voor uw aankoop van het elektrostimulatieapparaat Medi Stim van LANAFORM. Medi Stim biedt 2 basisfuncties aan:

- 1 Stimulatie van de zenuwbanen (TENS)
- 2 Elektrische stimulatie van het spierweefsel (EMS)

Het apparaat dat uitgerust is met twee onafhankelijke stimulatiekkanalen en 4 zelfklevende elektroden, beschikt over tal van functies om het algemeen welbevinden te verhogen, pijn te verlichten, de conditie te onderhouden, te ontspannen, spieren te revitaliseren en vermoeidheid te bestrijden. U kunt daarbij kiezen uit vooraf ingestelde programma's of deze zelf vastleggen volgens uw eigen behoeften.

Wat is elektrostimulatie?

Het principe van elektrostimulatie is gebaseerd op het nabootsen van lichamelijke impulsen die door middel van elektroden via de huid worden overgedragen op de zenuw- en spiervezels. De elektroden worden op verschillende plaatsen van het lichaam aangebracht voor een optimale training. De elektrische impulsen zijn ongevaarlijk en pijnloos. Het resultaat van de elektrostimulatie is pas merkbaar na enkele beurten als u daarnaast ook regelmatig de nodige spieroefeningen doet.

TENS-functie

TENS staat voor elektrische stimulatie van de zenuwen via de huid. TENS is een gebruiksvriendelijke, klinisch bewezen, efficiënte methode, zonder geneesmiddelen of bijwerkingen op voorwaarde dat u het correct gebruikt om specifieke pijnen te bestrijden. Het pijnverminderend en kalmerend effect wordt onder andere bereikt door de onderdrukking van de overdracht van de pijn in zenuwvezels (vooral door hoogfrequente impulsen) en verhoging van de uitscheiding van endorfines in het lichaam die het pijngevoel wegneemt door hun werking in het centrale zenuwstelsel. Deze methode is wetenschappelijk onderbouwd en wordt erkend door de medische wereld.

De TENS is klinisch getest en is goedgekeurd voor de volgende toepassingen:

- Rugpijn, vooral in de lenden en de halswervelkolom;
- Gewrichtspijn, vooral in de polsen, knieën en enkels;
- Pijn in de nek;
- Pijn in de schouders;
- Pijn in de armen, de benen en de buik.

EMS-functie

EMS staat voor elektrische stimulatie van de spieren. Het is een wijdverbreide en erkende methode en wordt al jaren toegepast in de sportwereld en bij lichaamsverzorging.

Bij sport wordt EMS in eerste instantie aanvullend bij conventionele spiertraining ingezet om de doeltreffendheid en het prestatievermogen van de spieren te vergroten. Aan de andere kant kan het ook ontspannend en verkwikkend werken bij spiervermoeidheid. Deze twee toepassingen omvatten dus:

- Spiertraining om het uithoudingsvermogen en de prestaties te verhogen;
- Ondersteuning van de versterking van bepaalde spieren of spiergroepen;
- Spierontspanning om spierspanningen te weg te nemen;
- Verbetering bij verschijnselen van spiervermoeidheid;
- Versnelling van het spierherstel na een sterke spierspanning (bijvoorbeeld een marathon).

Op esthetisch vlak kunt u met elektrostimulatie uw lichaamsproporties aanpassen aan de gewenste esthetische resultaten. Elektrostimulatie helpt dan ook om cellulitis en de extra centimeters rond de taille, de heupen en de dijen te verminderen.

Door de beide afzonderlijk in te stellen kanalen biedt de digitale TENS/EMS het voordeel dat de intensiteit van de impulsen onafhankelijk van elkaar op twee te behandelen delen van het lichaam aangepast kan worden, bijvoorbeeld om beide zijden van het lichaam af te dekken of grotere weefselgebieden gelijkmatig te stimuleren. Door de aparte intensiteitsinstelling van elk kanaal kunt u bovendien tegelijkertijd twee verschillende delen van het lichaam behandelen, waardoor u tijd bespaart ten opzichte van een opeenvolgende behandeling van aparte gedeeltes.

Aan de hand van de plaatsingsvoorstellen en programmatabellen in deze handleiding kunt u snel en eenvoudig de apparaatinstellingen vinden voor de betreffende toepassing (al naargelang het behandelde deel van het lichaam) en de beoogde werking.

STROOMPARAMETERS

Elektrostimulatieapparaten werken met de volgende instellingen. Al naargelang de instelling hebben ze een verschillend effect op de stimulerende werking:

Impulsvorm

Deze beschrijft de tijdfunctie van de prikkelende stroom. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen monofasische en bifasische impulsstromen. Bij monofasische impulsstromen loopt de stroom in één richting, terwijl de impulsstroom bij bifasische impulsstromen van richting verandert. De digitale TENS/EMS werkt uitsluitend met bifasische impulsstromen omdat die de spieren ontlasten, de spiervermoeidheid verminderen en een veilig gebruik garanderen.

Impulsfrequentie

De frequentie geeft het aantal impulsen per seconde aan. Deze wordt in Hz (Hertz) weergegeven. Ze bepaalt welke spiervezeltypen bij voorkeur op de impulsen reageren. Langzaam reagerende vezels reageren eerder op lage impulsfrequenties tot 15 Hz terwijl snel reagerende vezels echter pas vanaf 35 Hz reageren.

Bij impulsen van circa 45-70 Hz treedt voortdurende spanning in de spieren op, die gepaard gaat met een snel optredende vermoeidheid. Hogere impulsfrequenties kunnen dan ook bij voorkeur gebruikt worden voor snelle en maximale krachtraining.

Impulsbreedte

Het geeft de duur van een impuls aan in microseconden. De impulsbreedte bepaalt onder andere de penetratiediepte van de stroom. In het algemeen geldt dan de regel: hoe groter de spiermassa, hoe groter de impulsbreedte moet zijn.

Impulsintensiteit

Elke gebruiker kan de intensiteit instellen volgens zijn gevoel en heeft daarbij keuze uit heel wat parameters zoals de plaats de elektroden geplaatst worden, de huiddoorbloeding, de huiddikte en de contactkwaliteit van de elektroden. De praktische instelling moet effectief zijn, maar mag nooit een onaangenaam gevoel geven zoals pijn op de plaats waar de elektroden aangebracht zijn. Een lichte tinteling wijst erop dat er voldoende stimulatie is. Vermijd daarom instellingen die pijn kunnen veroorzaken. Wanneer u het apparaat lang gebruikt, moet u de tijdsinstellingen soms bijstellen op de plaats waar de elektroden zijn aangebracht.

Cyclusgestuurde variatie van impulsparameters

In bepaalde gevallen is het noodzakelijk om door toepassing van meerdere impulsparameters het totaal van de weefselstructuren in het toepassingsgebied af te dekken. Bij de digitale TENS/EMS wordt dit bereikt doordat de bestaande programma's automatisch de cyclische impulsparameters wijzigen. Dat helpt ook om vermoeidheid van afzonderlijke spiergroepen op de plaats van toepassing te vermijden. De digitale TENS/EMS heeft nuttige voorinstellingen voor de stroomparameters. Toch kunt u de impulsintensiteit altijd tijdens de toepassing wijzigen.

BESCHRIJVING VAN HET APPARAAT

Voorkant 1

- 1 LCD-scherm
- 2 Verhoging van de intensiteit van kanaal 1
- 3 **ON/OFF**-knop
- 4 Verlaging van de intensiteit van kanaal 1
- 5 Schelp
- 6 Selectieknop van de TENS-functie en van een TENS-programma
- 7 Verhoging van de intensiteit van kanaal 2
- 8 Verlaging van de intensiteit van kanaal 2
- 9 Selectieknop van de EMS-functie en van een EMS-programma

Bovenkant 2

- 1 Uitgangsaansluiting van kanaal 1: bevestiging met een elektrisch signaal van kanaal 1 na aansluiting van het snoer en de elektroden.
- 2 Uitgangsaansluiting van kanaal 2: bevestiging met een elektrisch signaal van kanaal 2 na aansluiting van het snoer en de elektroden.


LCD-scherm 3

- 1 Timerfunctie
- 2 Controlelampje klok: knippert tijdens de elektrostimulatie
- 3 EMS-modus
- 4 Intensiteit van kanaal 1
- 5 Symbool van kanaal 1
- 6 Controlelampje elektroden van kanaal 1: knippert als de elektroden van kanaal 1 verkeerd geplaatst zijn.
- 7 Programmanummer
- 8 TENS-modus
- 9 Intensiteit van kanaal 2
- 10 1Symbool van kanaal 2
- 11 1Controlelampje elektroden van kanaal 2: knippert als de elektroden van kanaal 2 verkeerd geplaatst zijn.
- 12 De batterij-indicator: knippert wanneer de batterijen vervangen moeten worden

GEBRUIKSAANWIJZING

Batterijen

Plaatsen

De Medi Stim werkt met 3 AAA-batterijen van 1,5V (niet meegeleverd). Voor u het apparaat gebruikt, plaatst u de batterijen juist in het batterijvak.  4.

- 1 Draai de klep van het batterijvak van het apparaat.
- 2 Plaats 3 AAA-batterijen van 1.5V (niet inbegrepen) in het vak en zorg ervoor dat ze correct geïnstalleerd zijn, aan de hand van de polariteitstekens.
- 3 Draai het vak terug goed dicht.

Controle en vervanging

Na enige tijd moeten de batterijen worden vervangen om de veilige werking van het apparaat te garanderen. De batterij-indicator op het scherm knippert wanneer de energievoer te laag is (■ 3 ■ 12).

Elektroden

Aansluiting van de elektroden op de snoeren

Sluit de voedingskabel aan op de elektroden voordat u het toestel inschakelt. Steek de snoerconnector in de elektrodeconnector. Zorg ervoor dat ze juist zijn aangesloten om een goede werking van het apparaat te garanderen volgens (■ 3).

Aansluiting van de snoeren op het apparaat

De snoeren mogen enkel aangesloten worden wanneer het toestel uitgeschakeld is. Steel de snoeren in de steekers bovenop het apparaat (■ 2). Er zijn twee uitgangskanalen: u kunt er een of allebei gebruiken. Als u beide gebruikt, kunt u twee zones tegelijk stimuleren.

Vervangen

De elektroden zijn ontworpen om 30 keer gebruikt te worden. Bestel nieuwe elektroden bij dezelfde leverancier of een van zijn verdelers om kwaliteit te kunnen garanderen.

Plaatsen

Verwijder de beschermfilm en bewaar hem. Breng de elektroden niet aan op een geïrriteerde of beschadigde huid. Controleer ook of uw huid schoon en droog is.

Kleef de patches stevig vast en controleer of er voldoende contact is tussen de huid en de elektroden.

Het is belangrijk dat de u de elektroden zorgvuldig aanbrengt als u het gewenste effect van de stimulatie wil bereiken. Wij raden u aan om samen met uw arts te bepalen wat de optimale plaatsen op uw lichaam zijn om de elektroden aan te brengen.

Bij het gebruik van de Stim Fit en bij het aanbrengen van de elektroden wordt aanbevolen om twee elektroden per spiergroep te gebruiken. Voor meer hulp, zie (■ 6).

Zorg ervoor de elektroden rond de betreffende spiersegmenten geplaatst zijn. Voor een optimale doeltreffendheid mag de afstand tussen de elektroden niet groter dan 15 cm zijn. Hoe groter de gekozen afstand tussen de elektroden, hoe groter het volume gestimuleerd weefsel. Dit geldt zowel aan de oppervlakte als in de diepte van het volume gestimuleerd weefsel. En volgens hetzelfde principe, hoe groter de afstand tussen de elektroden, hoe kleiner de stimulatiekraft van het weefsel. Dat betekent dat als u kiest voor een grote afstand tussen de elektroden, het volume groter maar de stimulatie kleiner wordt. Om de stimulatie te verhogen moet u dan de intensiteit van de impulsen verhogen. Voor het kiezen van de afstand tussen de elektroden geldt volgende richtlijn:

- Aanbevolen afstand: ongeveer 5 tot 15 cm
- Bij minder dan 5 cm worden de primaire oppervlakkige structuren sterk gestimuleerd.
- Bij meer dan 15 cm worden de dieperliggende structuren en de structuren op grote oppervlakken zeer weinig gestimuleerd.

▲ We raden af om de twee elektroden aan weerszijden van de middellijn van het lichaam te gebruiken (bijvoorbeeld: de elektrode van de eerste kabel op de linkerarm en de elektrode van de tweede kabel op de rechterarm). Zie [7].

▲ Breng de elektroden nooit aan op het hoofd of de borst. Verplaats de elektroden nooit wanneer het apparaat aanstaat. Schakel het apparaat eerst uit en verwijder dan pas de elektroden die u wenst te verplaatsen. Anders bestaat de kans dat u een schok krijgt.

Werking van het apparaat

- Zet, zodra de elektroden zijn aangebracht op de spieren die u wenst te laten werken, uw apparaat aan door op de **ON/OFF**-knop te drukken [1 ■ 3].
- Druk op de **TENS**-knop om over te schakelen naar de TENS-modus of op de **EMS**-knop om over te schakelen naar de EMS-modus [1 ■ 6 of 9].
- Druk afhankelijk van de geselecteerde modus nogmaals een of meerdere keren op de **TENS** of **EMS**-knop, tot het gewenste programmanummer wordt weergegeven [3 ■ 7].
- Druk in de TENS-modus op de **EMS**-knop om naar de EMS-modus te gaan. Op het scherm verschijnt EMS programma 1 en de intensiteit is dan het laagst. Druk volgens hetzelfde principe in de EMS-modus op de **TENS**-knop om naar de TENS-modus te gaan.
- Zodra u de modus en het programma geselecteerd heeft, moet u op **➔** drukken om de elektrostimulatie te activeren [1 ■ 2 en/of 7]. Die begint bij de laagste intensiteit.
- Het controlelampje van de klok geeft aan dat de elektrostimulatie bezig is [3 ■ 2].
- Druk tijdens elektrostimulatie nogmaals op **➔** tot u de gewenste intensiteit bereikt heeft en druk op **⏏** om de intensiteit te verlagen [1 ■ 4 et 8]. Er zijn 20 intensiteiten per programma mogelijk. Bij elke wijziging stijgt of daalt de intensiteit van het kanaal met 1mA en de amplitude met 1V.
- De timer geeft de resterende tijd voor het geselecteerde programma in minuten aan [3 ■ 1].
- De elektrostimulatie stopt aan het einde van elke telling en de intensiteit daalt tot nul.
- U kunt tijdens de elektrostimulatie altijd op de **ON/OFF**-knop duwen om het programma stop te zetten [1 ■ 3].
- Druk nogmaals op de **ON/OFF**-knop om het apparaat uit te schakelen [1 ■ 3].

ⓘ Opmerkingen

Als de elektroden niet of niet meer correct geplaatst zijn, gaat de intensiteit automatisch terug naar nul (geen elektrostimulatie) en gaat het controlelampje van de elektroden van het bijbehorende kanaal oplichten en knipperen [3 ■ 6 ou 11].

De thermometer wordt na 180 seconden inactiviteit automatisch uitgeschakeld.

We raden aan om bij een eerste gebruik op een lage intensiteit te beginnen en de intensiteit geleidelijk aan te verhogen. Gebruik de hogere intensiteitsniveaus wanneer u de stimulatie gewoon bent, maar zorg er altijd voor dat het draaglijk blijft en geen pijn doet.

De aanbevolen gebruikstijd voor één positie wordt bepaald door het geselecteerde pro-

gramma (tussen de 20 en 30 minuten), op basis van één tot twee sessies per dag. De duur van de training kan worden verlengd of verkort naargelang van de behoeften van de gebruiker. Indien u de training wilt voortzetten, schakelt u het apparaat gedurende enkele seconden uit en zet u het vervolgens weer aan.

Wanneer het apparaat ingeschakeld is, ziet u op het scherm het laatst gebruikte programma

[■] 3 ■ 3 ou 8 et 7.

VOORAF INGESTELDE PROGRAMMA'S

De Medi Stim beschikt over 5 vooraf ingestelde TENS-programma's en 5 op voorhand ingestelde EMS-programma's.



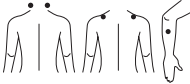


Bij alle programma's bestaat de mogelijkheid om de toepassingsduur en voor elk van beide kanalen de impulsintensiteit afzonderlijk in te stellen. U kunt het apparaat stopzetten wanneer u dat wilt en de intensiteit van beide kanalen altijd wijzigen.

Cycli zijn de verschillende sequenties waaruit de programma's bestaan. Zij volgen elkaar automatisch op, verhogen de effectiviteit van de stimulatie op verschillende spiervezeltypen en gaan snelle vermoeidheid van de spieren tegen. De standaardinstellingen van de stimulatieparameters en aanwijzingen voor de plaatsing van

de elektroden voor TENS en EMS vindt u in de programmatabellen hierna.

MODE TENS

De TENS-modus helpt om pijnsymptomen aan de spieren en gewrichten te verlichten. De duur van alle 5 programma's bedraagt 30 minuten, de uitgangsspanning kan ingesteld worden van 0 tot 35 V en de uitgangsstroom kan ingesteld worden van 0 tot 70 mA.

| Programma | Toepassingszones | Functie | Impulsfrequentie (Hz) | Impulsbreedte (µs) |
|-----------|---|----------|-----------------------|--------------------|
| TENS 1 |  | Normaal | 80 | 200 |
| TENS 2 |  | Normaal | 2 | 250 |
| TENS 3 |  | Normaal | 80 | 200 |
| TENS 4 |  | Cyclisch | 2/80 | 250/200 |
| TENS 5 |  | Cyclisch | 1-80 | 200 |






Detail van de cycli

TENS 4: De frequentie en de impulsbreedte veranderen automatisch per cyclus. De uitgang bedraagt 2Hz/250µs tijdens de 3 eerste seconden en 80Hz/200µs tijdens de 3 volgende seconden, enzovoort.

TENS 5: De impulsfrequentie verandert automatisch per cyclus van 7 seconden. De frequentie stijgt van 1Hz naar 80Hz in cycli van 5s, blijft 1s gelijk en daalt daarna van 80Hz naar 1Hz in cycli van 5s en blijft 1s gelijk, enzovoort.

EMS-modus

De EMS-modus helpt de spierprestaties te verbeteren. De toepassingszones op het lichaam variëren afhankelijk van het programma. De impulsbreedte van alle programma's bedraagt 250 uS.

| Programma | Toepassingszones | Duur (min) | Functie | Impulsfrequentie (Hz) |
|-----------|---|------------|----------|-----------------------|
| EMS 1 |  | 30 | Normaal | 50 |
| EMS 2 |  | 30 | Normaal | 20 |
| EMS 3 |  | 20 | Cyclisch | 30-80 |
| EMS 4 |  | 25 | Cyclisch | 30-60 |
| EMS 5 |  | 25 | Cyclisch | 30-45 |

Detail van de cycli

| Programmanummer | Vorbereidingstijd | | Werktijd | | Stoptijd | |
|-----------------|-------------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| | Fase 1 | Fase 2 | Fase 3 | Fase 4 | Fase 5 | Fase 6 |
| EMS 3 | 30Hz/250uS | 45Hz/250uS | 80Hz/250uS | 30Hz/250uS | 30Hz/250uS | 30Hz/250uS |
| EMS 4 | 30Hz/250uS | 45Hz/250uS | 60Hz/250uS | 30Hz/250uS | 30Hz/250uS | 30Hz/250uS |
| EMS 5 | 30Hz/250uS | 45Hz/250uS | 45Hz/250uS | 30Hz/250uS | 30Hz/250uS | 30Hz/250uS |

De uitgangsamplitude stijgt ongeveer 2 seconden, blijft ongeveer 5 seconden gelijk, daalt ongeveer 2 seconden en blijft daarna ongeveer 10 seconden op o staan.

ONDERHOUD

Reinigen van het apparaat

Verwijder de batterijen uit het apparaat voordat u het schoonmaakt.

Maak het apparaat na elk gebruik schoon met een zachte, vochtige doek. Als die zeer vuil

is, kunt u een doek bevochtigd met een licht zeepwasmiddel gebruiken.

Zorg ervoor dat het water niet in het toestel loopt. Mocht dit gebeuren, gebruik het apparaat dan niet opnieuw voordat het geheel droog is.

Gebruik geen chemische reinigingsmiddelen of schuurmiddelen om het apparaat te schoon te maken.

Reinigen van de zelfklevende elektroden

Om de elektroden zo lang mogelijk hun grip te laten behouden, moet u ze zorgvuldig schoonmaken met een vochtige, pluisvrije doek.

Plaats de beschermfilm terug op de elektroden.

BEWAREN

Als u niet van plan bent om het voor langere tijd te gebruiken, dient u de batterijen uit het apparaat te halen. Lekkende batterijen kunnen het apparaat beschadigen.

Plooi de aansluitingskabels en de elektroden niet te veel.

Koppel de aansluitingskabels los van de elektroden. Trek niet aan de kabels, anders kunt u de kabels of de elektroden beschadigen.

Kleef de elektroden na gebruik opnieuw op de dragerfilm.

Bewaar het apparaat op een goed geventileerde plaats, beschut tegen warmte en vocht.

Plaats geen zware voorwerpen op het opgeborgen apparaat.

DIAGNOSTISCH

⊗ **U heeft de indruk dat de ene elektrode krachtiger is dan de andere.**

- ⑦ Dat is volkomen normaal. Het lichaam reageert anders naargelang van de behandelde zones.
- ⊗ Controleer of alle elektroden juist staan en of ze elkaar niet overlappen.

⊗ **Tijdens de massage ervaart u een branderig gevoel of is de stimulatie te zwak.**

- ⑦ De elektroden blijven niet meer goed kleven op de huid.
- ⊗ Breng enkele druppels water aan op de pad. Als het probleem aanhoudt, moet u de elektroden vervangen.

⊗ **De stimulatie is niet aangenaam.**

- ⑦ De intensiteit is te hoog.
- ⊗ Verminder de intensiteit.
- ⑦ De elektroden zijn te dicht bij elkaar geplaatst.
- ⊗ Plaats de elektroden opnieuw.
- ⑦ De elektroden of de kabels zijn versleten of beschadigd.
- ⊗ Vervang het beschadigde onderdeel.
- ⊗ **Het apparaat gaat niet meer aan.**

- ⑦ De batterij is te zwak.
- ⊗ Vervang de batterijen.
- ⑦ Er is een vals contact.
- ⊗ Controleer of de batterijen juist in het apparaat zitten en of er niets beschadigd is.

⊗ **Op de plaats van de behandeling wordt de huid rood, geïrriteerd of ontstaat er jeuk.**

- ⊗ Controleer of uw huid niet allergisch is voor de zelfklevende patch.
- ⊗ Ga na of uw huid ooit allergische reacties heeft vertoond. In geval van een matige allergische reactie volstaat het om de zelfklevende patch te verplaatsen of om de duur van de behandeling te verkorten. Stop bij een hevige allergische reactie onmiddellijk het gebruik van het apparaat en raadpleeg uw arts.

⊗ **Zelfs na het verhogen van de intensiteit blijft de stimulatie te zwak of voelt de gebruiker niets.**

- ⊗ Is de huid niet te vuil?
- ⊗ Reinig de huid met een vochtige handdoek en probeer opnieuw.
- ⊗ Staan de elektroden juist?
- ⊗ Verplaats de elektroden.

Probeer het apparaat niet zelf te repareren of te openen bij aanhoudend storing, maar meld het aan de leverancier.

TECHNISCHE GEGEVENS

| | |
|--|--|
| Naam en Model | Medi Stim LA100207 |
| Kanaal | Dubbel, met onafhankelijke uitgangsaansluitingen |
| Gebruiksomstandigheden | Tussen 5°C en 40°C (41°F en 104°F) met een relatieve vochtigheidsgraad van 30%-85% en een luchtdruk van 700 tot 1060 hPa |
| Opslagvoorwaarden | Tussen -10°C en 55°C (14°F en 122°F) met een relatieve vochtigheidsgraad van 20%-93% en een luchtdruk van 700 tot 1060 hPa |
| Elektrische voeding | DC 4.5V, 1.5×3 (AAA) batterijen (niet meegeleverd) |
| DC-vermogen, maximale amplitude en laadimpedantie | Uitgangsvermogen van de DC-apparatuur: 0 Maximale eenrichtingsspanning van de uitgang: 40V ± 20% Laadimpedantie: 500 Ohm |
| Verbruik in inactieve modus (scherm verlicht) | <10mA |
| Verbruik in slaapmodus. (scherm uitgeschakeld) | <150uA |
| Afmetingen | 110 × 59.5 × 30 mm |
| Gewicht | 45g (zonder batterijen) |
| Tolerantie | ±10% voor alle parameters en ±20% voor de uitgangsimpedantie |
| Detectiefunctie van de elektrode | Het amplitudeniveau daalt tot 0mA als het minstens 10mA bedraagt en er op een van de kanalen een open circuit gedetecteerd wordt |

ADVIES OVER AFVALVERWIJDERING

De verpakking is volledig samengesteld uit milieuvriendelijke materialen die afgeleverd kunnen worden in het sorteercentrum van uw gemeente om gebruikt te worden als secundaire materialen. Het karton mag in een inzamelingscontainer voor papier geplaatst worden. De verpakkingsfolie kan ingeleverd worden bij het sorteer- en recyclagecentrum van uw gemeente.

Wanneer u het toestel niet langer gebruikt, dient u dit op milieuvriendelijke wijze en overeenkomstig de wettelijke richtlijnen te verwijderen. Verwijder de batterij en deponeer deze in een inzamelbak zodat deze gerecycled kan worden.

▲ De gebruikte batterijen mogen op geen enkele manier bij het huishoudelijk afval geplaatst worden.

BEPERKTE GARANTIE

LANAFORMgarandeert dat dit product geen onderdelen met gebreken en fabricagefouten bevat voor een periode van twee jaar vanaf de aankoopdatum, met uitzondering van de onderstaande gevallen.

PARAGRAAF CONFORM DE EUROPESE RICHTLIJN BETREFFENDE DE MEDISCHE PRODUCTEN

Dit apparaat beantwoordt aan de vereisten van de Europese Richtlijn betreffende de medische producten 93/42/EG en de wet inzake medische producten. Conform "de verordening inzake medische producten 93/42/EG " moeten regelmatig technische controles worden uitgevoerd om vast te stellen of het apparaat voor professionele of commerciële doeleinden gebruikt wordt. Ook bij privé-gebruik raden wij u aan om aan de fabrikant te vragen elke 3 jaar een technische controle uit te voeren.

LANAFORMdekt geen schade veroorzaakt door een normale slijtage van dit product.

Deze garantie op een product van LANAFORM dekt geen schade, veroorzaakt door een slecht of verkeerd gebruik van het toestel, een ongeluk, het bevestigen van niet-toegestane toebehoren, het aanpassen van het product of om het even welke andere omstandigheid, van welke aard ook, waar LANAFORM geen controle over heeft.

LANAFORM kan niet aansprakelijk worden gesteld voor gevolgschade, niet-rechtstreekse schade of specifieke schade van welke aard ook.

Alle garanties die impliciet te maken hebben met de geschiktheid van het product zijn beperkt tot een periode van twee jaar, te rekenen vanaf de oorspronkelijke aankoopdatum in zover een aankoopbewijs voorgelegd kan worden.

Na ontvangst zal LANAFORM het toestel herstellen of vervangen, naargelang het geval, en zal het u nadien ook terugsturen. De garantie wordt enkel uitgeoefend via het LANAFORM Service Center. Elke onderhoudsactiviteit op dit product die wordt toevertrouwd aan elke andere persoon dan iemand van het LANAFORM Service Center annuleert deze garantie.

RICHTLIJNEN EN VERKLARING VAN DE FABRIKANT : ELEKTROMAGNETISCHE EMISSIE


Dit toestel is bedoeld voor gebruik in de hieronder beschreven elektromagnetische omgeving. De klant of gebruiker dient erop toe te zien dat het in een dergelijke omgeving wordt gebruikt.

| Emisietest | Naleving | Elektromagnetische omgeving - richtlijnen |
|--|---------------------|---|
| RF-emissies CISPR 11 | Groep 1 | |
| RF-emissies CISPR 11 | Klasse B | |
| Harmonische emissie IEC 61000-3-2 | Niet van toepassing | |
| Voltageschommelingen/flikker Emissie IEC 61000-3-3 | Niet van toepassing | |

RICHTLIJNEN EN VERKLARING VAN DE FABRIKANT : ELEKTROMAGNETISCHE IMMUNITEIT

Dit toestel is bedoeld voor gebruik in de hieronder beschreven elektromagnetische omgeving. De klant of gebruiker dient erop toe te zien dat het in een dergelijke omgeving wordt gebruikt.

| Immuniteitstest | IEC 60601 testniveau | Nalevingsniveau | Elektromagnetische omgeving - richtlijnen |
|--|--|------------------------------|--|
| Elektrostatische ontlading (ESD) IEC 61000-4-2 | ±6 kV contact ±8 kV lucht | ±6 kV contact ±8 kV lucht | Vloeren moeten van hout, beton of keramische tegels zijn. Indien de vloeren zijn bekleed met een synthetisch materiaal moet de relatieve vochtigheid minstens 30% bedragen. Als ESD een storende uitwerking heeft op de uitrusting, moeten tegenmaatregelen zoals polsbanden en verankering worden overwogen. |
| Snelle elektrische transient/burst IEC 61000-4-4 | ±2 kV voor voedingskabels | Niet van toepassing | De kwaliteit van de netvoeding moet overeenkomen met die van een standaard commerciële of ziekenhuisomgeving. |
| Piek IEC 61000-4-5 | ±1kV differentieelmodus ±2kV standaardmodus < 5% UT (> 95% daling in UT) voor 0.5 cyclus | Niet van toepassing | De kwaliteit van de netvoeding moet overeenkomen met die van een standaard commerciële of ziekenhuisomgeving. |
| Spanningsdalingen, korte onderbrekingen en spanningsfluctuaties op stroomvoorzieningskabels IEC 61000-4-11 | 40% UT (60% Daling in UT) voor 5 cycli 70% UT (30% daling in UT) voor 25 cycli < 5% UT (> 95% daling in UT) voor 5 sec | Niet van toepassing | De kwaliteit van de netvoeding moet overeenkomen met die van een standaard commerciële of ziekenhuisomgeving. Als een gebruiker het toestel ononderbroken wil laten werken tijdens onderbrekingen van de netvoeding, wordt aanbevolen om het toestel aan te sluiten op een ononderbreekbare stroomvoorziening of accu. |
| Netfrequentie (50/60 Hz) magnetisch veld IEC 61000-4-8 | 3 A/m | 3 A/m | Netfrequentie magnetische velden dient zich te bevinden op niveaus die normaal zijn voor een standaard locatie in een standaard commerciële of ziekenhuisomgeving. |

| Immunitiestest | IEC 60501 testniveau | Nalevingsniveau | Elektromagnetische omgeving - richtlijnen |
|---|---|------------------------------|---|
| Uitgevoerde RF IEC 61000-4-6 Bestraalde RF IEC 61000-4-3 | 3 Vrms 150 kHz tot 80 MHz 3 V/m 80 MHz tot 2,5 GHz | Niet van Toepassing 3 V/m | <p>Dragbare en mobiele RF-communicatieapparatuur dienen niet op kortere afstand van alle onderdelen van het toestel, inclusief kabels, te worden gebruikt, dan de aanbevolen afstand berekend met de vergelijking die van toepassing is op de frequentie van de zender.</p> <p>Aanbevolen afstand:</p> $d=1,2\sqrt{P}$ $d=1,2\sqrt{P} \text{ 80 MHz tot 800 MHz}$ $d=2,3\sqrt{P} \text{ 800MHz tot 2,5MHz}$ <p>Waarbij geldt dat P het maximale uitgangsvermogen van de zender in watt (W) volgens de fabrikant van de zender is, en d de aanbevolen afstand in meters (m).</p> <p>Veldsterkten van vaste RF-zenders, zoals vastgesteld door een elektromagnetisch locatieonderzoek, dienen minder dan het conformiteitsniveau in elk frequentiebereik te zijn.</p> <p>Interferentie kan optreden rondom toestellen die gemarkeerd zijn met het volgende symbool: </p> |

Opmerking 1: Bij 80 MHz en 800 MHz is het hogere frequentiebereik van toepassing.

Opmerking 2: Deze richtlijnen gelden mogelijk niet in alle situaties. Elektromagnetische overdracht wordt beïnvloed door de absorptie en reflectie van structuren, voorwerpen en personen.

Het toestel is bedoeld voor gebruik in een elektromagnetische omgeving waarin uitgestraalde RF-storingen worden gecontroleerd. De klant of gebruiker van het toestel kan elektromagnetische interferentie helpen voorkomen door een minimumafstand tussen draagbare en mobiele RF-communicatieapparatuur (zenders) te handhaven, zoals hieronder aanbevolen, volgens het maximale uitgangsvermogen van de communicatieapparatuur.

| Nominaal uitgangsvermogen van zender W | Afstand volgens de frequentie van zender m | | |
|--|--|---------------------------------------|--|
| | 150 kHz tot 80 MHz $d=1,2\sqrt{P}$ | 80 MHz tot 800 MHz $d=1,2\sqrt{P}$ | 800 MHz tot 2,5 GHz $d=2,3\sqrt{P}$ |
| 0,01 | 0,12 | 0,12 | 0,23 |
| 0,1 | 0,38 | 0,38 | 0,73 |
| 1 | 1,2 | 1,2 | 2,3 |
| 10 | 3,8 | 3,8 | 7,3 |
| 100 | 12 | 12 | 23 |

Voor zenders met een nominaal uitgangsvermogen dat niet in de bovenstaande lijst staat, kan de aanbevolen afstand d in meter (m) worden geschat aan de hand van de vergelijking voor de zenderfrequentie, waarbij P het nominale maximale uitgangsvermogen voor de zender in watt (W) is, volgens de fabrikant van de zender.

Opmerking 1: bij 80 MHz en 800 MHz is de afstand voor het hogere frequentiebereik van toepassing.

Opmerking 2: Deze richtlijnen gelden mogelijk niet in alle situaties. Elektromagnetische overdracht wordt beïnvloed door de absorptie en reflectie van structuren, voorwerpen en personen.



2 YEAR WARRANTY


Medi Stim
LA100207 / LOT 001
201711LA100207001
E-IM-MediStim-001

MANUFACTURER & IMPORTER
Lanaform SA

POSTAL ADDRESS
Rue de la Légende, 55
4141 Louveigné, Belgium

Tel. +32 4 360 92 91
info@lanaform.com
www.lanaform.com

 Famidoc Technology Co., Ltd. - Add.: No. 212 Yilong
Road, Hexi Industrial Zone, Jinxia, Changan Town,
Dongguan 523853, Guangdong Province, P.R.C.

 Shanghai International Holding Corp. GmbH
(Europe) - Add.: Eiffelstrasse 5a, 20537 Hamburg Germany

LANAFORM