

COMPEX® 

runner

INSTRUCTION FOR USE

Mode d'emploi

Anweisungen

Istruzioni

Instrucciones

Instructies

INSTRUCTION FOR USE

1. Explanation of Symbols	02
2. How does Electrostimulation work?	03
3. How does MI (Muscle Intelligence) Technology work?	05
4. Device Function	06
Contents of Kits and Accessories	06
Device description	07
Battery insertion	08
Connections	08
Preliminary settings	09
Choosing a category	10
Selecting a programme	11
Personalising a Programme	11
MI-scan test	12
Adjusting stimulation intensities	12
Programme progression	13
End of a programme	14
Battery level and charging	14
5. Troubleshooting	16
6. Device maintenance	19
7. Technical specifications	20
8. EMC Table	22
9. Programmes	26



It is strongly recommended to read these instructions and the contra-indications and safety measures carefully before using your stimulator.

1. EXPLANATION OF SYMBOLS



See the instructions



Type BF applied parts.



Manufacturer's name and address and date of manufacture



This device must be separated from household waste and sent to special collection facilities for recycling and recovery



The stand-by button is multi-functional



Protect from sunlight



Store in a dry place

IP20

on the unit

This is an indication for protection against ingress of water and particulate matter. The mark IP20 on your unit means: your unit is protected against solid foreign objects of 12.5mm dia and greater. Not protected against water

IP02

on the case

IP02 on the carrying case means: Protected from the ingress of water droplets from a shower of rain.



Latex-free

REF

Reference number

LOT

Batch number

2. HOW DOES ELECTROSTIMULATION WORK?

Electrostimulation involves stimulating nerve fibres by electrical impulses transmitted by electrodes. The electrical impulses produced by Complex stimulators are high-quality impulses that are safe, comfortable and effective and stimulate various types of nerve fibres:

1. Motor nerves to stimulate a muscular response, referred to as electrical muscle stimulation (EMS).
2. Certain types of sensitive nerve fibres to obtain analgesic effects or pain relief.

1. STIMULATION OF MOTOR NERVES (EMS)

With voluntary activity, the brain orders muscles to contract and a command is then sent to nerve fibres in the form of an electrical signal. This signal is then sent to muscle fibres, which contract. The principle of electrostimulation accurately reproduces the process involved in a voluntary contraction. The stimulator sends an electrical impulse to nerve fibres to excite them. This excitation is then transmitted to muscle fibres and results in a basic mechanical response (= a twitch). This is the basic requirement for muscular contraction. The muscular response is to all intents and purposes identical to the muscular work controlled by the brain. In other words, the muscle does not distinguish between a command sent by the brain or the stimulator.

Programme settings (number of impulses per second, duration of contraction, rest time, total programme duration) subject the muscle to various types of work, depending on the muscle fibre. Various types of muscle fibres can be identified according to their respective contraction speeds: slow, intermediate and fast fibres. A sprinter clearly has more fast fibres and a marathon runner has more slow fibres. With good knowledge of human physiology and full control of stimulation settings of the various programmes, muscular work can be specifically pinpointed to achieve the desired objective (muscular strengthening, increased blood circulation, firming, etc.).

2. STIMULATION OF SENSORY NERVES

Electrical impulses can also excite sensory nerve fibres to obtain analgesic effects or pain relief. Stimulating tactile sensory nerve fibres blocks pain being transmitted to the nervous system. Stimulating another type of sensory fibre increases the production of endorphins and therefore reduces pain. With pain relief programmes, electrostimulation can be used to treat acute or chronic localised pain and muscle pain.

Caution: Do not use pain relief programmes for an extended period without medical advice.

BENEFITS OF ELECTROSTIMULATION

Electrostimulation is a very effective method for making muscles work:

- With a significant improvement in various muscular qualities
- With no cardiovascular or mental fatigue
- With limited stress exerted on joints and tendons. Electrostimulation thereby enables more muscular work than voluntary activity.

For optimum results, Complex recommends supplementing your electrostimulation sessions with other commitments, such as:

- Regular physical exercise
- A balanced and healthy diet
- A balanced lifestyle

3. HOW DOES MI (MUSCLE INTELLIGENCE) TECHNOLOGY WORK?

To access MI functions the MI-sensor cable must be connected to the stimulator.

MI-SCAN

Just before starting a work session, the MI-scan function probes the chosen muscle group and automatically adjusts the stimulator settings to the excitability of this area of the body, depending on your physiology.

This function results in a short test sequence at the start of the programme, during which measurements are taken.

At the end of the test, the intensity has to be increased to start the programme.

MI-TENS

The MI-tens function limits unwanted muscle contractions in painful areas.

With each intensity increase applied by the user, a test phase occurs, and if a muscular contraction is detected, the device automatically reduces the intensity of the stimulation.

MI-RANGE

The MI-range function indicates the ideal range for adjusting stimulation intensity, to be followed in the following programmes: recovery, massage, capillarisation or even muscle pain.

When the device has detected the ideal intensity range, check mark will appear on the screen. For optimum work, intensity should be kept within this range.

4. DEVICE FUNCTION

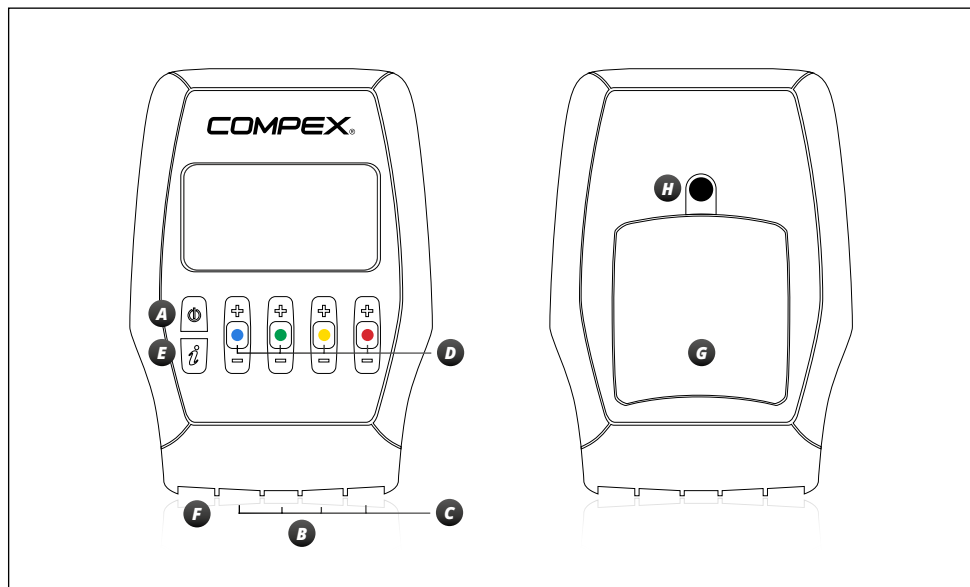
CONTENTS OF KITS AND ACCESSORIES

	REF	QTY
STIMULATOR	1518117	1
CHARGER	6830XX	1
SET OF 4 SNAP CABLES	001119	1
MI-SENSOR CABLE	601160	1
BAG OF SMALL 5X5 ELECTRODES	42215	1
BAG OF LARGE 5X10 ELECTRODES	42216-4	1
WARNING LEAFLET	M307816	1
QUICK START GUIDE	4518163	1
CARRY CASE	680029	1
BATTERY PACK	94121X	1



Only use this device with cables, electrodes, battery, power adaptor and accessories recommended by Complex.

DEVICE DESCRIPTION



A Standby button

B Sockets for the 4 stimulation cables

C Stimulation cables

D +/- buttons for the 4 stimulation channels

E I-button, which allows:

- The intensities to be increased on several channels at the same time
- The last programme used to be accessed

F Charger socket (slide the red cover to the right to reveal the charger connector)

G Battery compartment

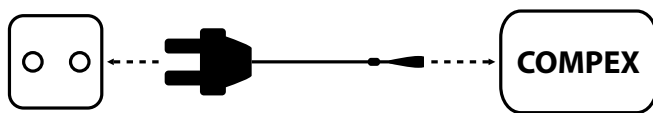
H Socket for belt clip

BATTERY INSERTION

Open the battery compartment cover and insert the battery, with the label pointing upwards so that the + and - terminals are opposite the device's contacts. Then replace the cover. If the device is not going to be used for over 3 months, ensure that the battery is fully charged. If the device is not going to be used for over 6 months, ensure that the battery is fully charged and remove it from the stimulator. Switch the stimulator off before removing the battery.

CONNECTIONS

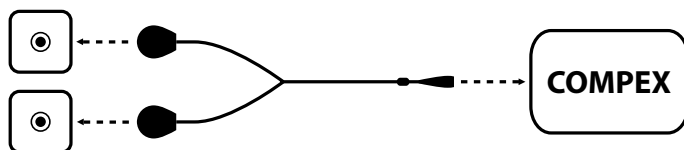
CHARGER CONNECTION



Remove all stimulation cables from the stimulator before recharging it. Connect the charger to a wall socket and connect the stimulator by sliding the red cover to the right to reveal the charger connector. It is strongly recommended to fully charge the battery before its first use to improve its performance and life span.

CONNECTING THE CABLES

The cables of the stimulator connect to the 4 sockets at the front of the device. The MI-sensor cable can be connected to any socket on the stimulator.



PRELIMINARY SETTINGS

Before your first use, you can define various settings. This options screen can then be displayed by switching the device off and by pressing and holding the on/off button for at least 2 seconds.



B Press the +/- button of channel 1 to select the language to be used.

C Press the +/- button of channel 2 to adjust screen contrast.

D Use the +/- button of channel 3 to adjust the volume.

E Press the +/- button of channel 4 to adjust the backlighting.

ON: backlighting always active.

OFF: backlighting always inactive.

AUTO: backlighting activated every time a button is pressed.

A Press the on/off button to confirm and save your selections. Settings are immediately applied.

CHOOSING A CATEGORY

N.B. The following screens are generic examples but they work in the same way regardless of the device that you have.

To switch the stimulator on, briefly press the on/off button.

Before selecting a programme, you should select the desired category.



A Press the on/off button to switch the device off.

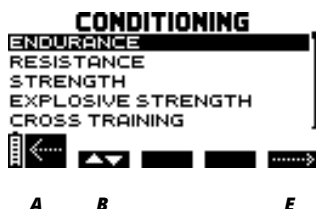
B Press the +/- button of channel 1 to select a category.

E Press the +/- button of channel 4 to confirm your selection.

LAST

To access the last programme used press the I-button. From there, select the desired programme and start it.

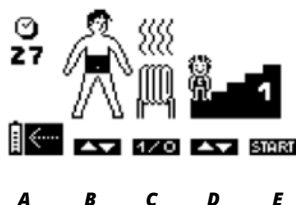
SELECTING A PROGRAMME



- A** Press the on/off button to return to the previous screen.
- B** Press the +/- button of channel 1 to select a programme.
- E** Press the +/- button of channel 4 to confirm the selection.

PERSONALISING A PROGRAMME

N.B. The programme personalisation screen is not available for all programmes



- A** Press the on/off button to return to the previous screen.
- B** Press the +/- button of channel 1 to select the muscular group that you want to stimulate.
- C** Press the +/- button of channel 2 to skip the warming-up.
- D** Press the +/- button of channel 3 to select the stimulation cycle.
- E** Press the +/- button of channel 4 to confirm the selection and start the stimulation session.

N.B. If a MI-sensor cable is connected to the device, the muscle group is selected automatically.

N.B. It is recommended to start with the 1st cycle and progress to the next level when the cycle is complete, normally after 4 to 6 weeks of stimulation based on 3 sessions per week. It is also important to have reached significant stimulation intensities in sessions before going on to another cycle. At the end of the cycle you can either start a new cycle or do maintenance training based on one session per week.

MI-SCAN TEST

N.B. See the chapter "How MI technology works".

If the MI-sensor cable is connected, the MI-scan test starts immediately after the programme is selected.



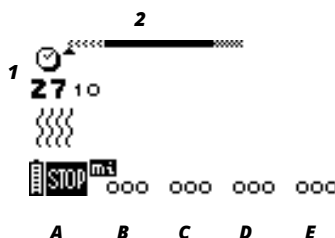
A Press the on/off button to stop the test

The +/- buttons of the 4 channels are inactive throughout the test.

ADJUSTING STIMULATION INTENSITIES

When you start a programme, you are asked to increase the stimulation intensities.

This step is essential for a successful session.



1 Programme duration in minutes and seconds

2 Programme progression bar. For details of how it works, see the following paragraph: "Programme progression"

A Press the on/off button to switch the unit into Pause mode.

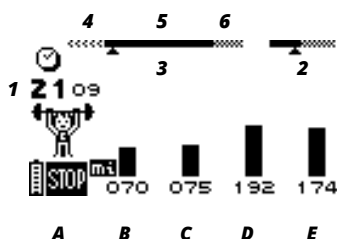
B C D E The four channels flash, going from + to 000. The stimulation intensity must be increased to be able to start stimulation. For this, press the + buttons of the relevant channels until the desired setting is reached.

N.B. To increase the intensities on several channels simultaneously, press the I-button and then increase the intensities. The interdependent channels are displayed in white on a black background.

PROGRAMME PROGRESSION

Stimulation starts properly once the stimulation intensity has been increased.

The examples below explain the general rules. Depending on the programme, there may be slight differences.



- 1** Time remaining (in minutes and seconds) until the end of a programme
- 2** The duration bar showing the duration of the contraction and duration of active rest is only shown during the work sequence
- 3** Session sequences
- 4** Warm-up
- 5** Work period
- 6** Relaxation

A Press the on/off button to temporarily interrupt the programme. To resume, simply press the +/- button of channel 4. The session will resume at 80% of the intensity level being used before it was interrupted.

N.B. In pause mode and depending on the programme, usage statistics may be displayed:

MAX = the maximum intensity reached per channel during contraction phases

AVG = the average intensity for all channels applied during the contraction phases

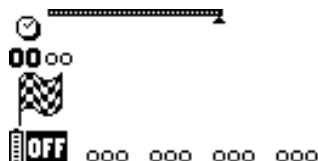
B C D E The various intensities reached during the contraction phase are shown by a series of black vertical bars; the intensities of the rest phase are illustrated by hatched bars.

Please note that the stimulation intensities for the active rest phase are automatically set to 50% of the contraction intensities.

They can be changed during the rest phase. Once changed, they are completely independent of the contraction intensities.

END OF A PROGRAMME

At the end of a session, the following screen is displayed. To stop the stimulator, press the on/off button.



N.B. Depending on the programme, usage statistics may be displayed (see previous chapter “Programme progression”).

BATTERY LEVEL AND CHARGING

Battery performance depends on the programme and the stimulation intensity applied. It is strongly recommended to fully charge the battery before its first use to improve its performance and life span. Always use the charger supplied by Complex to recharge the battery.

If the device is not going to be used for over 3 months, ensure that the battery is fully charged. If the device is not going to be used for over 6 months, ensure that the battery is fully charged and remove it from the stimulator. Switch the stimulator off before removing the battery.

BATTERY LEVEL

The battery charge level is shown by a battery icon in the bottom left of the screen. The battery icon flashes when the battery is completely flat. The device can then no longer be used. Recharge it immediately.

RECHARGING

Remove all stimulation cables from the stimulator before recharging it. Connect the charger to a wall socket and connect the stimulator by sliding the red cover to the right to reveal the charger connector.

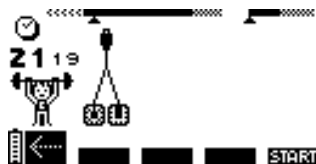
The charging menu shown below appears automatically.



The charging duration is displayed on the screen. As soon as charging is complete, the battery flashes. Disconnect the charger: the stimulator will switch off automatically.

5. TROUBLESHOOTING

ELECTRODE FAULT



The device emits a tone and alternately displays the pair of electrodes symbol and an arrow pointing towards the channel on which a problem has been detected. In the above example, the stimulator has detected an error on channel 1.

Check that the electrodes are connected to this channel.

If electrodes are old, worn and/or if the contact is poor: try using new electrodes.

Try using the stimulation cable on a different channel. If the cable is still faulty, replace it (www.complexstore.com).

STIMULATION DOES NOT PRODUCE THE USUAL SENSATION

Check that all settings are correct and check electrodes are properly positioned.

Change the position of the electrodes slightly.

STIMULATION CAUSES DISCOMFORT

Electrodes lose their adhesive capacity and no longer provide suitable contact with skin.

Electrodes are worn and must be replaced.

Change the position of the electrodes slightly.

THE STIMULATOR IS NOT WORKING

```

PLEASE CONTACT
YOUR AGENT !

NER : 04
MENUS : 1/0
ERROR : 1/0/0

```



When an error screen is displayed during use, note the error number (in the example, the error number is 1/0/0) and contact the Complex-approved customer service centre.

THE BATTERY IS VERY FLAT

If the following screen appears, switch the device off and connect the charger.

```

CHECK...

SWITCH OFF &
PLUG CHARGER!
Need recovery

```



If a battery is very flat, a recovery cycle will start, lasting 2 minutes.

```

CHARGING...
wait 2 min /

```



When this has finished, if the battery is working properly, it will start charging; in this case, it is strongly recommended to perform a charge/discharge cycle for the battery by pressing on the channel 4 button  to launch this cycle, which may take up to 12 hours. If, however, it proves to be faulty, the following screen appears and the battery must be replaced.

**REPLACE
BATTERY !!!**



6. DEVICE MAINTENANCE

GUARANTEE

See enclosed leaflet.

MAINTENANCE

Your stimulator does not require neither calibration nor periodic maintenance. However when needed clean with a soft cloth and solvent-free alcohol-based detergent. Use as little liquid as possible to clean the device. Do not disassemble the stimulator or the charger as they contain high-voltage components which could cause electrocution. This must be carried out by Complex-approved technicians or repair services. If your stimulator contains parts that appear to be worn or faulty, please contact the closest Complex customer service centre.

CONDITIONS FOR STORAGE/TRANSPORT AND USE

	STORAGE AND TRANSPORT	USE
TEMPERATURE	-20° C TO 45° C	0° C TO 40° C
MAXIMUM RELATIVE HUMIDITY	75%	30% TO 75%
ATMOSPHERIC PRESSURE	FROM 700 HPA TO 1060 HPA	FROM 700 HPA TO 1060 HPA

Do not use in areas at risk of explosion.

DISPOSAL

Batteries must be disposed of in accordance with national regulatory requirements in force. Any product bearing the WEEE label (a crossed-out wheeled bin) must be separated from household waste and sent to special collection facilities for recycling and recovery.

7. TECHNICAL SPECIFICATIONS

GENERAL INFORMATION

94121x rechargeable Nickel-metal hydride (NiMH) battery (4.8 V / ≥ 1200 mA/h).

Battery chargers: only battery chargers with the part number 6830xx can be used to recharge the batteries supplied with the stimulator.

Product and accessories expected service life: 5 years

Electrode shelf life: refer to electrodes bag

NEUROSTIMULATION

All the electrical specifications are supplied with an impedance from 500 to 1000 ohms per channel.

Channels: four independent and individually adjustable channels, electrically isolated from each other.

Impulsion form: constant rectangular current with pulse compensation to eliminate any direct current component to prevent residual polarisation at skin level.

Maximum pulse intensity: 120 mA.

Pulse intensity increments: manual adjustment of stimulation intensity from 0 to 999 (energy) by minimum increments of 0.5 mA.

Pulse amplitude: from 60 to 400 μ s.

Maximum electrical charge per pulse: 96 microcoulombs (2 x 48 μ C, compensated).

Standard pulse ramp-up time: 3 μ s (20 %-80 % of maximum current).

Pulse frequency: 1 to 150 Hz.

INFORMATION ABOUT ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY (EMC)

The stimulator is designed to be used in typical domestic environments approved in accordance with the safety standard EMC EN 60601-1-2.

This device emits very low levels in the radio frequency (RF) interval and is therefore not likely to cause interference with nearby electronic equipment (radios, computers, telephones, etc.).

The stimulator is designed to withstand foreseeable disturbances originating from electrostatic discharge, magnetic fields from the power supply or radio frequency emitters.

However, it is not possible to guarantee that the stimulator will not be affected by powerful RF (radio frequency) fields originating, for example, from mobile phones.

For more detailed information about electromagnetic emissions and immunity, please contact Complex.

STANDARDS

To ensure your safety, the stimulator has been designed, manufactured and distributed in accordance with the requirements of the amended European Directive 93/42/CEE covering medical devices.

The stimulator also complies with the CEI 60601-1 standard covering general safety requirements for electromedical devices, with the CEI 60601-1-2 standard covering electromagnetic compatibility and the CEI 60601-2-10 standard covering special safety requirements for nerve and muscle stimulators.

In accordance with current international standards in force, a warning must be given about applying electrodes to the thorax (increased risk of cardiac fibrillation).

The stimulator also complies with Directive 2002/96/CEE covering waste electrical and electronic equipment (WEEE).

8. EMC TABLE

The Complex stimulator needs special precautions regarding EMC and needs to be installed and put into service according to the EMC information provided.

Portable and mobile RF communications equipment can affect the Complex stimulator.

The use of Accessories, transducers, and cables other than those specified by the manufacturer, may result in increased Emissions or decreased Immunity of the Complex stimulator.

The Complex stimulator should not be used adjacent to or stacked with other equipment and if adjacent or stacked use is necessary, the Complex stimulator should be observed to verify normal operation in the configuration in which it will be used.

GUIDANCE AND MANUFACTURER'S DECLARATION – ELECTROMAGNETIC EMISSIONS		
The Complex stimulator is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the Complex stimulator should assure that it is used in such an environment.		
EMISSION TESTS	COMPLIANCE	ELECTROMAGNETIC ENVIRONMENT – GUIDANCE
Radiated Emissions CISPR 11	Group 1	The Complex uses RF energy only for its internal function. Therefore, its RF emissions are very low and are not likely to cause any interference in nearby electronic equipment.
Conducted Emissions CISPR 11	Class B	
Harmonic emissions IEC 61000-3-2	Class A	The Complex is suitable for use in all establishments, including domestic establishments and those directly connected to the public low-voltage power supply network that supplies buildings used for domestic purposes.
Voltage fluctuations IEC 61000-3-3	Complies	

GUIDANCE AND MANUFACTURER'S DECLARATION – ELECTROMAGNETIC IMMUNITY

The Complex stimulator is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the Complex stimulator 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	±6kV contact ±8kV air	±6kV contact ±8kV air	Floors should be wood, concrete or ceramic tile. If floors are covered with synthetic material, the relative humidity should be at least 30%.
Electrical fast transient/ burst IEC 61000-4-4	±2kV for power supply lines ±1kV for input/output lines	±2kV (power lines) Not Applicable (I/O lines)	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment.
Surge IEC 61000-4-5	±1kV Line to Line (or Neutral) ±2kV line(s) to earth	±1kV Line to Line Not Applicable (Line to Earth)	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 a	<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	<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	Mains power quality should be that of a typical commercial or hospital environment. If the user of the Complex stimulator requires continued operation during power mains interruptions, it is recommended that the Complex stimulator be powered from an uninterrupted power supply or a battery.
Power frequency (50/60Hz) magnetic field IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Power frequency magnetic fields should be at levels characteristic of a typical location in a typical commercial or hospital environment.
a UT is the a.c mains voltage prior to application of the test level.			

GUIDANCE AND MANUFACTURER'S DECLARATION – ELECTROMAGNETIC IMMUNITY			
The Compex stimulator is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the Compex stimulator should assure that it is used in such an environment.			
IMMUNITY TEST	IEC 60601 TEST LEVEL	COMPLIANCE LEVEL	ELECTROMAGNETIC ENVIRONMENT - GUIDANCE
Conducted RF IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz to 80 MHz	3Vrms	Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of the Compex stimulator, including cables, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter. Recommended separation distance $d = 1.2 \sqrt{P}$ $d = 1.2 \sqrt{P} \text{ 80 MHz to 800 MHz}$ $d = 2.3 \sqrt{P} \text{ 800 MHz to 2,5 GHz}$ 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 metres (m). Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site surveya, should be less than the compliance level in each frequency rangeb. Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following symbol: 
	Radiated RF IEC 61000-4-3	3 V/m 1.4 GHz to 2,7 GHz 10 V/m 26MHz to 1GHz	
NOTE 1 At 80 MHz and 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.			
a Field strengths from fixed transmitters, such as base stations for radio (cellular/cordless) telephones and land mobile radios, amateur radio, AM and FM radio broadcast and TV broadcast cannot be predicted theoretically with accuracy. To assess the electromagnetic environment due to fixed RF transmitters, an electromagnetic site survey should be considered. If the measured field strength in the location in which the Compex stimulator is used exceeds the applicable RF compliance level above, the Compex stimulator should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as reorienting or relocating the Compex stimulator.			
b Over the frequency range 150 kHz to 80 MHz, field strengths should be less than 3 V/m.			

RECOMMENDED SEPARATION DISTANCES BETWEEN PORTABLE AND MOBILE RF COMMUNICATIONS EQUIPMENT AND THE COMPEX STIMULATOR			
The CompeX stimulator is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of the CompeX stimulator can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and the CompeX stimulator 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 √P	80 MHZ TO 800 MHZ D = 1.2 √P	800 MHZ TO 2,5 GHZ D = 2.3 √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) according 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.			

9. PROGRAMMES

PREVENTION CATEGORY				
PROGRAMMES	EFFECTS	USES	STIMULATION INTENSITY	mi FUNCTION IF mi-SENSOR CABLE CONNECTED
ANKLE TWIST PREVENTION	Increase in the contraction speed and strength of the lateral peroneal muscles	To avoid recurrence of ankle sprain, after the initial treatment allows a return to sports activities	Maximum tolerable intensity (0-999)	mi-SCAN
CRAMP PREVENTION	Improvement of the circulatory system in order to prevent nocturnal cramps or stresses	Cramps involve fundamentally the muscles of the lower limbs, more particularly the calf muscles	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE
LOW BACK PAIN PREVENTION	Improving the support to the lower back region by the abdominal and lower back muscles	To reduce the risk of pain occurring to the lower back	Maximum tolerable intensity (0-999)	mi-SCAN

PAIN RELIEF CATEGORY

PROGRAMMES	EFFECTS	USES	STIMULATION INTENSITY	mi FUNCTION IF mi-SENSOR CABLE CONNECTED
ACUTE TENDINITIS	Pain relief by blocking the transmission of pain impulses	One or more times a day during the acute phase of the condition	Gradually increase the stimulation intensities until a very clear tingling sensation is felt	mi-TENS
CHRONIC TENDINITIS	Improvement of the tendon recovery phase by local increase of the blood circulation and antipain effect by the release of endorphin	After disappearance of the inflammatory signs during the chronic phase of the condition	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE
LOW BACK PAIN	Analgesic action through the release of endorphins Increases blood flow	Analgesic current specifically adapted to persistent low back pain (lumbar region)	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE
ANKLE TWIST	Pain relief by blocking the transmission of pain impulses	Several sessions per day interspersed with repeated applications of ice	Gradually increase the stimulation intensities until a very clear tingling sensation is felt	mi-TENS
DECONTRACTURE	Reduced muscular tension Relaxing and decontraction effect	To combat recent and localized muscular pain	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE

TRAINING CATEGORY

PROGRAMMES	EFFECTS	USES	STIMULATION INTENSITY	mi FUNCTION IF mi-SENSOR CABLE CONNECTED
CORE STABILIZATION	Improvement of the stabilisation of trunk muscles	During training or maintenance throughout the sports season	Maximum tolerable intensity (0-999)	mi-SCAN
ENDURANCE	Increasing oxygen consumption by the muscles Improvement of performance to sustain an effort over a long period of time	For runners having a specific voluntary training volume less than 5 sessions per week	Maximum tolerable intensity (0-999)	mi-SCAN
STRENGTH	Increasing the maximum strength that the muscle is capable of developing Improving stride and better running economy	For runners having a specific voluntary training volume of more than 4 sessions per week	Maximum tolerable intensity (0-999)	mi-SCAN
STRENGTH TRAIL SPECIFIC	Increased strength of muscular contraction Improved running on hills and rough terrain	For runners preparing to test their running in harsh terrain	Maximum tolerable intensity (0-999)	mi-SCAN
LONG RUN OPTIMISATION	Marked local increase in blood flow Development of the blood capillary system in the muscle stimulated	After the standard long training session, to increase the benefits without imposing additional stress on the joints	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE
OVERCOMPENSATION	Increase of the blood circulation in the muscle stimulated Development of the blood capillary system in the muscle stimulated	2 sessions per day on the last 4 days before the competition	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE
FARTLEK	Training and preparation of muscles for all kinds of muscular work (endurance, resistance, strength, explosive strength) through different working sequences	At the beginning of the season to "re-set" the muscles after a rest period and before more intensive and specific training During the season for persons who do not have any preferences for a single kind of performance and prefer to exercise their muscles with different workout methods	Maximum tolerable intensity (0-999)	mi-SCAN

RECOVERY CATEGORY				
PROGRAMMES	EFFECTS	USES	STIMULATION INTENSITY	mi FUNCTION IF mi-SENSOR CABLE CONNECTED
ACTIVE RECOVERY	Marked increase in blood flow Accelerates elimination of waste from muscular contraction Endorphinic effect Relaxing and decontraction effect	To improve and accelerate muscle recovery after intensive exercise To be used during the first 3 hours after each session of intensive training or after a competition	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE
POST-RACE RECOVERY	Significant increase in the blood flow helping to drain the organic waste due to effort Analgesic and decontracting effects	To achieve the best possible and fastest muscular recovery after gruelling effort The particular rhythm of the session reduces the risk of muscular cramps appearing	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE
REDUCE MUSCLE SORENESS	Activation of blood circulation Pain relief by endorphinic effect Reduced muscle tone	Reduced duration and intensity of muscular soreness To be used on the 2 or 3 days following the competition	Progressively increase the stimulation intensity until pronounced muscle twitches are obtained	mi-SCAN mi-RANGE

MODE D'EMPLOI

1. Signification des symboles	32
2. Comment fonctionne l'électrostimulation	33
3. Comment fonctionne la technologie MI (Muscle Intelligence)	35
4. Fonctionnement de l'appareil	36
Composition des kits et accessoires	36
Description de l'appareil	37
Insertion de la batterie	38
Connexions	38
Réglages préliminaires	39
Sélection d'une catégorie	40
Sélection d'un programme	41
Personnalisation d'un Programme	41
Test mi-scan	42
Ajustement des intensités de stimulation	42
Progression d'un programme	43
Fin d'un Programme	44
Niveau et Charge de la Batterie	44
5. Problèmes et solutions	46
6. Entretien de l'appareil	49
7. Spécifications techniques	50
8. Tableau CEM	52
9. Programmes	56



Il est fortement conseillé de lire attentivement ce mode d'emploi ainsi que les contre-indications et les mesures de sécurité avant d'utiliser votre stimulateur.

1. SIGNIFICATION DES SYMBOLES

		Consulter le mode d'emploi
		Pièces appliquées de type BF
	20xx	Nom et adresse du fabricant et date de fabrication
		Ce dispositif doit être séparé des déchets ménagers et envoyé à des installations de collecte particulières à des fins de recyclage et de récupération
		Le bouton on/off est multifonctions
		Conserver à l'abri du soleil
		Conserver au sec
IP20 on the unit		Protégé contre les corps solides d'un diamètre égal ou supérieur à 12,5 mm (0,5 po.)
IP02 on the case		Protégé contre les chutes de gouttes d'eau verticales lorsque le boîtier est incliné de moins de 15°
		Sans latex
REF		Numéro de référence
LOT		Numéro de lot

2. COMMENT FONCTIONNE L'ÉLECTROSTIMULATION

Le principe de l'électrostimulation consiste à stimuler les fibres nerveuses au moyen d'impulsions électriques transmises par des électrodes. Les impulsions électriques produites par les stimulateurs conçus par Compex sont des impulsions de haute qualité - offrant sécurité, confort et efficacité - qui stimulent différents types de fibres nerveuses :

1. Les nerfs moteurs pour stimuler une réponse musculaire. La quantité et les bénéfices obtenus dépendent des paramètres de stimulation, et c'est ce que l'on appelle l'électrostimulation musculaire (ESM).
2. Certains types de fibres nerveuses sensibles pour obtenir des effets analgésiques ou de soulagement de la douleur.

1. STIMULATION DES NERFS MOTEURS (ESM)

Lors de l'activité volontaire, l'ordre de travail musculaire provient du cerveau, qui envoie une commande aux fibres nerveuses sous la forme d'un signal électrique. Ce signal est ensuite transmis aux fibres musculaires, qui se contractent. Le principe de l'électrostimulation reproduit avec exactitude le processus observé lors d'une contraction volontaire. Le stimulateur envoie une impulsion de courant électrique vers les fibres nerveuses, pour les exciter. Cette excitation est ensuite transmise vers les fibres musculaires et entraîne une réponse mécanique de base (= une secousse musculaire). Celle-ci constitue l'exigence de base pour la contraction musculaire. La réponse musculaire est en tout point identique au travail musculaire contrôlé par le cerveau. En d'autres termes, le muscle ne fait pas la distinction entre une commande envoyée par le cerveau ou le stimulateur.

Les paramètres des programmes (nombre d'impulsions par seconde, durée de la contraction, temps de repos, durée totale du programme) soumettent le muscle à différents types de travail, en fonction des fibres musculaires. En fait, différents types de fibres musculaires peuvent être identifiées en fonction de leur vitesse de contraction respective : les fibres lentes, intermédiaires et rapides. Les fibres rapides sont bien évidemment plus nombreuses chez un sprinter, tandis qu'un coureur de marathon aura plus de fibres lentes. Grâce à une bonne connaissance de la physiologie humaine et à une parfaite maîtrise des paramètres de stimulation des différents programmes, le travail musculaire peut être dirigé avec une extrême précision pour atteindre l'objectif souhaité (renforcement musculaire, augmentation de la circulation sanguine, raffermissement, etc.).

2. STIMULATION DES NERFS SENSORIELS

Les impulsions électriques peuvent également exciter les fibres nerveuses sensorielles pour obtenir des effets analgésiques ou de soulagement de la douleur. La stimulation des fibres nerveuses sensorielles tactiles bloque la transmission de la douleur au système nerveux. La stimulation d'un autre type de fibres sensorielles crée une augmentation de la production d'endorphines et, par conséquent, une réduction de la douleur. Avec les programmes de soulagement de la douleur, l'électrostimulation peut être utilisée pour traiter la douleur localisée aigue ou chronique ainsi que la douleur musculaire.

Attention : Ne pas utiliser les programmes de soulagement de la douleur pendant une période prolongée sans avis médical.

BÉNÉFICES DE L'ÉLECTROSTIMULATION

L'électrostimulation est une méthode très efficace pour faire travailler les muscles :

- avec une amélioration significative des différentes qualités musculaires
- sans fatigue cardiovasculaire ou mentale
- avec un stress limité exercé sur les articulations et les tendons. L'électrostimulation permet ainsi d'effectuer une quantité de travail musculaire plus importante que lors de l'activité volontaire.

Pour maximiser vos résultats, Complex recommande de compléter vos séances d'électrostimulation par d'autres efforts, comme :

- un exercice physique régulier
- une nutrition adaptée et saine
- un mode de vie équilibré

3. COMMENT FONCTIONNE LA TECHNOLOGIE MI (MUSCLE INTELLIGENCE)

Pour avoir accès aux fonctions MI il faut connecter le câble MI-sensor au stimulateur.

MI-SCAN

Juste avant de commencer la séance de travail, la fonction MI-scan sonde le groupe musculaire choisi et ajuste automatiquement les paramètres du stimulateur à l'excitabilité de cette zone du corps, selon votre propre physiologie. Cette fonction se concrétise, en début de programme, par une courte séquence de test au cours de laquelle des mesures sont réalisées. A la fin du test, il faut monter les intensités pour débiter le programme.

MI-TENS

La fonction MI-tens permet de limiter l'apparition de contractions musculaires indésirables sur des zones douloureuses. A chaque augmentation d'intensité opérée par l'utilisateur une phase de test a lieu et si une contraction musculaire est détectée, l'appareil baisse automatiquement l'intensité de stimulation.

MI-RANGE

La fonction MI-range indique la zone idéale de réglage des intensités de stimulation à respecter lors des programmes de type récupération, massage, capillarisation ou encore douleur musculaire.

Lorsque l'appareil a détecté la zone idéale d'intensité un crochet apparaît sur l'écran. Pour travailler de façon optimale il faut garder les intensités dans cette zone.

4. FONCTIONNEMENT DE L'APPAREIL

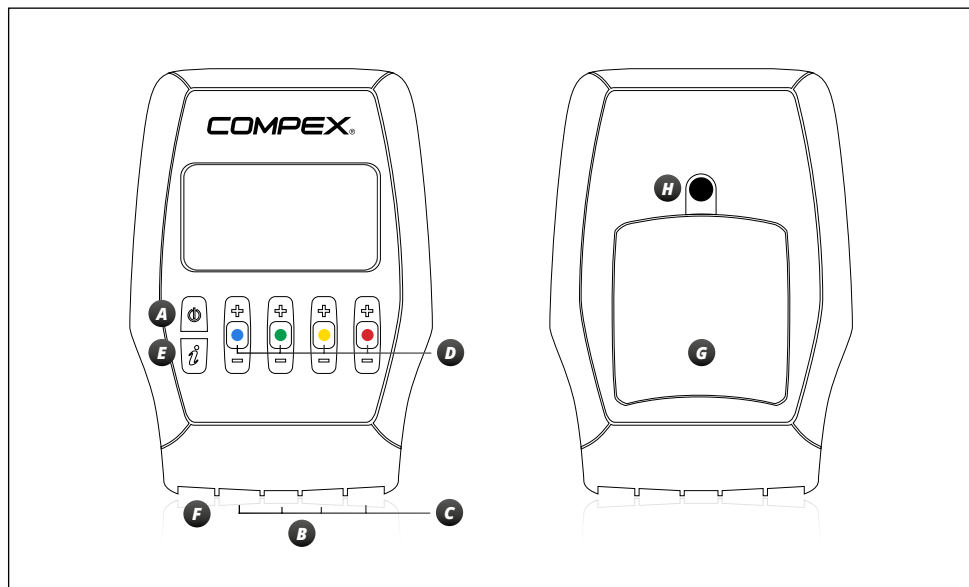
COMPOSITION DES KITS ET ACCESSOIRES

	RÉF	QTÉ
STIMULATEUR	1518117	1
CHARGEUR	6830XX	1
JEU DE 4 CÂBLES À SNAP	001119	1
CÂBLE MI-SENSOR	601160	1
SACHET PETITES ÉLECTRODES 5X5	42215	1
SACHET GRANDES ÉLECTRODES 5X10	42216-4	1
FEUILLET AVERTISSEMENTS	M307816	1
GUIDE DE DÉMARRAGE RAPIDE	4518163	1
TROUSSE DE TRANSPORT	680029	1
BLOC BATTERIE	94121X	1



Utiliser cet appareil uniquement avec les câbles, électrodes, batterie, adaptateur secteur et accessoires recommandés par Complex

DESCRIPTION DE L'APPAREIL



A Bouton on/off

B Prises pour les 4 câbles de stimulation

C Câbles de stimulation

D Boutons +/- pour les 4 canaux de stimulation

E I-bouton permet:

- D'augmenter les intensités sur plusieurs canaux en même temps
- D'accéder au dernier programme utilisé

F Prise pour le chargeur (faire glisser le couvercle rouge vers la droite pour libérer le connecteur du chargeur)

G Compartiment de la batterie

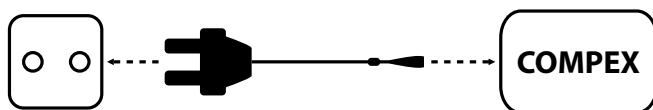
H Prise pour clip de ceinture

INSERTION DE LA BATTERIE

Ouvrir le couvercle du compartiment de la batterie et insérer la batterie, étiquette dirigée vers le haut, pour que les pôles + et - soient en face des contacts de l'appareil. Puis remettre le couvercle en position. Si l'appareil ne doit pas être utilisé pendant plus de 3 mois, s'assurer que la batterie est totalement chargée. Si l'appareil ne doit pas être utilisé pendant plus de 6 mois, s'assurer que la batterie est totalement chargée et la retirer du stimulateur. Avant de retirer la batterie, éteindre le stimulateur.

CONNEXIONS

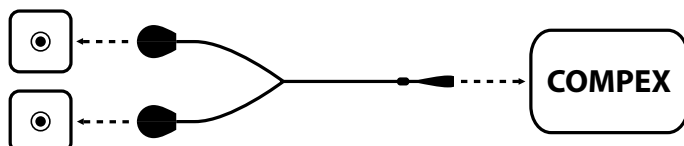
CONNEXION DU CHARGEUR



Retirer tous les câbles de stimulation du stimulateur avant de le recharger. Brancher le chargeur sur une prise murale et connecter le stimulateur en faisant glisser le couvercle rouge vers la droite pour libérer le connecteur du chargeur. Il est fortement recommandé de charger intégralement la batterie avant la première utilisation afin d'améliorer ses performances et sa durée de vie.

CONNEXION DES CÂBLES

Les câbles du stimulateur se branchent sur les 4 prises à l'avant de l'appareil. Le câble MI-sensor peut se connecter sur n'importe quelle prise du stimulateur



RÉGLAGES PRÉLIMINAIRES

Avant la première utilisation, vous avez la possibilité de préciser un certain nombre de paramètres. Cet écran d'options peut ensuite être affiché en éteignant l'appareil et en appuyant sur le bouton on/off pendant plus de 2 secondes.



B Appuyer sur le bouton +/- du canal 1 pour choisir la langue à utiliser.

C Appuyer sur le bouton +/- du canal 2 pour régler le contraste de l'écran.

D Utiliser le bouton +/- du canal 3 pour régler le volume.

E Appuyer sur le bouton +/- du canal 4 pour régler le rétro-éclairage.

ON : rétro-éclairage toujours actif.

OFF : rétro-éclairage toujours inactif.

AUTO : rétro-éclairage activé à chaque pression sur un bouton.

A Appuyer sur le bouton on/off pour confirmer et enregistrer vos choix. Les paramètres seront appliqués immédiatement.

SÉLECTION D'UNE CATÉGORIE

N.B. : les écrans suivants sont des exemples génériques mais leur fonctionnement est identique peu importe l'appareil que vous possédez.

Pour mettre le stimulateur en marche, appuyer brièvement sur le bouton on/off.

Avant de choisir un programme, vous devez sélectionner la catégorie souhaitée.



A Appuyer sur le bouton on/off pour éteindre l'appareil.

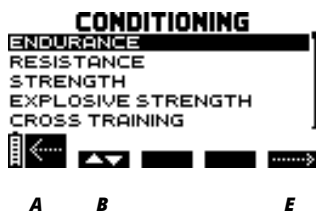
B Appuyer sur le bouton +/- du canal 1 pour choisir une catégorie.

E Appuyer sur le bouton +/- du canal 4 pour confirmer votre choix.

LAST

Pour accéder au dernier programme exécuté appuyer sur le I-bouton. De là choisir le programme désiré et le démarrer.

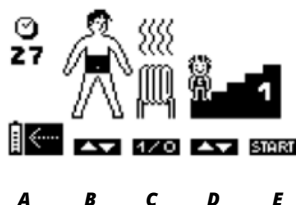
SÉLECTION D'UN PROGRAMME



- A** Appuyer sur le bouton on/off pour revenir à l'écran précédent.
- B** Appuyer sur le bouton +/- du canal 1 pour choisir un programme.
- E** Appuyer sur le bouton +/- du canal 4 pour valider la sélection.

PERSONNALISATION D'UN PROGRAMME

N.B. L'écran de personnalisation d'un programme n'est pas accessible pour tous les programmes



- A** Appuyer sur le bouton on/off pour revenir à l'écran précédent.
- B** Appuyer sur le bouton +/- du canal 1 pour sélectionner le groupe musculaire à stimuler.
- C** Appuyer sur le bouton +/- du canal 2 pour renoncer à la phase d'échauffement.
- D** Appuyer sur le bouton +/- du canal 3 pour sélectionner le cycle de stimulation.
- E** Appuyer sur le bouton +/- du canal 4 pour valider la sélection et commencer la séance de stimulation.

N.B. : Si un câble MI-sensor est connecté au stimulateur, la sélection du groupe musculaire se fait automatiquement.

N.B. : Il est recommandé de débiter par le 1er cycle et de passer au niveau suivant quand le cycle est terminé, normalement après 4 à 6 semaines de stimulation à raison de 3 séances par semaine. Il est aussi important d'avoir atteint des intensités de stimulation significatives lors des séances avant de passer à un autre cycle. A la fin d'un cycle vous pouvez soit débiter un nouveau cycle soit réaliser un entretien à raison d'une séance par semaine.

TEST MI-SCAN

N.B. : Voir le chapitre « comment fonctionne la technologie MI ».

Si le câble MI-sensor est connecté le test MI-scan débute immédiatement après la sélection du programme.

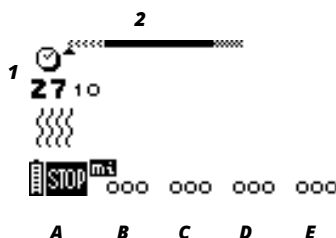


A Appuyer sur le bouton on/off pour arrêter le test

Les boutons +/- des 4 canaux sont inactifs durant toute la durée du test.

AJUSTEMENT DES INTENSITÉS DE STIMULATION

Lorsque vous commencez un programme, vous êtes invité à augmenter les intensités de stimulation. Cette étape est essentielle à la réussite de toute séance.



1 Durée du programme en minutes et en secondes

2 Barre de progression du programme. Pour obtenir des détails sur son fonctionnement, consulter le paragraphe : "Progression d'un programme"

A Appuyer sur le bouton on/off pour mettre l'unité en mode Pause.

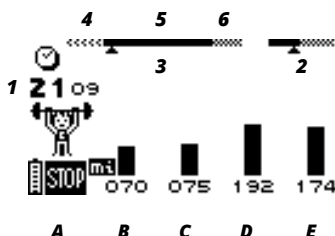
B C D E Les quatre canaux clignotent, passant de + à 000. L'intensité de stimulation doit être augmentée afin de pouvoir commencer la stimulation. Pour cela, appuyer sur les boutons + des canaux concernés jusqu'au réglage souhaité.

N.B. : Pour augmenter les intensités sur plusieurs canaux simultanément appuyer sur le I-bouton puis augmenter les intensités. Les canaux solidaires s'affichent en caractère blanc sur fond noir.

PROGRESSION D'UN PROGRAMME

La stimulation démarre réellement une fois que l'intensité de stimulation a été augmentée.

Les exemples ci-dessous expliquent les règles générales. En fonction des programmes des petites différences peuvent apparaître.



- 1** Temps restant (en minutes et en secondes) avant la fin du programme
- 2** La barre de durée indiquant la durée de la contraction et la durée de repos actif n'est présente que pendant la séquence de travail
- 3** Séquences de la séance
- 4** Echauffement
- 5** Période de travail
- 6** Relaxation

A Appuyer sur le bouton on/off pour interrompre momentanément le programme. Pour le relancer, il vous suffit d'appuyer sur le bouton +/- du canal 4. La session reprendra à 80 % du niveau d'intensité qui était utilisé avant l'interruption.

N.B. : En pause et en fonction du programme, des statistiques d'utilisation peuvent s'afficher :

MAX = l'intensité maximale atteinte par canal durant les phases de contractions

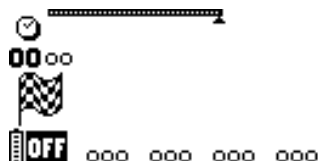
AVG = l'intensité moyenne de l'ensemble des canaux utilisés durant les phases de contractions

B C D E Les différentes intensités atteintes pendant la phase de contraction sont indiquées par une série de barres verticales noires ; les intensités de la phase de repos sont illustrées par des graphiques à barres hachurés.

Il est à noter que les intensités de stimulation de la phase de repos actif sont automatiquement réglées à une valeur de 50 % des intensités de contraction. Elles peuvent être modifiées durant la phase de repos. Une fois modifiées, elles seront entièrement indépendantes des intensités de contraction.

FIN D'UN PROGRAMME

A la fin de la séance, l'écran suivant s'affiche. Pour arrêter le stimulateur, appuyer sur le bouton on/off.



N.B. : En fonction du programme des statistiques d'utilisation peuvent s'afficher (voir chapitre précédent « Progression d'un programme »).

NIVEAU ET CHARGE DE LA BATTERIE

Les performances de la batterie dépendent des programmes et de l'intensité de stimulation utilisés. Il est fortement recommandé de charger intégralement la batterie avant la première utilisation afin d'améliorer ses performances et sa durée de vie. Toujours utiliser le chargeur fourni par CompeX pour recharger la batterie.

Si l'appareil ne doit pas être utilisé pendant plus de 3 mois, s'assurer que la batterie est totalement chargée. Si l'appareil ne doit pas être utilisé pendant plus de 6 mois, s'assurer que la batterie est totalement chargée et la retirer du stimulateur. Avant de retirer la batterie, éteindre le stimulateur.

NIVEAU DE LA BATTERIE

Le niveau de charge de la batterie est indiqué par l'icône de batterie en bas à gauche de l'écran. L'icône de batterie clignote lorsque la batterie est totalement déchargée. Il n'est alors plus possible d'utiliser l'appareil. Le recharger immédiatement.

CHARGE

Retirer tous les câbles de stimulation du stimulateur avant de le recharger. Brancher le chargeur sur une prise murale et connecter le stimulateur en faisant glisser le couvercle rouge vers la droite pour libérer le connecteur du chargeur.

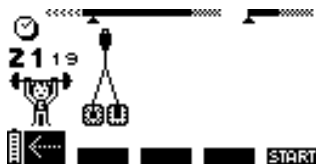
Le menu de charge illustré ci-dessous apparaît automatiquement.



La durée du chargement est indiquée à l'écran. Dès que la charge est terminée la batterie clignote. Déconnecter tout simplement le chargeur: le stimulateur s'éteint automatiquement.

5. PROBLÈMES ET SOLUTIONS

DÉFAUT D'ÉLECTRODE



L'appareil émet une tonalité et affiche alternativement le symbole d'une paire d'électrodes et d'une flèche pointant vers le canal sur lequel un problème a été détecté. Dans l'exemple ci-dessus, le stimulateur a détecté une erreur sur le canal 1.

Vérifier que des électrodes sont connectées à ce canal.

Vérifier si les électrodes sont anciennes, usées, et/ou si le contact est mauvais : essayer d'utiliser de nouvelles électrodes.

Essayer d'utiliser le câble de stimulation sur un canal différent. Si le câble présente encore un défaut, le remplacer (www.compexstore.com).

LA STIMULATION NE PRODUIT PAS LA SENSATION HABITUELLE

Vérifier que tous les réglages sont corrects et s'assurer du bon positionnement des électrodes.

Modifier légèrement le positionnement des électrodes.

L'EFFET DE STIMULATION ENTRAÎNE UN INCONFORT

Les électrodes perdent leur pouvoir adhésif et ne permettent plus un contact adéquat avec la peau.

Les électrodes sont usées et doivent être remplacées. Modifier légèrement le positionnement des électrodes.

LE STIMULATEUR NE FONCTIONNE PAS

```

PLEASE CONTACT
YOUR AGENT !

NER : 04
MENUS : 1/0
ERROR : 1/0/0

```



Lorsqu'un écran d'erreur s'affiche pendant l'utilisation de l'appareil, noter le numéro de l'erreur (dans l'exemple, le numéro de l'erreur est 1/0/0) et contacter le service clientèle agréé par Compex.

LA BATTERIE EST TRÈS DÉCHARGÉE

Si l'écran suivant apparaît, éteindre l'appareil et connecter le chargeur.

```

CHECK...

SWITCH OFF &
PLUG CHARGER!
Need recovery

```



Dans le cas d'une batterie très déchargée un cycle de récupération débute durant 2 min.

```

CHARGING...
wait 2 min /

```



A la fin de ce temps, si la batterie est en ordre, sa charge commence ; dans ce cas il est vivement conseillé d'effectuer un cycle de charge/décharge de la batterie en appuyant sur le bouton du canal 4  pour lancer ce cycle qui pourra durer jusqu'à 12 heures. Si par contre elle s'avère défectueuse l'écran suivant apparait et il faut changer la batterie.

REPLACE
BATTERY !!!



6. ENTRETIEN DE L'APPAREIL

GARANTIE

Consulter la notice jointe.

MAINTENANCE

Votre stimulateur ne requiert aucun étalonnage ni de maintenance périodique. Pour nettoyer votre appareil utiliser un chiffon doux et un détergent à base d'alcool et sans solvant. Utiliser un minimum de liquide pour nettoyer l'appareil. Ne pas démonter le stimulateur ou le chargeur car ils contiennent des composants à haute tension qui pourraient provoquer une électrocution. Ceci doit être confié à des techniciens ou des services de réparation agréés par Compex. Si votre stimulateur contient des pièces qui semblent usées ou défectueuses, veuillez contacter le centre de service clientèle Compex le plus proche.

CONDITIONS DE STOCKAGE/TRANSPORT ET D'UTILISATION

	STOCKAGE ET TRANSPORT	UTILISATION
TEMPÉRATURE	-20° C À 45° C	0° C À 40° C
HUMIDITÉ RELATIVE MAXIMALE	75 %	30 % À 75 %
PRESSIION ATMOSPHÉRIQUE	DE 700 HPA À 1060 HPA	DE 700 HPA À 1060 HPA

Ne pas utiliser dans des zones à risque d'explosion.

MISE AU REBUT

Les batteries doivent être mises au rebut conformément aux exigences réglementaires nationales en vigueur. Tout produit portant la marque WEEE (une poubelle barrée d'une croix) doit être séparé des déchets ménagers et envoyés à des installations de collecte particulières à des fins de recyclage et de récupération.

7. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

INFORMATIONS GÉNÉRALES

94121x Batterie au Nickel-métal-hydrure (NiMH) rechargeable (4,8 V / ≥ 1200 mA/h).

Chargeurs de batterie : seuls les chargeurs de batterie portant le numéro de pièce 6830xx peuvent être utilisés pour recharger les batteries fournies avec le stimulateur.

NEUROSTIMULATION

Toutes les spécifications électriques sont fournies pour une impédance de 500 à 1000 ohms par canal.

Canaux : quatre canaux indépendants et ajustables individuellement, électriquement isolés l'un de l'autre.

Forme d'impulsion : courant rectangulaire constant à impulsions compensées de manière à éliminer tout élément direct du courant pour éviter toute polarisation résiduelle de la peau.

Intensité d'impulsion maximale : 120 mA.

Incréments d'intensité des impulsions : ajustement manuel de l'intensité de stimulation de 0 à 999 (énergie) par incréments minimaux de 0,5 mA.

Amplitude des impulsions : de 60 à 400 μ s.

Charge électrique maximale par impulsion : 96 microcoulombs (2 x 48 μ C, compensée).

Temps de montée standard des impulsions : 3 μ s (20 %-80 % du courant maximal).

Fréquence des impulsions : 1 à 150 Hz.

INFORMATIONS RELATIVES À LA COMPATIBILITÉ ÉLECTROMAGNÉTIQUE (CEM)

Le stimulateur est conçu pour être utilisé dans des environnements domestiques typiques et agréés conformément à la norme de sécurité de l'EMC EN 60601-1-2.

Ce dispositif émet des niveaux très faibles dans l'intervalle des radiofréquences (RF) et n'est donc pas susceptible de provoquer des interférences avec l'équipement électronique installé à proximité (radios, ordinateurs, téléphones, etc.).

Le stimulateur est conçu pour supporter les perturbations prévisibles provenant des décharges électrostatiques, des champs magnétiques de l'alimentation secteur ou des émetteurs de radiofréquences.

Malgré tout, il n'est pas possible de garantir que le stimulateur ne sera pas affecté par les champs de RF (radiofréquences) puissants provenant par exemple des téléphones portables.

Pour des informations plus détaillées concernant l'émission électromagnétique et l'immunité, veuillez contacter CompeX.

NORMES

Pour assurer votre sécurité, le stimulateur a été conçu, fabriqué et distribué conformément aux exigences de la Directive Européenne 93/42/CEE modifiée relative aux dispositifs médicaux.

Le stimulateur est également conforme à la norme CEI 60601-1 relative aux exigences générales de sécurité pour les dispositifs électromédicaux, à la norme CEI 60601-1-2 sur la compatibilité électromagnétique et à la norme CEI 60601-2-10 sur les exigences de sécurité particulières pour les stimulateurs nerveux et musculaires

Conformément aux normes internationales en vigueur, un avertissement doit être donné concernant l'application des électrodes sur le thorax (augmentation du risque de fibrillation cardiaque).

Le stimulateur est également conforme à la Directive 2002/96/CEE sur les déchets d'équipements électriques et électroniques (WEEE).

8. TABLEAU CEM

Le stimulateur CompeX nécessite des précautions spéciales concernant les CEM et doit d'être installé et mis en service selon les informations fournies sur les CEM dans ce manuel.

Tous les matériels de transmission sans fil RF peuvent affecter le stimulateur CompeX. L'utilisation des accessoires, des capteurs, et des câbles autres que ceux indiqués par le fabricant, peut avoir comme conséquence des plus grandes émissions ou de diminuer l'immunité du stimulateur CompeX.

Le stimulateur CompeX ne devrait pas être employé à côté de ou empilé avec un autre équipement, si l'utilisation adjacente ou empilée est nécessaire, on devrait vérifier le bon fonctionnement du stimulateur CompeX dans la configuration employée.

RECOMMANDATIONS ET DÉCLARATION DU FABRICANT EMISSIONS ÉLECTROMAGNÉTIQUES		
Le CompeX est prévu pour être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Il convient que le client ou l'utilisateur du CompeX s'assure qu'il est utilisé dans un tel environnement.		
ESSAI D'ÉMISSIONS	CONFORMITÉ	ENVIRONNEMENT ÉLECTROMAGNÉTIQUE - GUIDE
Émissions RF CISPR 11	Groupe 1	Le CompeX utilise de l'énergie RF uniquement pour son fonctionnement interne. Par conséquent, ses émissions RF sont très faibles et ne sont pas susceptibles de provoquer des interférences dans un appareil électronique voisin.
Émissions RF CISPR 11	Classe B	
Émissions harmoniques IEC 61000-3-2	Class A	Le CompeX convient à l'usage dans tout établissement inclus un domicile privé et un lieu relié directement au réseau public d'alimentation électrique à basse tension qui alimente les édifices résidentiels.
Fluctuations de voltage/oscillations d'émissions IEC 61000-3-3	Complies	

RECOMMANDATIONS ET DÉCLARATION DU FABRICANT - IMMUNITÉ ÉLECTROMAGNÉTIQUE

Le Complex est conçu pour l'emploi dans l'environnement électromagnétique stipulé ci-dessous. L'acheteur ou l'utilisateur du Complex doit s'assurer de son utilisation dans cet environnement indiqué.

TEST D'IMMUNITÉ	NIVEAU DE TEST IEC 60601	NIVEAU D'OBSERVANCE	ENVIRONNEMENT ÉLECTROMAGNÉTIQUE - GUIDE
Décharge électrostatique (DES) CEI 61000-4-2	±6 kV au contact ±8 kV dans l'air	±6 kV au contact ±8 kV dans l'air	Les sols doivent être en bois, en béton ou en carreaux céramiques. Si les sols sont recouverts de matériel synthétique, l'humidité relative doit se maintenir à un minimum de 30 %.
Transitoires électriques rapides en sèves CEI 61000-4-4	± 2 kV pour lignes d'alimentation électrique ± 1 kV pour lignes d'entrée/sortie	±2kV (power lines) Not Applicable (I/O lines)	Il convient que la qualité du réseau d'alimentation électrique soit celle d'un environnement typique commercial ou hospitalier.
Ondes de choc CEI 61000-4-5	± 1 kV mode différentiel ± 2 kV mode commun	±1kV Line to Line Not Applicable (Line to Earth)	Il convient que la qualité du réseau d'alimentation électrique soit celle d'un environnement typique commercial ou hospitalier.
Creux de tension, coupures brèves et variations de tension sur des lignes d'entrée d'alimentation électrique CEI 61000-4-11	< 5% UT (creux >95% dip de UT) pendant 0,5 cycle 40% UT (creux 60% dip de UT) pendant 5 cycles 70% UT (creux 30% dip de UT) pendant 25 cycles <5% UT (creux >95% dip de UT) pendant 5 secondes	< 5% UT (creux >95% dip de UT) pendant 0,5 cycle 40% UT (creux 60% dip de UT) pendant 5 cycles 70% UT (creux 30% dip de UT) pendant 25 cycles <5% UT (creux >95% dip de UT) pendant 5 secondes	Il convient que la qualité du réseau d'alimentation électrique soit celle d'un environnement typique commercial ou hospitalier. Si l'utilisateur du Complex exige le fonctionnement continu pendant les coupures du réseau d'alimentation électrique, il est recommandé d'alimenter le Complex à partir d'une alimentation en énergie sans coupure ou d'une batterie.
Champ magnétique à la fréquence du réseau électrique (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Il convient que les champs magnétiques à la fréquence du réseau électrique aient les caractéristiques de niveau d'un lieu représentatif situé dans un environnement typique commercial ou hospitalier.

NOTE: UT est la tension du réseau alternatif avant l'application du niveau d'essai.

RECOMMANDATIONS ET DECLARATION DU FABRICANT - IMMUNITÉ ELECTROMAGNETIQUE			
Le Compex est conçu pour l'emploi dans l'environnement electromagnétique stipulé ci-dessous. L'acheteur ou l'utilisateur du Compex doit s'assurer de son utilisation dans cet environnement indiqué.			
TEST D'IMMUNITÉ	NIVEAU DE TEST IEC 60601	NIVEAU D'OBSERVANCE	ENVIRONNEMENT ÉLECTROMAGNÉTIQUE - RECOMMANDATIONS
RF conduite IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz à 80 MHz	3Vrms	Les appareils de communication portables et mobiles RF ne doivent s'utiliser en relation du Compex et de ses fils qu'à une distance non moindre que l'espacement recommandé et calculé à partir de l'équation appropriée à la fréquence du transmetteur. Espacement recommandé: $d = 1.2 \sqrt{P}$ $d = 1.2 \sqrt{P}$ 80 MHz à 800 MHz $d = 2.3 \sqrt{P}$ 800 MHz à 2,5 GHz Selon lequel P est le taux de débit de tension maximum du transmetteur en watts (W) fixé par les spécifications du fabricant et selon lequel d est l'espacement recommandé en mètres (m). L'intensité de champ des transmetteurs fixes RF, telle que détermine par une enquête électromagnétique, doit être moindre que le niveau d'observance qui se trouve dans chaque fourchette de fréquence^b. Du parasitage peut se produire à proximité de tout appareil identifié par le symbole suivant: 
RF rayonnée IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz à 2.5 GHz	3V/m	
	10 V/m 26 MHz à 1 GHz	10V/m	
NOTE 1: De 80 MHz et à 800 MHz, l'amplitude de haute fréquence s'applique.			
NOTE 2: Ces directives peuvent ne pas convenir à certaines situations. La propagation électromagnétique est modifiée par l'absorption et la réflexion provenant des édifices, des objets et des personnes.			
^a L'intensité de champ provenant de transmetteurs fixes, telles que les stations de base d'un téléphone radio (cellulaire/sans fil) et d'une radio mobile, des radios d'amateur, des émissions AM et FM de radio et des émissions de TV ne peuvent se prédire avec exactitude. On peut devoir envisager une analyse de l'environnement électromagnétique du lieu pour calculer l'environnement électromagnétique provenant de transmetteurs fixes RF. Si l'intensité de champ mesurée dans l'environnement où se trouve le Compex dépasse le niveau d'observance RF approprié ci-dessus, il convient de surveiller le bon fonctionnement du Compex. Dans le cas d'un fonctionnement anormal, de nouvelles mesures peuvent alors s'imposer, telles que la réorientation ou le déplacement du Compex. ^b Au dessus de l'amplitude de fréquence de 150 kHz à 80 MHz, l'intensité des champs doit se situer en dessous de 3 V/m.			

**ESPACEMENTS RECOMMANDÉS ENTRE UN APPAREIL DE COMMUNICATION PORTABLE ET MOBILE,
ET LE COMPEX**

Le Compex est conçu pour un environnement électromagnétique dans lequel sont contrôlées les turbulences rayonnées RF. L'acheteur ou l'utilisateur du Compex peut contribuer à la prévention des parasites électromagnétiques en gardant une distance minimum entre les appareils de communication portable et mobile RF (transmetteurs) et le Compex selon le tableau de recommandations ci-dessous et en fonction du débit électrique maximum de l'appareil de télécommunication.

TAUX DE DÉBIT ÉLECTRIQUE MAXIMUM DU TRANSMETTEUR W	ESPACEMENT EN FONCTION DE LA FRÉQUENCE DU TRANSMETTEUR M CISPR 11		
	150 KHZ À 80 MHZ D = 1.2 √P	80 MHZ À 800 MHZ D = 1.2 √P	800 MHZ À 2,5 GHZ D = 2.3 √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

Dans le cas de transmetteurs dont le débit électrique maximum ne figure pas sur le tableau ci-dessus, l'espacement recommandé d en mètres (m) peut se calculer au moyen de l'équation appropriée à la fréquence du transmetteur, selon laquelle P est le taux maximum de débit électrique du transmetteur en watts (W) tel que fixé par le fabricant du transmetteur.

NOTE 1: À 80 MHz et à 800 MHz, l'espacement de l'ampleur de haute fréquence s'applique.

NOTE 2: Ces directives peuvent ne pas convenir à certaines situations. La propagation électromagnétique est modifiée par l'absorption et la réflexion provenant des édifices, des objets et des personnes.

9. PROGRAMMES

CATÉGORIE PRÉVENTION				
PROGRAMMES	EFFETS	UTILISATIONS	INTENSITÉ DE STIMULATION	FONCTIONS <i>mī</i> SI CÂBLE <i>mī</i> -SENSOR
PRÉVENTION ENTORSE CHEVILLE	Augmentation de la vitesse de contraction et de la force des muscles péroniers latéraux	Pour éviter la récurrence après une entorse de cheville dont le traitement initial autorise la reprise de l'activité sportive	Intensité maximale supportable (0-999)	<i>mī</i> -SCAN
PRÉVENTION CRAMPES	Amélioration du réseau circulatoire afin de prévenir l'apparition de crampes nocturnes ou d'efforts	Les crampes concernent essentiellement les muscles des membres inférieurs, plus particulièrement les muscles du mollet	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mī</i> -SCAN <i>mī</i> -RANGE
PRÉVENTION LOMBALGIE	Amélioration du maintien de la région lombaire par les muscles abdominaux et lombaires.	Pour réduire le risque de survenue d'épisodes douloureux au niveau du bas du dos.	Intensité maximale supportable (0-999)	<i>mī</i> -SCAN

CATÉGORIE ANTIDOULEUR

PROGRAMMES	EFFETS	UTILISATIONS	INTENSITÉ DE STIMULATION	FONCTIONS <i>mī</i> SI CÂBLE <i>mī</i>-SENSOR
TENDINITE AIGÛE	Soulagement de la douleur par blocage de la transmission des influx douloureux.	Une à plusieurs fois par jour pendant la phase aigüe de l'affection	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à percevoir une sensation bien prononcée de fourmillements.	<i>mī</i>-TENS
TENDINITE CHRONIQUE	Amélioration de la convalescence tendineuse par augmentation locale de la circulation sanguine et effet antidouleur par la libération d'endorphine.	Après disparition des signes inflammatoires, pendant la phase chronique de l'affection.	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mī</i>-SCAN <i>mī</i>-RANGE
LOMBALGIE	Action analgésique par la libération d'endorphines Augmentation du débit sanguin	Courant antalgique spécifiquement adapté aux douleurs persistantes de la région du bas du dos (région lombaire)	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mī</i>-SCAN <i>mī</i>-RANGE
ENTORSE CHEVILLE	Soulagement de la douleur par blocage de la transmission des influx douloureux	Plusieurs séances par jour entrecoupées par l'application répétée de glace	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à percevoir une sensation bien prononcée de fourmillements.	<i>mī</i>-TENS
DÉCONTRACTURANT	Diminution de la tension musculaire Effet relaxant et décontracturant	Contre les douleurs musculaires récentes et localisées	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mī</i>-SCAN <i>mī</i>-RANGE

CATÉGORIE PRÉPARATION

PROGRAMMES	EFFETS	UTILISATIONS	INTENSITÉ DE STIMULATION	FONCTIONS <i>mi</i> SI CÂBLE <i>mi</i>-SENSOR
GAINAGE	Amélioration de la stabilisation du tronc	En période de préparation ou en entretien tout au long de la saison sportive	Intensité maximale supportable (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
ENDURANCE	Augmentation de la consommation en oxygène par le muscle. Amélioration de la capacité à soutenir un effort de longue durée.	Pour les coureurs ayant une fréquence d'entraînement volontaire spécifique inférieure à 5 séances par semaine	Intensité maximale supportable (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
FORCE	Augmentation de la force maximale que le muscle est capable de développer. Amélioration de la foulée et meilleure économie de course.	Pour les coureurs ayant une fréquence d'entraînement volontaire spécifique supérieure à 4 séances par semaine	Intensité maximale supportable (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
FORCE SPÉCIFIQUE TRAIL	Augmentation de la force de la contraction musculaire. Amélioration de la course en côtes et en terrain accidenté	Pour les coureurs préparant une épreuve de course avec fort dénivelé	Intensité maximale supportable (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
OPTIMISATION SORTIE LONGUE	Forte augmentation locale du débit sanguin. Développement du réseau des capillaires sanguins dans le muscle stimulé	Après la séance d'entraînement type sortie longue pour en accroître les bénéfices sans imposer de sollicitation supplémentaire sur les structures articulaires.	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
SURCOMPENSATION	Augmentation de la circulation sanguine dans le muscle stimulé. Développement du réseau des capillaires sanguins dans le muscle stimulé	2 séances par jour, les 4 derniers jours avant la compétition	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
FARTLEK	Entraînement et préparation des muscles à tous les types de travail musculaire (endurance, résistance, force, force explosive) grâce aux différentes séquences de travail	En début de saison, pour "réinitialiser" les muscles après une période d'arrêt et avant des entraînements plus intensifs et plus spécifiques. Pendant la saison, pour ceux qui ne veulent pas privilégier un seul type de performance et qui préfèrent soumettre leurs muscles à différents régimes de travail	Intensité maximale supportable (0-999)	<i>mi</i>-SCAN

CATÉGORIE RÉCUPÉRATION

PROGRAMMES	EFFETS	UTILISATIONS	INTENSITÉ DE STIMULATION	FONCTIONS <i>mi</i> SI CÂBLE <i>mi</i> -SENSOR
RÉCUPÉRATION ACTIVE	Forte augmentation du débit sanguin Élimination accélérée des déchets de la contraction musculaire Effet endorphinique Effet relaxant et décontracturant	Pour favoriser et accélérer la récupération musculaire après un effort intense à utiliser au cours des 3 heures qui suivent un entraînement intensif ou une compétition	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
RÉCUPÉRATION EFFORT INTENSE	Augmentation importante du débit sanguin favorisant le drainage des déchets organiques dus à l'effort. Effets antalgique et décontracturant.	Pour obtenir la récupération musculaire la meilleure et la plus rapide après un effort exténuant. Le rythme particulier de la séance permet de réduire le risque d'apparition de crampes musculaires.	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
DIMINUTION COURBATURES	Activation de la circulation sanguine. Soulagement de la douleur par effet endorphinique. Réduction de la tonicité musculaire	Réduction de la durée et de l'intensité des courbatures. A utiliser les 2 ou 3 jours qui suivent la compétition.	Augmentez progressivement les intensités de stimulation jusqu'à obtenir des secousses musculaires bien prononcées	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE

INSTRUCCIONES

1. Explicación de los símbolos	123
2. ¿Cómo funciona la electroestimulación?	124
3. ¿Cómo funciona la tecnología MI (Muscle Intelligence)?	126
4. Funcionamiento del dispositivo	127
Contenido del kit y accesorios	127
Descripción del dispositivo	128
Introducción de la batería	129
Conexiones	129
Ajustes preliminares	130
Elegir una categoría	131
Seleccionar un programa	132
Personalización de un Programa	132
Prueba de MI-scan	133
Ajustar las intensidades de estimulación	133
Progreso del programa	134
Terminar un programa	135
Nivel y carga de la batería	135
5. Resolución de problemas	137
6. Mantenimiento del dispositivo	140
7. Especificaciones técnicas	141
8. Tabla CEM	143
9. Programas	147



Se recomienda encarecidamente leer estas instrucciones y las contraindicaciones y medidas de seguridad antes de utilizar el estimulador.

1. EXPLICACIÓN DE LOS SÍMBOLOS



Lea las instrucciones



Componentes aplicados de tipo BF.



Nombre y dirección del fabricante y fecha de fabricación



Este dispositivo debe segregarse de los residuos domésticos y enviarse a centros de recogida especiales para su reciclaje y recuperación



El botón de espera es multifuncional



Proteger de la luz solar



Almacenar en un lugar seco

IP20

on the unit

Indica protección contra la entrada de agua y partículas. La marca IP20 de la unidad significa: su unidad está protegida contra cuerpos extraños sólidos de 12,5 mm (0,5 pulg.) de diámetro y mayores. No está protegida contra el agua.

IP02

on the case

IP02 en el maletín de transporte significa: protegido contra la penetración de gotas de agua si se expone a la lluvia.



Sin látex

REF

Número de referencia

LOT

Número de lote

2. ¿CÓMO FUNCIONA LA ELECTROESTIMULACIÓN?

La electroestimulación consiste en la estimulación de las fibras nerviosas mediante impulsos eléctricos transmitidos por electrodos. Los impulsos eléctricos producidos por los estimuladores Compex son impulsos seguros de alta calidad, confortables y eficaces, que estimulan diferentes tipos de fibras nerviosas:

1. Los nervios motores, con el fin de obtener una respuesta muscular, que se conoce como electroestimulación muscular (EEM).
2. Ciertos tipos de fibras nerviosas sensitivas para obtener un efecto analgésico o el alivio del dolor.

1. LA ESTIMULACIÓN DE LOS NERVIOS MOTORES (EEM)

Con la actividad voluntaria, el cerebro ordena a los músculos que se contraigan mediante una señal eléctrica que se envía a las fibras nerviosas. Esta señal se transmite acto seguido a las fibras musculares, que se contraen. El principio de la electroestimulación emula con precisión el proceso de una contracción voluntaria. El estimulador envía un impulso eléctrico a las fibras nerviosas para excitarlas. Esta excitación se transmite entonces a las fibras musculares y se produce una respuesta mecánica básica (= una contracción). Este es el requisito básico para la contracción muscular. La respuesta muscular la constituyen todos los intentos y fines que son idénticos al trabajo muscular controlado por el cerebro. En otras palabras, el músculo no distingue si la orden procede del cerebro o del estimulador.

Los ajustes de programa (número de impulsos por segundo, duración de la contracción, tiempo de reposo, duración total del programa) someten al músculo a diferentes tipos de trabajo, dependiendo de la fibra muscular. Se pueden distinguir diferentes tipos de fibras musculares de acuerdo a sus respectivas velocidades de contracción: fibras lentas, fibras intermedias y fibras rápidas. Un velocista, claramente, tiene fibras más rápidas y un corredor de maratón tiene fibras más lentas. Con un buen conocimiento de la fisiología humana y el control total de los ajustes de estimulación de los distintos programas, se puede establecer específicamente el trabajo muscular para lograr el objetivo deseado (fortalecimiento muscular, aumento de la circulación sanguínea, firmeza, etc.)

2. ESTIMULACIÓN DE LOS NERVIOS SENSITIVOS

Los impulsos eléctricos también pueden excitar las fibras nerviosas sensitivas para obtener efectos analgésicos o alivio del dolor. La estimulación de las fibras nerviosas de la sensibilidad táctil bloquea el dolor que se transmite al sistema nervioso. La estimulación de otro tipo de fibra sensitiva aumenta la producción de endorfinas y, por lo tanto, reduce el dolor. Con los programas de alivio del dolor la electroestimulación permite tratar dolores agudos o crónicos localizados, así como los musculares.

Precaución: No use los programas de alivio del dolor durante un período prolongado sin consultar a un médico.

BENEFICIOS DE LA ELECTROESTIMULACIÓN

La electroestimulación es un método muy eficaz para hacer trabajar su musculatura:

- con una mejoría significativa de las distintas cualidades del músculo
- sin fatiga cardiovascular o mental
- con un mínimo impacto en articulaciones y tendones. La electroestimulación permite un mayor reclutamiento fibrilar en comparación con la actividad voluntaria.

Para obtener unos resultados óptimos, Complex recomienda complementar sus sesiones de electroestimulación con otros hábitos, como:

- ejercicio físico regular
- una dieta sana y equilibrada
- un estilo de vida saludable

3. ¿CÓMO FUNCIONA LA TECNOLOGÍA MI (MUSCLE INTELLIGENCE)?

Para acceder a las funciones de MI, es necesario conectar el cable MI-sensor al estimulador.

MI-SCAN

Justo antes de comenzar una sesión de trabajo, la función MI-scan sondea el grupo muscular elegido y ajusta automáticamente los ajustes del estimulador a la excitabilidad de esa zona del cuerpo, dependiendo de su fisiología. Esta función produce una breve secuencia de prueba al comienzo del programa durante la que se toman las mediciones. Al final de la prueba, hay que aumentar la intensidad para iniciar el programa.

MI-TENS

La función MI-tens limita las contracciones musculares no deseadas en las zonas con dolor. Con cada aumento de la intensidad aplicada por el usuario, se produce una fase de prueba y, si se detecta una contracción muscular, el dispositivo disminuye automáticamente la intensidad de estimulación.

MI-RANGE

La función MI-range indica el intervalo ideal de ajuste de la intensidad de la estimulación que se debe seguir en los siguientes programas: recuperación, masaje, capilarización o incluso dolor muscular. Una vez que el dispositivo detecta el intervalo de intensidad ideal, aparece una marca de verificación en la pantalla. Para un trabajo óptimo, la intensidad debe mantenerse dentro de este intervalo.

4. FUNCIONAMIENTO DEL DISPOSITIVO

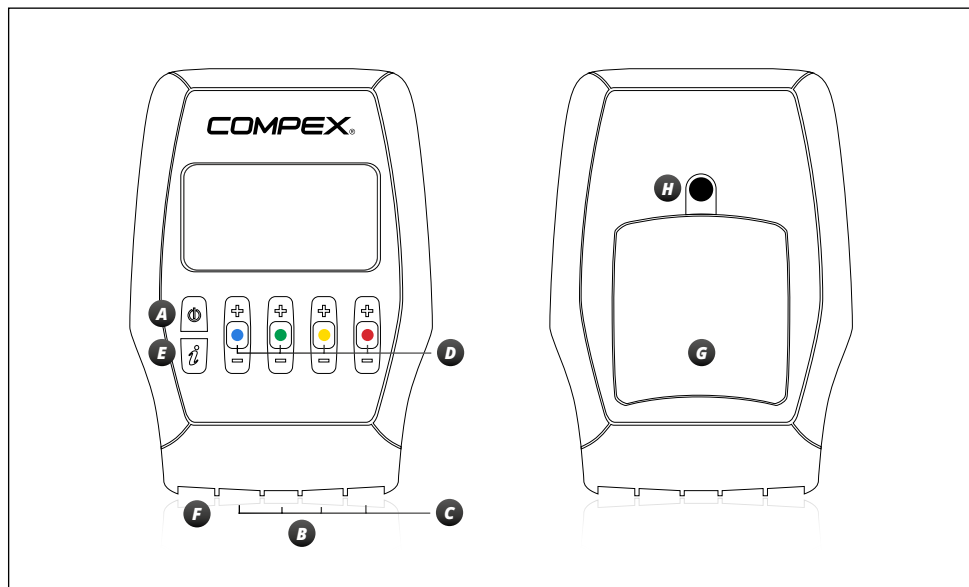
CONTENIDO DEL KIT Y ACCESORIOS

	REF.	CANT.
ESTIMULADOR	1518117	1
CARGADOR	6830XX	1
JUEGO DE 4 CABLES A PRESIÓN	001119	1
CABLE MI-SENSOR	601160	1
BOLSA DE ELECTRODOS PEQUEÑOS 5 X 5	42215	1
BOLSA DE ELECTRODOS GRANDES 5 X 10	42216-4	1
PROSPECTO DE ADVERTENCIA	M307816	1
GUÍA DE INICIO RÁPIDO	4518163	1
MALETÍN DE TRANSPORTE	680029	1
PAQUETE DE BATERÍA	94121X	1



Utilice este dispositivo con los cables, electrodos, batería, adaptador de corriente y accesorios recomendados por Complex.

DESCRIPCIÓN DEL DISPOSITIVO



A Botón de encendido y apagado

B Conexiones para los 4 cables de estimulación

C Cables de estimulación

D Botones +/- para los 4 canales de estimulación

E Botón I, que permite:

- Aumentar las intensidades en varios canales al mismo tiempo
- Acceder al último programa utilizado

F Toma para el cargador (deslice la tapa roja a la derecha para acceder al conector del cargador)

G Compartimento para la batería

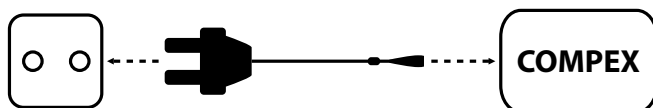
H Salida para insertar el clip del cinturón

INTRODUCCIÓN DE LA BATERÍA

Abra la tapa del compartimento de la batería e introduzca la batería con la etiqueta hacia arriba, de forma que los polos + y - estén opuestos a los contactos del dispositivo. Luego vuelva a colocar la tapa. Si el dispositivo no se va a utilizar durante más de 3 meses, asegúrese de que la batería esté totalmente cargada. Si el dispositivo no se va a utilizar durante más de 6 meses, asegúrese de que la batería esté totalmente cargada y sáquela del estimulador. Apague el estimulador antes de sacar la batería.

CONEXIONES

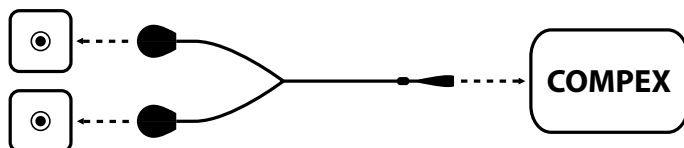
CONEXIÓN DEL CARGADOR



Desenchufe todos los cables del estimulador antes de recargarlo. Conecte el cargador a una toma de corriente y conecte el estimulador deslizando la tapa roja hacia la derecha para acceder al conector del cargador. Se recomienda encarecidamente cargar completamente la batería antes de su primer uso para mejorar su rendimiento y vida útil.

CONEXIÓN DE LOS CABLES

Los cables del estimulador se conectan en las 4 conexiones del frontal inferior del dispositivo. El cable de MI-sensor se puede conectar en cualquier salida de cables del estimulador.



AJUSTES PRELIMINARES

Compex permite la posibilidad de realizar diferentes ajustes (selección de idioma, contraste y sonido). Con el dispositivo apagado mantenga pulsado el botón de encendido/apagado durante al menos 2 segundos y aparecerá la pantalla de opciones.



B Pulse el botón +/- del canal 1 para seleccionar el idioma a utilizar.

C Pulse el botón +/- del canal 2 para ajustar el contraste de la pantalla.

D Pulse el botón +/- del canal 3 para ajustar el volumen.

E Pulse el botón +/- del canal 4 para ajustar la retroiluminación.

ON: retroiluminación siempre activa.

OFF: retroiluminación siempre inactiva.

AUTO: retroiluminación activa cada vez que se pulsa un botón.

A Pulse el botón de encendido/apagado para confirmar y guardar sus opciones. Los ajustes se aplican de inmediato.

ELEGIR UNA CATEGORÍA

N.B. Las siguientes pantallas son ejemplos genéricos, pero funcionan de la misma forma con independencia del dispositivo que tenga.

Para encender el estimulador, pulse brevemente el botón de encendido/apagado.

Antes de seleccionar un programa, debe seleccionar la categoría que desea.



A Pulse el botón de encendido/apagado para apagar el dispositivo.

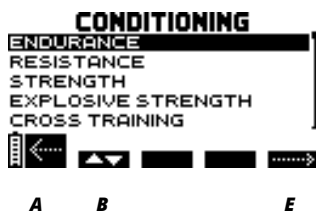
B Pulse el botón +/- del canal 1 para seleccionar una categoría.

E Pulse el botón +/- del canal 4 para confirmar la selección.

LAST

Para acceder al último programa utilizado, pulse el botón I. Luego, seleccione el programa deseado e inícielo.

SELECCIONAR UN PROGRAMA



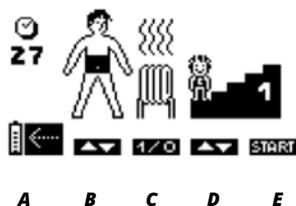
A Pulse el botón de encendido/apagado para volver a la pantalla anterior.

B Pulse el botón +/- del canal 1 para seleccionar un programa.

E Pulse el botón +/- del canal 4 para confirmar la selección.

PERSONALIZACIÓN DE UN PROGRAMA

N.B. La pantalla de personalización de un programa no es accesible para todos los programas



A Pulse el botón de encendido/apagado para volver a la pantalla anterior.

B Pulse el botón +/- del canal 1 para seleccionar el grupo muscular que quiera estimular.

C Pulse el botón +/- del canal 2 para saltar la fase de calentamiento.

D Pulse el botón +/- del canal 3 para seleccionar el ciclo de estimulación.

E Pulse el botón +/- del canal 4 para confirmar la selección e iniciar la sesión de estimulación.

N.B. Si un cable MI-sensor se conecta al estimulador, la selección del grupo muscular se realiza automáticamente.

N.B. Es recomendable comenzar con el primer ciclo y pasar al siguiente cuando lo termine, normalmente después de 4-6 semanas de estimulación con 3 sesiones semanales. También es importante haber alcanzado intensidades de estimulación significativas en las sesiones antes de pasar a otro ciclo. Al finalizar el ciclo, puede comenzar uno nuevo o llevar a cabo el entrenamiento de mantenimiento de una sesión por semana.

PRUEBA DE MI-SCAN

N.B. Consulte el capítulo "Cómo funciona la tecnología MI".

Si conecta el cable MI-sensor, la prueba MI-scan comienza inmediatamente después de seleccionar el programa.

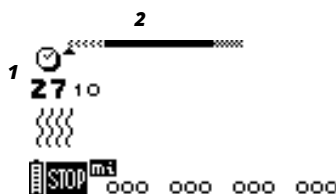


A

A Pulse el botón de encendido y apagado para detener la prueba. Los botones +/- de los 4 canales están inactivos durante toda la prueba.

AJUSTAR LAS INTENSIDADES DE ESTIMULACIÓN

Cuando inicie un programa, se le pedirá que aumente la intensidad de estimulación. Este paso es esencial para una realización correcta.



A B C D E

- 1** Duración del programa en minutos y segundos
- 2** Barra de progreso del programa. Para ver los detalles de funcionamiento, consulte el siguiente párrafo: "Progreso del programa"

A Pulse el botón de encendido/apagado para poner la unidad en el modo de pausa.

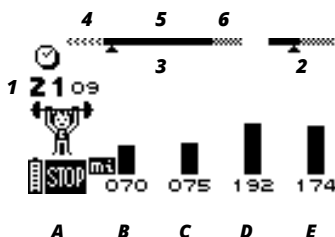
B C D E Los cuatro canales parpadean, yendo de 000 a +. Para iniciar la sesión debe aumentar la intensidad de estimulación. Para ello, pulse los botones + de los canales correspondientes hasta lograr el ajuste deseado.

N.B. Para aumentar las intensidades en varios canales al mismo tiempo, pulse el botón I y luego aumente las intensidades. Los canales interdependientes se muestran en blanco sobre fondo negro.

PROGRESO DEL PROGRAMA

La estimulación se inicia correctamente una vez que se ha aumentado la intensidad.

Los ejemplos siguientes explican las normas generales. Puede haber ligeras diferencias en función del programa.



- 1** Tiempo restante (en minutos y segundos) hasta la finalización de un programa
- 2** La barra de duración que muestra la duración de la contracción y la duración del descanso activo solo se muestra durante la secuencia de trabajo
- 3** Secuencias de la sesión
- 4** Calentamiento
- 5** Período de trabajo
- 6** Relajación

A Pulse el botón de encendido/apagado para interrumpir temporalmente el programa. Para reanudarlo, pulse el botón +/- del canal 4. La sesión se reanudará a un 80 % del nivel de intensidad utilizado antes de que se interrumpiera el programa.

N.B. En modo de pausa, y en función del programa, es posible que se muestren las estadísticas de uso:

MAX = la intensidad máxima alcanzada por canal durante las fases de contracción

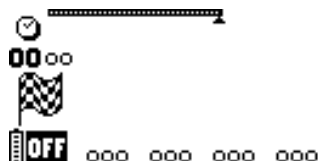
AVG = el promedio de intensidad de todos los canales aplicada durante las fases de contracción

B C D E Las diferentes intensidades alcanzadas durante la fase de contracción se muestran en forma de barras verticales negras; las intensidades de la fase de reposo se indican mediante barras rayadas.

Tenga en cuenta que las intensidades de estimulación de la fase de reposo activo se ajustan automáticamente al 50 % de las intensidades de contracción. Durante la fase de reposo se pueden cambiar. Una vez cambiadas, son completamente independientes de las intensidades de contracción.

TERMINAR UN PROGRAMA

Al finalizar una sesión se mostrará la siguiente pantalla. Para detener el estimulador, pulse el botón de encendido/apagado.



N.B. En función del programa, pueden mostrarse las estadísticas de uso (consulte el capítulo anterior, “Progreso del programa”)

NIVEL Y CARGA DE LA BATERÍA

El rendimiento de la batería depende del programa y de la intensidad de la estimulación aplicada. Se recomienda encarecidamente cargar completamente la batería antes de su primer uso para mejorar su rendimiento y vida útil. Utilice siempre el cargador suministrado por Compex para recargar la batería.

Si el dispositivo no se va a utilizar durante más de 3 meses, asegúrese de que la batería esté totalmente cargada. Si el dispositivo no se va a utilizar durante más de 6 meses, asegúrese de que la batería esté totalmente cargada y sáquela del estimulador. Apague el estimulador antes de sacar la batería.

NIVEL DE LA BATERÍA

El nivel de carga de la batería se indica mediante un icono de batería en la parte inferior izquierda de la pantalla. El icono de la batería parpadea cuando está completamente descargada, momento en el cual ya no se puede utilizar. Recárguela inmediatamente.

RECARGA

Desenchufe todos los cables del estimulador antes de recargarlo. Conecte el cargador a una toma de corriente y conecte el estimulador deslizando la tapa roja hacia la derecha para acceder al conector del cargador.

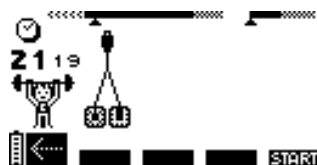
El menú de carga que se muestra a continuación aparece automáticamente.



En la pantalla se muestra duración de la carga. Una vez que finaliza la carga, la batería parpadea. Desconecte el cargador: el estimulador se apagará automáticamente.

5. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

ERROR DEL ELECTRODO



El dispositivo emite un sonido y muestra alternativamente el símbolo del par de electrodos y una flecha que apunta hacia el canal en el que se ha detectado el problema. En el ejemplo anterior, el estimulador ha detectado un error en el canal 1.

Compruebe que los electrodos estén conectados a este canal.

Si los electrodos están viejos, gastados y/o el contacto es deficiente, pruebe a usar electrodos nuevos.

Intente utilizar el cable de estimulación en un canal diferente. Si el cable todavía sigue indicando un error, sustitúyalo.

LA ESTIMULACIÓN NO TRANSMITE LA SENSACIÓN HABITUAL

Compruebe que todos los ajustes sean correctos y que los electrodos estén bien colocados.

Cambie ligeramente la posición de los electrodos.

LA ESTIMULACIÓN CAUSA MALESTAR

Los electrodos pierden su capacidad adhesiva y ya no proporcionan un contacto adecuado con la piel.

Los electrodos están gastados y deben sustituirse.

Cambie ligeramente la posición de los electrodos.

EL ESTIMULADOR NO FUNCIONA

```

PLEASE CONTACT
YOUR AGENT !

NER : 04
MENUS : 1/0
ERROR : 1/0/0

```



Si se muestra una pantalla de error durante el uso, anote el número de error (en el ejemplo, el número de error es 1/0/0) y póngase en contacto con el centro de servicio al cliente aprobado por Complex.

LA BATERÍA TIENE MUY Poca CARGA

Si aparece la siguiente pantalla, apague el dispositivo y conecte el cargador.

```

CHECK...

SWITCH OFF &
PLUG CHARGER!
Need recovery

```



Si la batería está casi agotada, comenzará un ciclo de recuperación que dura 2 minutos.

```

CHARGING...
wait 2 min /

```



Cuando termine, si la batería funciona correctamente, se iniciará la carga; en este caso, se recomienda encarecidamente llevar a cabo un ciclo de carga/descarga de la batería presionando el botón del canal 4  para poner en marcha este ciclo, que puede tardar hasta 12 horas. Si a pesar de todo sigue fallando, aparecerá la siguiente pantalla y deberá sustituir la batería.

**REPLACE
BATTERY !!!**



6. MANTENIMIENTO DEL DISPOSITIVO

GARANTÍA

Consulte el folleto adjunto.

MANTENIMIENTO

Limpie con un paño suave y un detergente sin disolventes con base de alcohol. Utilice la menor cantidad de líquido posible para limpiar el dispositivo. No desmonte el estimulador o el cargador, ya que contienen componentes de alto voltaje que pueden causar electrocución. Este procedimiento deben llevarlo a cabo técnicos o servicios de reparación autorizados por Compex. El estimulador no necesita calibración. Si su estimulador tiene piezas que parecen estar desgastadas o defectuosas, póngase en contacto con el centro de servicio al cliente de Compex más cercano.

CONDICIONES DE ALMACENAMIENTO/TRANSPORTE Y USO

	ALMACENAMIENTO Y TRANSPORTE	USO
TEMPERATURA	-20 °C A 45 °C	0 °C A 40 °C
HUMEDAD RELATIVA MÁXIMA	75 %	30 % A 75 %
PRESIÓN ATMOSFÉRICA	DE 700 HPA A 1060 HPA	DE 700 HPA A 1060 HPA

No utilizar en zonas con riesgo de explosión.

ELIMINACIÓN

Las baterías deben eliminarse cumpliendo los requisitos normativos nacionales en vigor. Todo producto con la etiqueta RAEE, cuyo símbolo es un cubo de basura con ruedas tachado, debe separarse de los residuos domésticos y enviarse a centros especializados de recogida para su reciclaje y recuperación.

7. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

INFORMACIÓN GENERAL

Batería recargable de níquel metalhidruro (NiMH), 94121x (4,8 V / ≥ 1200 mA/h).

Cargadores de batería: solo se pueden utilizar cargadores de batería con el n.º de referencia n6830xx para recargar las baterías suministradas con el estimulador.

NEUROESTIMULACIÓN

Todas las especificaciones eléctricas se indican con una impedancia de 500 a 1000 ohmios por canal.

Canales: cuatro canales independientes y ajustables individualmente, eléctricamente aislados entre sí.

Forma del pulso: corriente rectangular constante con compensación de pulso para eliminar todo componente de corriente continua y evitar la polarización residual en la piel.

Intensidad máxima de pulso: 120 mA.

Incrementos de intensidad de pulso: ajuste manual de la intensidad de estimulación de 0 a 999 (energía) en incrementos mínimos de 0,5 mA.

Amplitud del pulso: de 60 a 400 μ s.

Carga eléctrica máxima por pulso: 96 microcoulombios (2 x 48 μ C, compensada).

Tiempo de subida estándar del pulso: 3 μ s (20 %-80 % de la corriente máxima).

Frecuencia del pulso: 1 a 150 Hz.

INFORMACIÓN SOBRE LA COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA (CEM)

El estimulador se ha diseñado para utilizarse en los entornos domésticos típicos autorizados de conformidad con la norma de seguridad EMC EN 60601-1-2.

Este dispositivo emite niveles muy bajos del intervalo de radiofrecuencia (RF) y, en consecuencia, no es probable que cause interferencias con equipos electrónicos cercanos (radios, ordenadores, teléfonos, etc.)

El estimulador se ha diseñado para resistir las perturbaciones previsibles originadas por descargas electrostáticas y campos magnéticos procedentes de fuentes de alimentación o emisores de radiofrecuencia.

Sin embargo, no es posible garantizar que el estimulador no se vea afectado por campos de RF (radiofrecuencia) potentes originados, por ejemplo, por teléfonos móviles.

Para obtener información más detallada sobre emisiones e inmunidad electromagnéticas, póngase en contacto con Compex.

NORMAS

Para garantizar su seguridad, el estimulador se ha diseñado, fabricado y distribuido en conformidad con los requisitos para dispositivos médicos de la Directiva Europea enmendada 93/42/CEE correspondiente a dispositivos médicos.

El estimulador también cumple con la norma CEI 60601-1 correspondiente a los requisitos generales de seguridad para aparatos electromédicos, con la norma CEI 60601-1-2 de compatibilidad electromagnética y con la norma CEI 60601-2-10 de requisitos de seguridad especiales para estimuladores nerviosos y musculares

De conformidad con las normas internacionales en vigor, se debe indicar una advertencia sobre la aplicación de electrodos en el pecho (aumento del riesgo de fibrilación cardíaca).

El estimulador también es conforme a la Directiva 2002/96/CEE sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE).

8. TABLA CEM

El Compex obliga a tomar determinadas precauciones especiales en relación con la compatibilidad electromagnética y debe instalarse y ponerse en servicio de acuerdo con los datos en la materia incluidos en este manual.

Todos los materiales de transmisión inalámbrica por radiofrecuencia (RF) pueden afectar al Compex. El uso de accesorios, sensores y cables distintos de los indicados por el fabricante pueden provocar unas emisiones mayores o disminuir la inmunidad del Compex. El Compex no debe colocarse o apilarse junto con otros equipos; si fuera preciso hacerlo, se debe comprobar el buen funcionamiento del Compex con la configuración elegida.

RECOMENDACIONES Y DECLARACIÓN DEL FABRICANTE SOBRE EMISIONES ELECTROMAGNÉTICAS		
El Compex está previsto para ser utilizado en el entorno electromagnético que se especifica a continuación. Conviene que el cliente o usuario del Compex se asegure de que se utiliza en ese entorno.		
PRUEBA DE EMISIONES	CONFORMIDAD	ENTORNO ELECTROMAGNÉTICO - GUÍA
Emisiones RF CISPR 11	Grupo 1	El Compex utiliza la energía de radiofrecuencia únicamente para su funcionamiento interno. Por tanto, sus emisiones de radiofrecuencia son muy bajas y no son susceptibles de provocar interferencias con los aparatos electrónicos cercanos.
Emisiones RF CISPR 11	Clase B	
Emisiones armónicas IEC 61000-3-2	Clase A	El Compex puede utilizarse en cualquier lugar, incluido el domicilio particular y lugares directamente conectados a la red pública de alimentación eléctrica de baja tensión que da servicio a los edificios residenciales.
Fluctuaciones de tensión / oscilación de las emisiones IEC 61000-3-3	Complies	

RECOMENDACIONES Y DECLARACIÓN DEL FABRICANTE NOTA- INMUNIDAD ELECTROMAGNÉTICA

Complex se ha diseñado para utilizarse en el entorno electromagnético que se indica a continuación. El comprador o usuario del Complex debe asegurarse de utilizarlo en el entorno indicado.

TEST DE INMUNIDAD	NIVEL DE TEST IEC 60601	NIVEL DE CUMPLIMIENTO	ENTORNO ELECTROMAGNÉTICO - GUÍA
Descarga electroestática (DES) CEI 61000-4-2	± 6 kV al contacto ± 8 kV en el aire	± 6 kV al contacto ± 8 kV en el aire	Los suelos deben ser de madera, hormigón y baldosas cerámicas. Si los suelos están cubiertos con material sintético, la humedad relativa debe mantenerse a un mínimo del 30%.
Transitorias eléctricas rápidas en ráfagas CEI 61000-4-4	± 2 kV para líneas de alimentación eléctrica ± 1 kV para líneas de entrada/salida	±2kV (power lines) Not Applicable (I/O lines)	Conviene que la calidad de la red de alimentación eléctrica sea la de un entorno típico comercial u hospitalario.
Ondas de choque CEI 61000-4-5	± 1 kV modo diferencial ± 2 kV modo común	±1kV Line to Line Not Applicable (Line to Earth)	Conviene que la calidad de la red de alimentación eléctrica sea la de un entorno típico comercial u hospitalario.
Bajadas de tensión, cortes breves y variaciones de tensión en las líneas de entrada de alimentación eléctrica CEI 61000-4-11	< 5% UT (bajada del > 95% de UT) durante 0,5 ciclo < 40% UT (bajada del > 60% de UT) durante 5 ciclos{} < 70% UT (bajada del > 30% de UT) durante 25 ciclos < 5% UT (bajada del > 95% de UT) durante 5 segundos	< 5% UT (bajada del > 95% de UT) durante 0,5 ciclo < 40% UT (bajada del > 60% de UT) durante 5 ciclos{} < 70% UT (bajada del > 30% de UT) durante 25 ciclos < 5% UT (bajada del > 95% de UT) durante 5 segundos	Conviene que la calidad de la red de alimentación eléctrica sea la de un entorno típico comercial u hospitalario. Si el usuario del Complex exige el funcionamiento continuado durante los cortes de la red de alimentación eléctrica, se recomienda alimentar el Complex a partir de una alimentación con energía sin cortes o una batería.
Campo magnético con la frecuencia de la red eléctrica (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Conviene que los campos magnéticos con la frecuencia de la red eléctrica tengan las características de nivel de un lugar representativo situado en un entorno típico comercial u hospitalario.

NOTA: UT es la tensión de la red alternativa antes de la aplicación del nivel de prueba.

RECOMENDACIONES Y DECLARACION DEL FABRICANTE NOTA- INMUNIDAD ELECTROMAGNETICA			
Complex se ha disenado para utilizarse en el entorno electromagnetico que se indica a continuacion. El comprador o usuario del Complex debe asegurarse de utilizarlo en el entorno indicado.			
TEST DE INMUNIDAD	NIVEL DE TEST IEC 60601	NIVEL DE CUMPLIMIENTO	ENTORNO ELECTROMAGNÉTICO - GUÍA
RF conducida IEC 61000-4-6	3 Vrms de 150 kHz a 80 MHz	3Vrms	Los aparatos de comunicaciones portátiles y móviles por RF sólo deben utilizarse en relación con el Complex y sus cables a una distancia no inferior a la separación recomendada y calculada a partir de la ecuación apropiada a la frecuencia del transmisor. Separación recomendada $d = 1.2 \sqrt{P}$ $d = 1.2 \sqrt{P} \text{ 80 MHz a 800 MHz}$ $d = 2.3 \sqrt{P} \text{ 800 MHz a 2,5 GHz}$ Donde P es el índice de flujo de tensión máxima del transmisor en vatios (W) fijado por las especificaciones del fabricante y d es la separación recomendada en metros (m). La intensidad del campo de los transmisores de RF fijos, tal y como la determina un estudio electromagnético a debe ser menor al nivel de observancia que se encuentra en cada horquilla de frecuencia b. Puede producirse un fenómeno parásito en proximidad con cualquier aparato identificado mediante este símbolo: 
RF radiada IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz a 2,5 GHz	3V/m	
	10 V/m 26 MHz a 1 GHz	10V/m	
NOTA 1: de 80 kHz y a 800 MHz, se aplica la amplitud de alta frecuencia.			
NOTA 2: estas directivas pueden no resultar convenientes para determinadas situaciones. La propagación electromagnética se modifica mediante la absorción y reflexión procedente de los edificios, los objetos y las personas.			
a La intensidad de campo procedente de transmisores fijos, como las estaciones de base de un teléfono por radio (móvil/inalámbrico) y una radio móvil, los equipos de radioaficionado, las emisiones de radio AM y FM y las emisiones de televisión no pueden predecir con exactitud. Se debe prever un análisis del entorno electromagnético del lugar para calcular el entorno electromagnético procedente de transmisores fijos de RF. Si la intensidad del campo medido en el entorno en el que se encuentra el Complex supera el nivel de cumplimiento de RF apropiado anteriormente indicado, conviene comprobar el correcto funcionamiento del Complex. En caso de producirse un funcionamiento anormal, pueden imponerse nuevas medidas, como la reorientación o el desplazamiento del Complex. b Por encima de la amplitud de frecuencia de 150 kHz a 80 MHz, la intensidad de los campos debe situarse por debajo de 3 V/m.			

SEPARACIONES RECOMENDADAS ENTRE LOS APARATOS DE COMUNICACIONES PORTÁTILES Y MÓVILES Y EL COMPEX

El CompeX se ha diseñado para los entornos electromagnéticos en los que se controlan las turbulencias de radiofrecuencias radiadas. El comprador o usuario del CompeX puede contribuir a prevenir los parásitos electromagnéticos respetando una distancia mínima entre los aparatos de comunicación portátiles y móviles por radiofrecuencias (transmisores) y el CompeX de acuerdo con la tabla de recomendaciones que sigue y en función del flujo eléctrico máximo del aparato de telecomunicaciones.

ÍNDICE DE FLUJO ELÉCTRICO MÁXIMO DEL TRANSMISOR W	SEPARACIÓN EN FUNCIÓN DE LA FRECUENCIA DEL TRANSMISOR MCISPR 11		
	150 KHZ A 80 MHZ D = 1.2 √P	80 MHZ A 800 MHZ D = 1.2 √P	800 MHZ A 2,5 GHZ D = 2.3 √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

En el caso de los transmisores cuyo flujo eléctrico máximo no figure en la tabla anterior, la separación recomendada en metros (m) puede calcularse mediante la ecuación apropiada a la frecuencia del transmisor, según la cual, P es el índice máximo de flujo eléctrico del transmisor en vatios (W) tal y como lo haya fijado el fabricante del transmisor.

NOTA 1: A 80 MHz y a 800 MHz, se aplica la separación de la amplitud de alta frecuencia.

NOTA 2: Estas directivas pueden no resultar convenientes para determinadas situaciones. La propagación electromagnética se modifica mediante la absorción y reflexión procedente de los edificios, los objetos y las personas.

9. PROGRAMAS

CATEGORÍA PREVENCIÓN				
PROGRAMAS	EFFECTOS	UTILIZACIONES	INTENSIDADES DE ESTIMULACIÓN	FUNCIÓN $m\dot{i}$ SI EL CABLE $m\dot{i}$ -SENSOR
PREVENCIÓN ESQUINCE DE TOBILLO	Aumento de la velocidad de contracción y de la fuerza de los músculos peroneos laterales	Para evitar la recaída tras un esguince de tobillo cuyo tratamiento inicial autoriza retomar la actividad deportiva	Intensidad máxima soportable (0-999)	$m\dot{i}$ -SCAN
PREVENCIÓN DE CALAMBRES	Mejora de la circulación para prevenir la aparición de calambres durante la noche o al realizar esfuerzos	Los calambres se producen básicamente en los músculos de los miembros inferiores, especialmente en los músculos de la pantorrilla	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	$m\dot{i}$ -SCAN $m\dot{i}$ -RANGE
PREVENCIÓN DE LUMBALGIA	Mejora del mantenimiento de la zona baja de la espalda por los músculos abdominales y lumbares	Para reducir el riesgo de que se produzcan episodios dolorosos en la zona baja de la espalda	Intensidad máxima soportable (0-999)	$m\dot{i}$ -SCAN

CATEGORÍA ANTI-DOLOR

PROGRAMAS	EFFECTOS	UTILIZACIONES	INTENSIDADES DE ESTIMULACIÓN	FUNCIÓN <i>mi</i> SI EL CABLE <i>mi</i>-SENSOR
TENDINITIS AGUDA	Alivio del dolor mediante el bloqueo de la transmisión de influjos dolorosos	De una a varias veces al día durante la fase aguda de la afección	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta experimentar una sensación clara de hormigueo	<i>mi</i>-TENS
TENDINITIS CRÓNICA	Mejora del estado de convalecencia provocado por tendinitis mediante el aumento local de la circulación sanguínea y el efecto anti-dolor conseguido con la liberación de endorfinas	Después de la desaparición de signos antiinflamatorios, durante la fase crónica de la afección	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
LUMBALGIA	Acción analgésica por liberación de endorfinas Aumento del flujo sanguíneo	Corriente antálgica específicamente adaptada a los dolores persistentes en la zona baja de la espalda (zona lumbar)	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
ESGUINCE DE TOBILLO	Alivio del dolor mediante el bloqueo de la transmisión de influjos dolorosos	Varias sesiones al día intercaladas con la aplicación repetida de hielo	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta experimentar una sensación clara de hormigueo	<i>mi</i>-TENS
DESCONTRACTURANTE	Disminución de la tensión muscular Efecto relajante y descontracturante	Contra los dolores musculares recientes y localizados	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE

CATEGORÍA PREPARACIÓN FÍSICA

PROGRAMAS	EFFECTOS	UTILIZACIONES	INTENSIDADES DE ESTIMULACIÓN	FUNCIÓN <i>mi</i> SI EL CABLE <i>mi</i> -SENSOR
CINTURA PÉLVICA	Mejora de la estabilidad del tronco	En temporada de preparación o para el mantenimiento a lo largo de toda la temporada deportiva	Intensidad máxima soportable (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
RESISTENCIA AERÓBICA	Aumento del consumo de oxígeno en el músculo Mejora del rendimiento durante la realización de un esfuerzo de larga duración	Para corredores con un volumen de entrenamiento voluntario y específico inferior a 5 sesiones a la semana	Intensidad máxima soportable (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
FUERZA	Aumento de la fuerza máxima que el músculo puede desarrollar Mejora de la zancada y de la economía de carrera	Para corredores con un volumen de entrenamiento voluntario y específico superior a 4 sesiones a la semana	Intensidad máxima soportable (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
FUERZA ESPECÍFICA PARA TRAIL	Aumento de la fuerza de contracción muscular Mejora de la carrera en subidas y en terreno accidentado	Para corredores que preparan una prueba de carrera con grandes desniveles	Intensidad máxima soportable (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
OPTIMIZACIÓN DE CARRERA LARGA	Fuerte aumento local del flujo sanguíneo Desarrollo de la red de capilares sanguíneos del músculo estimulado	Después de la sesión de entrenamiento del tipo salida larga, para aumentar los beneficios de ésta sin que se produzca un esfuerzo adicional de las estructuras articulares	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i> -SCAN <i>mi</i> -RANGE
SOBRECOMPENSACIÓN	Aumento de la circulación sanguínea del músculo estimulado Desarrollo de la red de capilares sanguíneos del músculo estimulado	2 sesiones al día, los últimos 4 días antes de la competición	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i> -SCAN <i>mi</i> -RANGE
FARTLEK	Entrenamiento y preparación de los músculos en todos los tipos de trabajo muscular (resistencia aeróbica, fuerza resistencia, fuerza, fuerza explosiva), gracias a las diferentes secuencias de trabajo	Al inicio de la temporada, para "reinicializar" la musculatura después de un periodo de pausa y antes de los entrenamientos más intensos y específicos Durante la temporada, para quienes no quieren privilegiar un sólo tipo de trabajo y prefieren someter su musculatura a diferentes regímenes de trabajo	Intensidad máxima soportable (0-999)	<i>mi</i> -SCAN

CATEGORÍA RECUPERACIÓN

PROGRAMAS	EFFECTOS	UTILIZACIONES	INTENSIDADES DE ESTIMULACIÓN	FUNCIÓN <i>mi</i> SI EL CABLE <i>mi</i> -SENSOR
RECUPERACIÓN ACTIVA	Fuerte aumento del flujo sanguíneo Eliminación acelerada de los residuos de la contracción muscular Efecto endorfinico Efecto relajante y descontracturante	Para favorecer y acelerar la recuperación muscular después de un esfuerzo intenso Debe usarse en el transcurso de las 3 horas después de un entrenamiento intenso o una competición	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
RECUPERACIÓN DE ESFUERZO INTENSO	Aumento importante del flujo sanguíneo que favorece el drenaje de los residuos orgánicos producidos por el esfuerzo Efecto antálgico y descontracturante	Para conseguir la mejor recuperación muscular y la más rápida tras un esfuerzo extenuante Al poder personalizar el ritmo de la sesión, se reduce el riesgo de que se produzcan calambres musculares	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
DISMINUCIÓN DE AGUJETAS	Activación de la circulación sanguínea Alivio del dolor por efectos endorfinicos Reducción de la tonicidad muscular	Reducción de la duración y la intensidad de las agujetas Para utilizarlo los 2 o 3 días siguientes a la competición	Aumenta progresivamente las intensidades de estimulación hasta lograr sacudidas musculares bien pronunciadas	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE

ISTRUZIONI

1. Spiegazione dei simboli	92
2. Come funziona l'elettrostimolazione?	93
3. Come funziona la tecnologia MI (Muscle Intelligence)?	95
4. Funzione del dispositivo	96
Contenuti dei kit e degli accessori	96
Descrizione del dispositivo	97
Inserimento della batteria	98
Collegamenti	98
Impostazioni preliminari	99
Selezione di una categoria	100
Selezione di un Programma	101
Personalizzazione di un Programma	101
Test MI-scan	102
Regolazione delle intensità di stimolazione	102
Progressione del programma	103
Fine di un programma	104
Livello della batteria e carica	104
5. Risoluzione dei problemi	106
6. Manutenzione del dispositivo	109
7. Specifiche tecniche	110
8. Tabella CEM	112
9. Programmi	116



Prima di usare lo stimolatore si consiglia vivamente di leggere attentamente le presenti istruzioni e controindicazioni nonché le misure di sicurezza.

1. SPIEGAZIONE DEI SIMBOLI



Vedere le istruzioni



Parti applicate di tipo BF.



Nome e indirizzo del produttore e data di produzione



Il dispositivo deve essere smaltito separatamente dai rifiuti domestici e conferito presso apposite strutture di raccolta per il riciclo e il recupero



Il tasto stand-by è un tasto multifunzione



Proteggere dalla luce diretta dei raggi solari



Conservare in un luogo asciutto

IP20

on the unit

Si tratta di un'indicazione per la protezione contro l'ingresso di acqua e particelle. Il contrassegno IP20 sull'unità significa che l'unità è protetta da corpi estranei solidi di diametro pari o superiore a 12,5 mm. Non protetta da ingresso dell'acqua.

IP02

on the case

IP02 sulla valigetta per il trasporto significa: Protezione dall'ingresso di gocce da uno scroscio di pioggia.



Non contiene lattice

REF

Numero di riferimento

LOT

Numero di lotto

2. COME FUNZIONA L'ELETTROSTIMOLAZIONE?

L'elettrostimolazione implica la stimolazione di fibre nervose tramite impulsi elettrici trasmessi da elettrodi. Gli impulsi elettrici prodotti dagli stimolatori Compex sono impulsi di alta qualità che sono sicuri, confortevoli ed efficaci e stimolano vari tipi di fibre nervose:

1. I nervi motori, per stimolare una risposta muscolare, a cui si fa riferimento come ESM (elettrostimolazione muscolare).
2. Alcuni tipi di fibre nervose sensoriali per ottenere effetti analgesici o sollievo dal dolore.

1. STIMOLAZIONE DEI NERVI MOTORI (ESM)

Con l'attività volontaria, il cervello ordina ai muscoli di contrarsi e viene quindi inviato un comando alle fibre nervose sotto forma di un segnale elettrico. Il segnale viene quindi inviato alle fibre muscolari, che si contraggono. Il principio dell'elettrostimolazione riproduce accuratamente il processo coinvolto in una contrazione volontaria. Lo stimolatore invia un impulso elettrico alle fibre nervose per eccitarle. L'eccitazione viene quindi trasmessa alle fibre muscolari, causando una risposta meccanica basale (= una scossa muscolare), che rappresenta il requisito fondamentale per la contrazione muscolare. La risposta muscolare ottenuta è, a tutti gli effetti, identica al lavoro muscolare controllato dal cervello. In altre parole, il muscolo non distingue tra un comando inviato dal cervello o dallo stimolatore.

Le impostazioni dei programmi (numero di impulsi al secondo, durata della contrazione, durata del riposo, durata totale del programma) sottopongono il muscolo a tipi diversi di lavoro, a seconda della fibra muscolare. Vari tipi di fibre muscolari possono essere identificati a seconda delle rispettive velocità di contrazione: fibre lente, intermedie e veloci. Un velocista ha chiaramente fibre più veloci e un maratoneta più fibre lente. Conoscendo molto bene la fisiologia umana e padroneggiando perfettamente le impostazioni di stimolazione dei diversi programmi, si può dirigere il lavoro muscolare in modo molto preciso verso l'obiettivo desiderato (potenziamento muscolare, aumento della circolazione sanguigna, rassodamento, ecc.).

2. STIMOLAZIONE DEI NERVI SENSORIALI

Gli impulsi elettrici possono anche eccitare le fibre nervose sensoriali per ottenere effetti analgesici o di sollievo dal dolore. La stimolazione delle fibre nervose sensoriali blocca la trasmissione del dolore al sistema nervoso. La stimolazione di un altro tipo di fibra sensoriale aumenta la produzione di endorfine e quindi riduce il dolore. L'elettrostimolazione può essere usata per trattare dolori localizzati acuti o cronici e dolori muscolari, sfruttando programmi di sollievo dal dolore.

Attenzione: non usare programmi di sollievo dal dolore per un lungo periodo senza consultare il medico.

VANTAGGI DELL'ELETTROSTIMOLAZIONE

L'elettrostimolazione è un metodo molto efficace per far lavorare i muscoli:

- con un miglioramento significativo in varie qualità muscolari
- senza affaticamento cardiovascolare o mentale
- con uno stress limitato esercitato sulle articolazioni e sui tendini. L'elettrostimolazione quindi attiva un maggiore lavoro muscolare rispetto all'attività volontaria.

Per risultati ottimali, Compex consiglia di accompagnare le sessioni di elettrostimolazione con altri impegni, quali:

- esercizio fisico regolare
- una dieta sana e bilanciata
- stile di vita equilibrato

3. COME FUNZIONA LA TECNOLOGIA MI (MUSCLE INTELLIGENCE)?

Per accedere alle funzioni della tecnologia MI, è indispensabile aver collegato il cavo MI-sensor allo stimolatore.

MI-SCAN

Appena prima di avviare una sessione di lavoro, la funzione MI-scan sonda il gruppo di muscoli scelto e regola automaticamente le impostazioni dello stimolatore alle caratteristiche di eccitabilità di quest'area del corpo, a seconda della fisiologia del paziente.

Questa funzione si concretizza, all'inizio del programma, attraverso una breve sequenza di prova nel corso della quale si effettuano delle misurazioni.

MI-TENS

La funzione MI-tens limita le contrazioni muscolari indesiderate in aree dolorose.

Dopo ogni aumento d'intensità applicato dall'utente, si innesta automaticamente una fase di test e, se viene rilevata una contrazione muscolare, il dispositivo riduce automaticamente l'intensità della stimolazione.

MI-RANGE

La funzione MI-range indica l'intervallo ideale di intensità di stimolazione da utilizzare nei programmi: Recupero, Massaggio, Capillarizzazione o anche Dolore muscolare.

Quando il dispositivo ha individuato l'intervallo d'intensità ideale, sullo schermo apparirà un segno di spunta. Per un lavoro ottimale, l'intensità deve essere mantenuta entro questo intervallo.

4. FUNZIONE DEL DISPOSITIVO

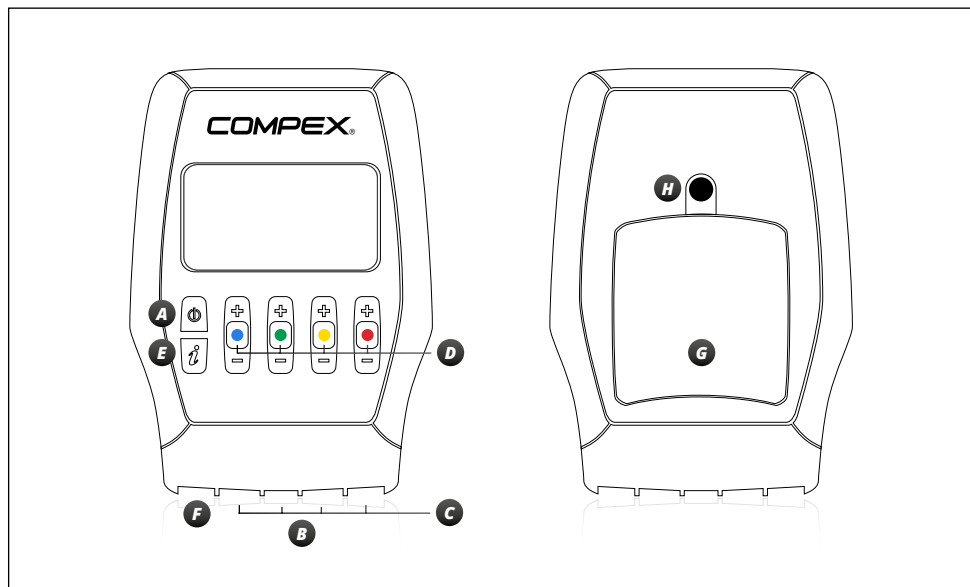
CONTENUTI DEI KIT E DEGLI ACCESSORI

	RIF.	Q.TÀ
STIMOLATORE	1518117	1
CARICATORE	6830XX	1
SET DI 4 CAVI A SCATTO	001119	1
CAVO MI-SENSOR	601160	1
BUSTA DI ELETTRODI PICCOLI 5X5 CM	42215	1
BUSTA DI ELETTRODI GRANDI 5X10 CM	42216-4	1
WARNING SCHEDA	M307816	1
GUIDA RAPIDA ALL'AVVIO	4518163	1
VALIGETTA PER IL TRASPORTO	680029	1
BATTERIA	94121X	1



Utilizzare questo dispositivo esclusivamente con cavi, elettrodi, batterie, adattatori e accessori consigliati da Compex.

DESCRIZIONE DEL DISPOSITIVO



A Tasto on/off

B Prese per i quattro cavi di elettrostimolazione

C Cavi di elettrostimolazione

D Tasti +/- per i quattro canali di elettrostimolazione

E Tasto I, che consente di:

- aumentare le intensità su diversi canali contemporaneamente;
- accedere a l'ultimo programma utilizzato.

F Presa del caricatore (far scorrere verso destra la levetta rossa per mostrare il connettore del caricatore)

G Vano batteria

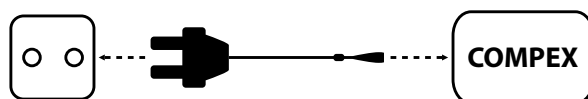
H Presa per la fibbia della cintura

INSERIMENTO DELLA BATTERIA

Aprire il coperchio del vano batteria e inserire la batteria, con l'etichetta rivolta verso l'alto in modo che i terminali + e - si trovino in posizione opposta ai contatti del dispositivo. Quindi riposizionare il coperchio. Se si prevede di non utilizzare il dispositivo per più di 3 mesi, verificare che la batteria sia perfettamente carica. Se si prevede di non utilizzare il dispositivo per più di 6 mesi, verificare che la batteria sia perfettamente carica e toglierla dallo stimolatore. Spegnere lo stimolatore prima di rimuovere la batteria.

COLLEGAMENTI

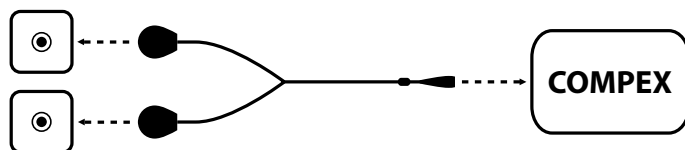
COLLEGAMENTO DEL CARICATORE



Rimuovere tutti i cavi di elettrostimolazione dall'unità prima di avviare la ricarica. Introdurre il caricatore in una presa elettrica e collegare lo stimolatore facendo scorrere la levetta rossa verso destra per mostrare il connettore del caricatore. È vivamente consigliato caricare completamente la batteria prima del primo utilizzo al fine di migliorarne le prestazioni e la durata.

COLLEGAMENTO DEI CAVI

I cavi dello stimolatore si collegano alle 4 prese nella parte anteriore del dispositivo. Il cavo MI-sensor può essere connesso a qualsiasi presa sullo stimolatore.



IMPOSTAZIONI PRELIMINARI

Prima del suo primo utilizzo, è possibile regolare varie impostazioni. Questa schermata delle opzioni può essere visualizzata spegnendo il dispositivo e tenendo premuto il tasto on/off per almeno 2 secondi.



B Premere il tasto +/- del canale 1 per selezionare la lingua da usare.

C Premere il tasto +/- del canale 2 per regolare il contrasto dello schermo.

D Premere il tasto +/- del canale 3 per regolare il volume.

E Premere il tasto +/- del canale 4 per regolare la retroilluminazione.

ON: retroilluminazione sempre attiva.

OFF: retroilluminazione sempre inattiva.

AUTO: la retroilluminazione si attiva ogniqualvolta si preme un tasto.

A Premere il tasto on/off per confermare e salvare le selezioni. Le impostazioni vengono applicate immediatamente.

SELEZIONE DI UNA CATEGORIA

N.B. Le schermate seguenti sono esempi generici, ma funzionano nello stesso modo indifferentemente dal dispositivo posseduto.

Per attivare lo stimolatore, premere brevemente il tasto on/off.

Prima di selezionare un programma si deve selezionare la categoria desiderata.



A Premere il tasto on/off per spegnere il dispositivo.

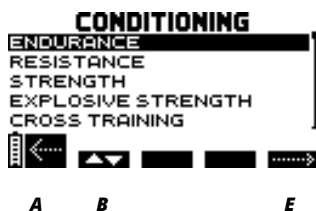
B Premere il tasto +/- del canale 1 per selezionare una categoria.

E Premere il tasto +/- del canale 4 per confermare la propria selezione.

LAST

Premere il tasto I per accedere a l'ultimo programma utilizzato. Da lì, selezionare il programma desiderato e avviarlo.

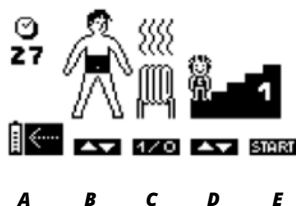
SELEZIONE DI UN PROGRAMMA



- A** Premere il tasto on/off per tornare alla schermata precedente.
- B** Premere il tasto +/- del canale 1 per selezionare un programma.
- E** Premere il tasto +/- del canale 4 per confermare la selezione.

PERSONALIZZAZIONE DI UN PROGRAMMA

N.B. La schermata di personalizzazione di un programma non è accessibile a tutti i programmi



- A** Premere il tasto on/off per tornare alla schermata precedente.
- B** Premere il tasto +/- del canale 1 per selezionare il gruppo muscolare da stimolare.
- C** Premere il tasto +/- del canale 2 per disattivare la fase di riscaldamento.
- D** Premere il tasto +/- del canale 3 per selezionare il ciclo di stimolazione.
- E** Premere il tasto +/- del canale 4 per confermare la selezione e avviare la sessione di stimolazione.

N.B. Se un cavo MI-sensor è collegato allo stimolatore, la selezione del gruppo muscolare avviene in automatico.

N.B. Si raccomanda di iniziare con il 1° ciclo e progredire fino al livello successivo quando il ciclo è completo, normalmente dopo 4-6 settimane di stimolazione, basate su 3 sessioni per settimana. È anche importante aver raggiunto intensità di stimolazione significative nelle sessioni prima di passare a un altro ciclo. Al termine del ciclo è possibile iniziare un nuovo ciclo oppure effettuare un ciclo di mantenimento basato su una sessione a settimana.

TEST MI-SCAN

N.B. Vedere il capitolo "Come funziona la tecnologia MI".

Se il cavo MI-sensor è collegato, immediatamente dopo la selezione del programma si avvia il test MI-scan.



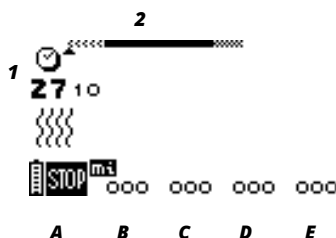
A

A Premere il tasto on/off per arrestare il test.

I tasti +/- dei 4 canali sono inattivi durante tutto il test.

REGOLAZIONE DELLE INTENSITÀ DI STIMOLAZIONE

Quando si avvia un programma, viene richiesto di aumentare le intensità di stimolazione. Questo passaggio è essenziale per la riuscita di una sessione.



A B C D E

1 Durata del programma in minuti e secondi

2 Barra di progressione del programma. Per maggiori informazioni su come funziona, vedere il seguente paragrafo: "Progressione del programma"

A Premere il tasto on/off per mettere l'unità in modo Pausa.

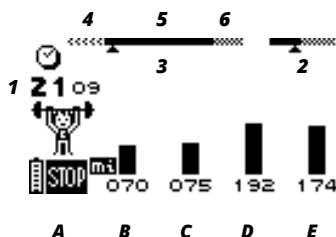
B C D E I quattro canali lampeggiano passando da + a 000. L'intensità della stimolazione deve essere aumentata per essere in grado di avviare la stimolazione. A questo scopo, premere i tasti + dei canali relativi fino a raggiungere l'impostazione desiderata.

N.B. Per aumentare simultaneamente le intensità su diversi canali, premere il tasto I e quindi aumentare le intensità. I canali interdipendenti sono visualizzati in bianco su uno sfondo nero.

PROGRESSIONE DEL PROGRAMMA

La stimolazione può iniziare correttamente solo quando l'intensità della stimolazione è stata aumentata.

Gli esempi di seguito spiegano le regole generali. A seconda del programma, ci possono essere delle leggere differenze.



- 1** Tempo rimanente (in minuti e secondi) fino alla fine di un programma
- 2** La barra di durata che mostra la durata della contrazione e la durata del riposo attivo viene solo mostrata durante la sequenza di lavoro
- 3** Sequenze della sessione
- 4** Riscaldamento
- 5** Periodo di lavoro
- 6** Rilassamento

A Premere il tasto on/off per interrompere temporaneamente il programma. Per ricominciare il programma, premere semplicemente il tasto +/- del canale 4. La sessione viene ripresa all'80% del livello di intensità in uso prima dell'interruzione.

N.B. In modo Pausa e a seconda del programma, le statistiche di utilizzo possono essere visualizzate:

MAX = l'intensità massima raggiunta per canale durante le fasi di contrazione

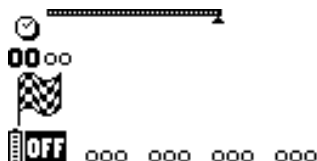
AVG = l'intensità media per tutti i canali applicata durante le fasi di contrazione

B C D E Le varie intensità raggiunte durante la fase di contrazione sono mostrate da una serie di barre nere verticali; le intensità della fase di riposo sono illustrate da barre tratteggiate.

Si noti che le intensità di stimolazione per la fase di riposo attivo sono impostate automaticamente al 50% delle intensità di contrazione. È possibile modificarle durante la fase di riposo. Una volta modificate, saranno completamente indipendenti dalle intensità di contrazione.

FINE DI UN PROGRAMMA

Alla fine di una sessione, viene visualizzata la schermata seguente. Per spegnere lo stimolatore, premere il tasto on/off.



N.B. A seconda del programma, possono essere visualizzate statistiche di utilizzo (vedere il capitolo precedente “Progressione del programma”)

LIVELLO DELLA BATTERIA E CARICA

La prestazione della batteria dipende dal programma e dall'intensità di stimolazione applicata. È vivamente consigliato caricare completamente la batteria prima del primo utilizzo al fine di migliorarne le prestazioni e la durata. Usare sempre il caricatore fornito da Complex per ricaricare la batteria.

Se si prevede di non utilizzare il dispositivo per più di 3 mesi, verificare che la batteria sia perfettamente carica. Se si prevede di non utilizzare il dispositivo per più di 6 mesi, verificare che la batteria sia perfettamente carica e toglierla dallo stimolatore. Spegnerlo lo stimolatore prima di rimuovere la batteria.

LIVELLO DELLA BATTERIA

Il livello di carica della batteria è mostrato da un'icona raffigurante la batteria nella parte inferiore a sinistra dello schermo. L'icona lampeggia quando la batteria è completamente scarica. Non è più possibile utilizzare il dispositivo, che deve essere ricaricato immediatamente.

RICARICA

Rimuovere tutti i cavi di elettrostimolazione dall'unità prima di avviare la ricarica. Introdurre il caricatore in una presa elettrica e collegare lo stimolatore facendo scorrere la levetta rossa verso destra per mostrare il connettore del caricatore.

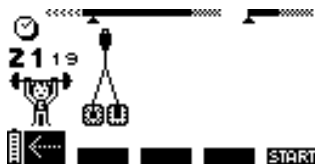
Viene visualizzato automaticamente il menu di carica raffigurato qui sotto.



La durata della carica viene visualizzata sullo schermo. Non appena la carica è terminata, la batteria lampeggia. Scollegare il caricatore; lo stimolatore si spegnerà automaticamente.

5. RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

GUASTO AGLI ELETTRODI



Il dispositivo emette un tono e visualizza alternativamente il simbolo di una coppia di elettrodi e una freccia che punta sul canale in cui è stato rilevato un problema. Nell'esempio sopra riportato, lo stimolatore ha rilevato un errore sul canale 1. Verificare che gli elettrodi siano collegati a questo canale.

Se gli elettrodi sono vecchi, usurati e/o se il contatto è debole, provare nuovi elettrodi.

Provare a usare il cavo di elettrostimolazione su un canale diverso. Se il cavo è ancora difettoso, sostituirlo (www.complexstore.com).

LA STIMOLAZIONE NON PRODUCE LA SENSAZIONE SOLITA

Verificare che tutte le impostazioni siano corrette e che gli elettrodi siano posizionati correttamente.

Cambiare leggermente la posizione degli elettrodi.

LA STIMOLAZIONE GENERA FASTIDIO

Gli elettrodi perdono adesività e non forniscono più un contatto adeguato con la pelle.

Gli elettrodi sono usurati e devono essere sostituiti.

Cambiare leggermente la posizione degli elettrodi.

LO STIMOLATORE NON FUNZIONA

```

PLEASE CONTACT
YOUR AGENT !

NRB : 04
MENUS : 1/0
ERROR : 1/0/0


```

Quando viene visualizzata una schermata di errore durante l'uso, annotare il numero di errore (nell'esempio, il numero di errore è 1/0/0) e contattare il centro di assistenza autorizzato Complex.

LA BATTERIA È MOLTO SCARICA

Se viene visualizzata la schermata seguente, spegnere il dispositivo e collegare il caricatore.

```

CHECK...



SWITCH OFF &
PLUG CHARGER!
Need recovery

```

Se una batteria è molto scarica, si avvierà un ciclo di recupero che dura 2 minuti.

```



CHARGING...
wait 2 min /

```

Quando questo ciclo è terminato, se la batteria funziona correttamente, inizierà a caricare; in questo caso, si consiglia vivamente di effettuare un ciclo di carica/scarica per la batteria premendo il tasto canale 4  per lanciare questo ciclo, che può durare fino a 12 ore. Se, tuttavia, si rivela difettosa, apparirà la schermata seguente e la batteria dovrà essere sostituita.

**REPLACE
BATTERY !!!**



6. MANUTENZIONE DEL DISPOSITIVO

GARANZIA

Vedere il foglio informativo accluso.

MANUTENZIONE

Pulire l'unità con un panno morbido e un detergente a base di alcol privo di solventi. Usare quanto meno liquido possibile per la pulizia del dispositivo. Non smontare lo stimolatore o il caricatore poiché contengono componenti sotto tensione che possono causare folgorazione. Questa operazione deve essere svolta da tecnici o da servizi di riparazione approvati da Compex. Lo stimolatore non richiede calibrazione. Se lo stimolatore contiene parti che sembrano essere usurate o difettose, contattare il centro di assistenza Compex più vicino.

CONDIZIONI PER CONSERVAZIONE/TRASPORTO E USO

	CONSERVAZIONE E TRASPORTO	USO
TEMPERATURA	DA -20 °C A 45 °C	DA 0 °C A 40 °C
UMIDITÀ RELATIVA MASSIMA	75%	DAL 30% AL 75%
PRESSIONE ATMOSFERICA	DA 700 A 1060 HPA	DA 700 A 1060 HPA

Non usare in aree a rischio di esplosione.

SMALTIMENTO

Le batterie devono essere smaltite in conformità alle disposizioni di legge locali in vigore. Tutti i prodotti che riportano l'etichetta RAEE (un bidone contrassegnato con una "X") non possono essere smaltiti insieme ai rifiuti domestici e devono essere inviati a speciali centri di raccolta per il riciclo e il recupero.

7. SPECIFICHE TECNICHE

INFORMAZIONI DI CARATTERE GENERALE

Batteria all'idruro di nichel metallico (NiMH) ricaricabile 94121x (4,8 V / ≥ 1200 mA/h).

Caricatori: per ricaricare le batterie fornite con lo stimolatore, utilizzare solo i caricatori con numero di componente 6830xx.

NEUROSTIMOLAZIONE

Tutte le specifiche elettriche si riferiscono a un'impedenza compresa tra 500 e 1.000 ohm per canale.

Canali: quattro canali indipendenti regolabili singolarmente e isolati elettricamente l'uno dall'altro.

Forma degli impulsi: corrente rettangolare costante compensata, così da escludere qualsiasi componente di corrente continua per evitare polarizzazioni residue a livello cutaneo.

Intensità massima di un impulso: 120 mA.

Incrementi di intensità di un impulso: regolazione manuale dell'intensità di stimolazione da 0 a 999 (energia) con incrementi minimi di 0,5 mA.

Ampiezza dell'impulso: da 60 a 400 μ s.

Carica elettrica massima per impulso: 96 microcoulomb (2 x 48 μ C compensato).

Tempo di salita tipico di un impulso: 3 μ s (dal 20% all'80% della corrente massima).

Frequenza degli impulsi: da 1 a 150 Hz.

INFORMAZIONI SULLA COMPATIBILITÀ ELETTROMAGNETICA (CEM)

Lo stimolatore è progettato per l'uso in ambienti domestici tipici, approvato in conformità alla norma di sicurezza EMC 60601-1-2.

Questo dispositivo emette livelli estremamente bassi nell'intervallo delle radiofrequenze (RF) e pertanto non dovrebbe causare interferenze alle vicine apparecchiature elettroniche (radio, computer, telefoni, ecc.).

Lo stimolatore è immune dai disturbi generati da scarica elettrostatica, campi magnetici di alimentatori di rete o emettitori di frequenze radio.

Tuttavia, non è possibile garantire l'immunità dello stimolatore da campi RF di particolare intensità generati, ad esempio, da cellulari.

Per ulteriori informazioni sulle emissioni e l'immunità elettromagnetica, contattare Complex.

NORME

A garanzia della sicurezza degli utenti, lo stimolatore è stato progettato, fabbricato e distribuito in ottemperanza ai requisiti della Direttiva Europea 93/42/CEE sulle apparecchiature elettromedicali e relative modifiche.

Lo stimolatore è inoltre conforme alla norma CEI 60601-1 relativa alle prescrizioni generali per la sicurezza degli apparecchi elettromedicali, alla norma CEI 60601-1-2 sulla compatibilità elettromagnetica e alla norma CEI 60601-2-10 relativa alle prescrizioni particolari per la sicurezza degli stimolatori neuromuscolari.

Conformemente alle attuali norme internazionali in vigore, deve essere dato un avvertimento circa l'applicazione di elettrodi sul torace (aumento del rischio di fibrillazione cardiaca).

Lo stimolatore è inoltre conforme alla direttiva 2002/96/CEE sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE).

8. TABELLA CEM

Il Compex richiede speciali precauzioni concernenti le CEM e deve essere installato e messo in servizio secondo le informazioni riportate nelle CEM del presente manuale. Tutti i dispositivi per la trasmissione senza fili RF possono influire sul Compex. L'utilizzo di accessori, sensori e cavi diversi da quelli indicati dal produttore può determinare emissioni di maggiore intensità o la diminuzione dell'immunità del Compex. Il Compex non andrebbe utilizzato in prossimità di un altro apparecchio o appoggiato su di esso, nel caso sia necessario collocarlo in una di queste posizioni, si dovrebbe controllare che il Compex funzioni correttamente nella configurazione impiegata.

RACCOMANDAZIONI E DICHIARAZIONE DEL PRODUTTORE EMISSIONI ELETTROMAGNETICHE		
Il Compex è concepito per essere utilizzato nell'ambiente elettromagnetico specificato di seguito. È opportuno che il cliente o l'utente del Compex si accerti che questo apparecchio venga utilizzato in un ambiente di questo tipo.		
PROVA DI EMISSIONE	CONFORMITÀ	AMBIENTE ELETTROMAGNETICO - GUIDA
CISPR 11 Emissioni RF	Gruppo 1	Il Compex utilizza energia RF unicamente per il suo funzionamento interno. Di conseguenza, le emissioni RF sono molto deboli e non sono responsabili della produzione di interferenze in un apparecchio elettronico vicino.
CISPR 11 Emissioni RF	Classe B	
Emissioni armoniche IEC 61000-3-2	Gruppo A	Il Compex è indicato per essere usato in qualsiasi edificio, compresi case private e luoghi direttamente collegati alla rete elettrica pubblica a bassa tensione che rifornisce le abitazioni residenziali.
Fluttuazioni di tensione / Oscillazioni di emissioni IEC 61000-3-3	Complies	

RACCOMANDAZIONI E DICHIARAZIONE DEL PRODUTTORE - IMMUNITÀ ELETTROMAGNETICA

Compex è concepito per un impiego nell'ambiente elettromagnetico definito qui di seguito. L'acquirente o l'utilizzatore del Compex deve accertarsi che l'apparecchio venga utilizzato nell'ambiente indicato.

TEST D'IMMUNITÀ	LIVELLO DEL TEST IEC 60601	LIVELLO D'OSSERVANZA	AMBIENTE ELETTROMAGNETICO — GUIDA
Scarica elettrostatica (DES) CEI 61000-4-2	± 6 kV a contatto ± 8 kV nell'aria	± 6 kV a contatto ± 8 kV nell'aria	I pavimenti devono essere in legno, cemento o in piastrelle di ceramica. Se i pavimenti sono rivestiti di materiale sintetico, l'umidità relativa deve essere mantenuta su un livello minimo del 30%.
Transitorie elettriche rapide a scarica CEI 61000-4-4	± 2 kV per linee di alimentazione elettrica ± 1 kV per linee di entrata/uscita	±2kV (power lines) Not Applicable (I/O lines)	È opportuno che la qualità della rete di alimentazione elettrica sia uguale a quella di un tipico ambiente commerciale o ospedaliero.
Onde d'urto CEI 61000-4-5	± 1 kV modo differenziale ± 2 kV modo comune	±1kV Line to Line Not Applicable (Line to Earth)	È opportuno che la qualità della rete di alimentazione elettrica sia uguale a quella di un tipico ambiente commerciale o ospedaliero.
Avaria di tensione, interruzioni brevi e variazioni di tensione su linee di entrata di alimentazione elettrica CEI 61000-4-11	< 5% UT (avaria >95% di UT) durante 0,5 cicli 40% UT (avaria 60% di UT) durante 5 cicli 70% UT (avaria 30% di UT) durante 25 cicli <5% UT (avaria >95% di UT) durante 5 secondi	< 5% UT (avaria >95% di UT) durante 0,5 cicli 40% UT (avaria 60% di UT) durante 5 cicli 70% UT (avaria 30% di UT) durante 25 cicli <5% UT (avaria >95% di UT) durante 5 secondi	È opportuno che la qualità della rete di alimentazione elettrica sia uguale a quella di un tipico ambiente commerciale o ospedaliero. Se l'utente del Compex richiede il funzionamento continuo durante le interruzioni della rete di alimentazione elettrica, si consiglia di alimentare l'apparecchio con una fonte energetica senza interruzioni o con una batteria.
Campo magnetico alla frequenza della rete elettrica (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	È opportuno che i campi magnetici alla frequenza della rete elettrica presentino caratteristiche simili a quelle di un luogo simbolico situato in un tipico ambiente commerciale o ospedaliero.
NOTA: UT è la tensione della rete alternativa prima dell'applicazione del livello di prova.			

RACCOMANDAZIONI E DICHIARAZIONE DEL PRODUTTORE - IMMUNITÀ ELETTROMAGNETICA

Compex è concepito per un impiego nell'ambiente elettromagnetico definito qui di seguito. L'acquirente o l'utilizzatore del Compex deve accertarsi che l'apparecchio venga utilizzato nell'ambiente indicato.

TEST D'IMMUNITÀ	LIVELLO DEL TEST IEC 60601	LIVELLO D'OSSERVANZA	AMBIENTE ELETTROMAGNETICO — GUIDA
RF condotta IEC 61000-4-6	3 Vrms da 150 kHz a 80 MHz	3Vrms	Gli apparecchi di comunicazione portatili e mobili RF possono essere utilizzati insieme al Compex e ai suoi cavi soltanto se posti ad una distanza non inferiore a quella consigliata e calcolata a partire dall'equazione adatta per la frequenza del trasmettitore. Distanza consigliata $d = 1.2 \sqrt{P}$ $d = 1.2 \sqrt{P} \text{ 80 MHz a 800 MHz}$ $d = 2.3 \sqrt{P} \text{ 800 MHz a 2,5 GHz}$ In base a cui P è il tasso della portata di tensione massima del trasmettitore in watts (W) stabilito dalle specifiche del produttore e in base a cui d è la distanza consigliata in metri (m). L'intensità del campo dei trasmettitori fissi RF, così come determinata da un'analisi elettromagnetica a deve essere inferiore al livello d'osservanza presente in ogni gamma di frequenze. b. Posso verificarsi disturbi in prossimità di qualsiasi apparecchio contrassegnato dal simbolo seguente: 
RF irradiata IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz a 2,5 GHz	3V/m	
	10 V/m 26 MHz a 1 GHz	10V/m	

NOTA 1: da 80 MHz e a 800 MHz, si applica l'ampiezza di alta frequenza.

NOTA 2: queste direttive possono non essere indicate per determinate situazioni La propagazione elettromagnetica è modificata dall'assorbimento e dalla riflessione dovuti a edifici, oggetti e persone.

^a L'intensità del campo generato da trasmettitori fissi come le stazioni base di un radiotelefono (cellulare/senza fili) e di una radiomobile, da radioamatori, trasmissioni AM e FM di radio ed emittenti TV non può essere prevista con precisione. Può essere necessario prospettare un'analisi dell'ambiente elettromagnetico del luogo per calcolare l'ambiente elettromagnetico generato da trasmettitori fissi RF. Se l'intensità del campo misurata nell'ambiente in cui si trova il Compex supera l'idoneo livello d'osservanza RF sopra indicato, è opportuno controllare il corretto funzionamento del Compex.

^b Oltre l'ampiezza di frequenza da 150 kHz a 80 MHz, l'intensità dei campi deve collocarsi al di sotto di 3 V/m.

DISTANZE CONSIGLIATE TR UN APPARECCHIO DI COMUNICAZIONE PORTATILE E MOBILE E IL COMPEX

Il CompeX è concepito per un ambiente elettromagnetico all'interno del quale siano controllate le turbolenze irradiate RF. L'acquirente o l'utente del CompeX può contribuire a prevenire i disturbi elettromagnetici mantenendo una distanza minima tra gli apparecchi di comunicazione portatili e mobili RF (trasmettitori) e il CompeX in base alla tabella delle raccomandazioni di seguito riportata e in funzione della portata elettrica massima dell'apparecchio di telecomunicazione.

TASSO DELLA PORTATA ELETTRICA MASSIMA DEL TRASMETTITORE W	DISTANZA IN FUNZIONE DELLA FREQUENZA DEL TRASMETTITORE MCISPR 11		
	150 KHZ A 80 MHZ D = 1.2 √P	80 MHZ A 800 MHZ D = 1.2 √P	800 MHZ A 2,5 GHZ D = 2.3 √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

Nel caso di trasmettitori la cui portata elettrica massima non compare nella tabella sopra riprodotta, la distanza consigliata d in metri (m) può essere calcolata mediante l'equazione adatta per la frequenza del trasmettitore, in base alla quale P è il tasso massimo della portata elettrica del trasmettitore in watts (W), così come stabilito dal produttore del trasmettitore.

NOTA 1: A 80 MHz e a 800 MHz, si applica la distanza dell'ampiezza di alta frequenza.

NOTA 2: Queste direttive possono non essere indicate per determinate situazioni. La propagazione elettromagnetica è modificata dall'assorbimento e dalla riflessione dovuti a edifici, oggetti e persone.

9. PROGRAMMI

CATEGORIA PREVENZIONE				
PROGRAMMI	EFFETTI	APPLICAZIONI	INTENSITÀ DI STIMOLAZIONE	FUNZIONE <i>mi</i> SE CAVO <i>mi</i> -SENSOR
PREVENZIONE DISTORSIONE DELLA CAVIGLIA	Aumento della velocità di contrazione e della forza dei muscoli peronei laterali	Per evitare la ricaduta dopo una distorsione della caviglia, laddove il trattamento iniziale permette la ripresa dell'attività sportiva	Intensità massime sopportabili (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
PREVENZIONE CRAMPI	Miglioramento della circolazione sanguigna per prevenire la comparsa di crampi notturni o da sforzo	I crampi riguardano essenzialmente i muscoli degli arti inferiori, e in particolar modo i muscoli del polpaccio	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	<i>mi</i> -SCAN <i>mi</i> -RANGE
PREVENZIONE LOMBALGIA	Miglioramento del contenimento della regione lombare mediante l'uso dei muscoli addominali e lombari	Per ridurre il rischio dell'insorgere di episodi dolorosi a livello della parte bassa della schiena	Intensità massime sopportabili (0-999)	<i>mi</i> -SCAN

CATEGORIA ANTALGICO

PROGRAMMI	EFFETTI	APPLICAZIONI	INTENSITÀ DI STIMOLAZIONE	FUNZIONE $\dot{m}i$ SE CAVO $\dot{m}i$-SENSOR
TENDINITE ACUTA	Alleviamento del dolore mediante il blocco della trasmissione degli influssi dolorosi	Da una a più volte al giorno durante la fase acuta dell'infiammazione	Aumentare progressivamente le intensità di stimolazione fino a percepire una sensazione ben pronunciata di formicolii	$\dot{m}i$ -TENS
TENDINITE CRONICA	Miglioramento della convalescenza tendinea mediante l'aumento locale della circolazione sanguigna ed effetto antalgico mediante la liberazione di endorfine	Dopo la scomparsa dei segnali infiammatori, durante la fase cronica dell'infiammazione	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	$\dot{m}i$ -SCAN $\dot{m}i$ -RANGE
LOMBALGIA	Azione analgesica attraverso la liberazione di endorfine Aumento del flusso sanguigno	Corrente antalgica adattata specificatamente ai dolori persistenti della parte bassa della schiena (regione lombare)	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	$\dot{m}i$ -SCAN $\dot{m}i$ -RANGE
DISTORSIONE DELLA CAVIGLIA	Alleviamento del dolore mediante il blocco della trasmissione degli influssi dolorosi	Più sedute al giorno intervallate dall'applicazione ripetuta di ghiaccio	Aumentare progressivamente le intensità di stimolazione fino a percepire una sensazione di formicolii ben pronunciata	$\dot{m}i$ -TENS
DECONTRATTURANTE	Diminuzione della tensione muscolare Effetto rilassante e decontratturante	Contro i dolori muscolari recenti e localizzati	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	$\dot{m}i$ -SCAN $\dot{m}i$ -RANGE

CATEGORIA PREPARAZIONE

PROGRAMMI	EFFETTI	APPLICAZIONI	INTENSITÀ DI STIMOLAZIONE	FUNZIONE <i>mi</i> SE CAVO <i>mi</i>-SENSOR
RAFFORZAMENTO BUSTO	Miglioramento della stabilizzazione del tronco	Nel periodo di preparazione o di mantenimento durante l'intera stagione sportiva	Intensità massime sopportabili (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
RESISTENZA AEROBICA	Aumento dell'ossigenazione muscolare. Miglioramento delle capacità di sostenere uno sforzo di lunga durata	Per corridori con una frequenza di allenamento volontario specifico inferiore a 5 sedute a settimana	Intensità massime sopportabili (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
FORZA	Aumento della forza massimale che il muscolo è in grado di sviluppare. Miglioramento della falcata e della gestione della corsa	Per corridori con una frequenza di allenamento volontario specifico superiore a 4 sedute a settimana	Intensità massime sopportabili (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
FORZA SPECIFICA TRAIL	Aumento della forza della contrazione muscolare. Miglioramento della corsa in salita e in terreni accidentati	Per i corridori che vogliono effettuare una prova di corsa con notevole dislivello	Intensità massime sopportabili (0-999)	<i>mi</i>-SCAN
OTTIMIZZAZIONE LUNGA DISTANZA	Notevole aumento locale del flusso sanguigno Sviluppo della capillarizzazione nel muscolo stimolato	Dopo la seduta di allenamento di lunga distanza per aumentare i benefici senza imporre sollecitazioni supplementari alle strutture articolari	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
SOVRACOMPENSAZIONE	Aumento della circolazione sanguigna nel muscolo stimolato Sviluppo della capillarizzazione nel muscolo stimolato	2 sedute al giorno, gli ultimi 4 giorni prima della competizione	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
FARTLEK	Allenamento e preparazione dei muscoli a tutti i tipi di lavori muscolari (resistenza, forza, esplosività) grazie alle differenti sequenze di lavoro	All'inizio di stagione per "riprendere" il lavoro muscolare dopo un periodo di riposo e prima degli allenamenti più intensi e specifici. Durante la stagione, per coloro che non vogliono privilegiare un solo tipo di performance e che preferiscono sottoporre i propri muscoli a diversi ritmi di lavoro	Intensità massime sopportabili (0-999)	<i>mi</i>-SCAN

CATEGORIA RECUPERO

PROGRAMMI	EFFETTI	APPLICAZIONI	INTENSITÀ DI STIMOLAZIONE	FUNZIONE $m\dot{i}$ SE CAVO $m\dot{i}$-SENSOR
RECUPERO ATTIVO	Notevole aumento della circolazione sanguigna Eliminazione accelerata dei metaboliti acidi provocati dalla contrazione muscolare Effetto endorfinico, rilassante e decontratturante	Per favorire ed accelerare il recupero muscolare dopo uno sforzo intenso Da utilizzare nel corso delle 3 ore successive ad un allenamento intenso o una gara	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	$m\dot{i}$-SCAN $m\dot{i}$-RANGE
RECUPERO SFORZO INTENSO	Aumento notevole del flusso sanguigno che favorisce il drenaggio dei residui organici dovuti allo sforzo Effetto antalgico e decontratturante	Per migliorare ed accelerare il recupero muscolare dopo uno sforzo intenso Il particolare ritmo della seduta consente di ridurre il rischio della comparsa di crampi muscolari	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	$m\dot{i}$-SCAN $m\dot{i}$-RANGE
RIDUZIONE INDOLENZIMENTI	Attivazione della circolazione sanguigna Alleviamento del dolore mediante effetto endorfinico Riduzione del tono muscolare	Riduzione della durata e dell'intensità degli indolenzimenti Da utilizzare nei 2 o 3 giorni successivi alla competizione	Aumentare progressivamente le intensità di elettrostimolazione fino ad ottenere scosse muscolari pronunciate	$m\dot{i}$-SCAN $m\dot{i}$-RANGE

ANWEISUNGEN

1. Erklärung der Symbole	62
2. Wie funktioniert Elektrostimulation?	63
3. Wie funktioniert die MI (Muscle Intelligence™) Technologie?	65
4. Gerätefunktion	66
Inhalt von Set und Zubehör	66
Produktbeschreibung	67
Einsetzen des Akkus	68
Anschlüsse	68
Voreinstellungen	69
Eine Kategorie auswählen	70
Auswählen eines Programms	71
Individuelle anpassung eines Programms	71
MI-scan test	72
Einstellen der Stimulationsintensitäten	72
Programmfortschritt	73
Programmende	74
Ladestand und Aufladen des Akkus	74
5. Fehlersuche und -behebung	76
6. Wartung des Geräts	79
7. Technische Daten	80
8. EMV-Tabelle	82
9. Programme	86



Es wird dringend empfohlen, diese Anweisungen, Gegenanzeigen und Sicherheitsmaßnahmen sorgfältig durchzulesen, bevor Sie Ihren Compex Stimulator verwenden.

1. ERKLÄRUNG DER SYMBOLE



Siehe Anweisungen



Anwendungsteilen des Typs BF.



Name und Adresse des Herstellers und Herstellungsdatum



Dieses Gerät muss getrennt vom Hausmüll entsorgt und zum Recycling und zur Wiederverwertung speziellen Sammeleinrichtungen zugeführt werden.



Der Standby-Schalter ist multifunktional



Vor Sonnenlicht schützen



Trocken aufbewahren

IP20

on the unit

Dies ist ein Hinweis auf Schutz gegen Eindringen von Wasser und Feinstaub. Die Kennzeichnung IP20 auf Ihrem Gerät bedeutet: Ihr Gerät ist vor festen Fremdkörpern (Staub) mit einem Durchmesser von 12,5 mm und größer geschützt, jedoch nicht gegen Eintreten von Wasser.

IP02

on the case

IP02 auf dem Transportkoffer bedeutet: Gegen Eindringen von Regenwassertropfen geschützt.



Latexfrei

REF

Referenznummer

LOT

Chargennummer

2. WIE FUNKTIONIERT ELEKTROSTIMULATION?

Bei der Elektrostimulation werden Nervenfasern durch elektrische Impulse stimuliert, die durch Elektroden übertragen werden. Die von den Compex Stimulatoren erzeugten elektrischen Impulse sind sichere, angenehme und wirksame Impulse hoher Qualität und stimulieren die verschiedenen Arten von Nervenfasern. Im Einzelnen bedeutet das:

1. Motorische Nerven, um die Muskelreaktion zu stimulieren; dies ist die so genannte elektrische Muskelstimulation (EMS).
2. Bestimmte Arten von sensorischen Nerven, um eine schmerzlindernde Wirkung zu erhalten.

1. STIMULATION DER MOTORISCHEN NERVEN (EMS)

Motorische Nerven sind Nerven, die den Impuls vom Nervenzentrum zur Peripherie z.B. Muskeln leiten. Bei willkürlicher Aktivität sendet das Gehirn einen Impuls über das Rückenmark zu dem anzusprechenden motorischen Nerv. Dieser überträgt das Signal an die Muskelfasern, die daraufhin kontrahieren. Das Prinzip der Elektrostimulation ahmt diesen Prozess genau nach. Der Stimulator sendet einen elektrischen Impuls an die Nervenfasern, um diese anzuregen. Diese Anregung wird dann auf die Muskelfasern übertragen und führt zu einer mechanischen Reaktion, dem Zucken des Muskels. Damit entspricht die Muskelreaktion ganz bewusst der vom Gehirn gesteuerten Muskeltätigkeit. Der Muskel kennt keinen Unterschied zwischen dem Signal, dass vom Gehirn oder vom Stimulator gesendet wird.

Hinter jedem Programm, das Sie auswählen, ist eine bestimmte Anzahl von Impulsen hinterlegt. Der Rhythmus von Kontraktionszeit, Erholungsphase und die Gesamtlaufzeit des Programms bestimmen, welche Muskelfasern während und wie stark diese bei einer Sitzung angesprochen werden. Die verschiedenen Arten von Muskelfasern können entsprechend ihrer Kontraktionsgeschwindigkeit ermittelt werden. Es gibt langsame, intermediäre und schnelle Muskelfasern. Zum Beispiel hat ein Kurzstreckenläufer mehr schnelle Muskelfasern und ein Marathonläufer mehr langsame Fasern. Durch die gute Kenntnis der Physiologie des Menschen und versierter Anwendung der Stimulationsparameter in den verschiedenen Programmen kann die Muskularbeit sehr genau auf das gewünschte Ziel ausgerichtet werden (Muskelkräftigung, vermehrte Durchblutung, Volumenzunahme, usw.).

2. STIMULATION DER SENSORISCHEN NERVEN

Sensorische Nerven sind Nerven, die die Erregung von den Sinnesorganen zum Zentrum (Gehirn/Rückenmark) leiten. Die elektrischen Impulse können auch die sensorischen Nervenfasern anregen, um eine schmerzlindernde Wirkung zu erzielen. Dies kann auf verschiedenen Wegen geschehen. Durch die Stimulation taktiler sensorischer Nervenfasern wird der Schmerz blockiert, der an das Nervensystem übertragen wird. Durch Stimulation eines anderen sensorischen Fasertyps wird die Endorphinproduktion angeregt und dadurch der Schmerz verringert. Die Elektrostimulation kann zur Schmerzlinderung verwendet werden, um akuten und chronischen Schmerz sowie Muskelschmerz zu behandeln.

ACHTUNG: Verwenden Sie die Schmerzlinderungsprogramme nicht über einen längeren Zeitraum ohne medizinischen Rat!

VORTEILE DER ELEKTROSTIMULATION

Elektrostimulation ist ein sehr effektiver Weg, um Ihre Muskeln arbeiten zu lassen.

- Mit einer signifikanten Verbesserung bei verschiedenen Muskeleigenschaften durch maximale Kontraktion der angesprochenen Muskelfasern
- Geringe Belastung für die Gelenkstruktur (nach Verletzungen, nach Operationen)
- Ohne Psychische (Mentale Ermüdung) Keine Belastung des Herz-Kreislauf-Systems (nach Krankheit, bei Infekten)

Um optimale Ergebnisse zu erzielen empfiehlt Compex, Ihre Elektrostimulations-Sitzungen durch andere Verpflichtungen zu ergänzen, wie zum Beispiel:

- regelmäßige körperliche Aktivität
- eine ausgewogene und gesunde Ernährung
- eine ausgewogene Lebensweise.

3. WIE FUNKTIONIERT DIE MI (MUSCLE INTELLIGENCE™) TECHNOLOGIE?

Um auf die MI-Funktionen zugreifen zu können, muss das MI-Sensorkabel am Stimulator angeschlossen werden.

MI-SCAN

Vor dem Beginn einer Arbeitssitzung werden mit der MI-Scan Funktion die ausgewählten Muskelgruppen abgetastet, und die Stimulatoreinstellungen automatisch an die Empfindlichkeit dieses Körperbereichs abhängig von Ihrer Physiologie angepasst.

Diese Funktion erfordert eine kurze Testsequenz beim Programmstart, während der die Messungen erfolgen.

Am Ende dieses Tests muss die Intensität vom Benutzer selbst eingestellt werden, damit das Programm startet.

MI-TENS

Die MI-tens Funktion verhindert, dass es bei Schmerzprogrammen zu einer Vollkontraktion der Muskelfasern kommt. Dies ist bei diesen Programmen zur Schmerzlinderung nicht gewünscht, damit der schmerzlindernde Effekt erzielt wird.

Bei jeder durch den Anwender durchgeführten Intensitätserhöhung erfolgt eine Testphase, und wenn Muskelkontraktion festgestellt wird, verringert das Gerät automatisch die Stimulationsintensität.

MI-RANGE

Die MI-range Funktion gibt den idealen Bereich für die Einstellung der Stimulationsintensität an, die in den folgenden Programmen eingehalten werden sollte: Erholung, Massage, Kapillarisierung und Muskelschmerzen.

Wenn das Gerät den idealen Intensitätsbereich ermittelt hat, erscheint ein Häkchen auf dem Display. Um optimal zu arbeiten, sollte die Intensität in diesem Bereich bleiben.

4. GERÄTEFUNKTION

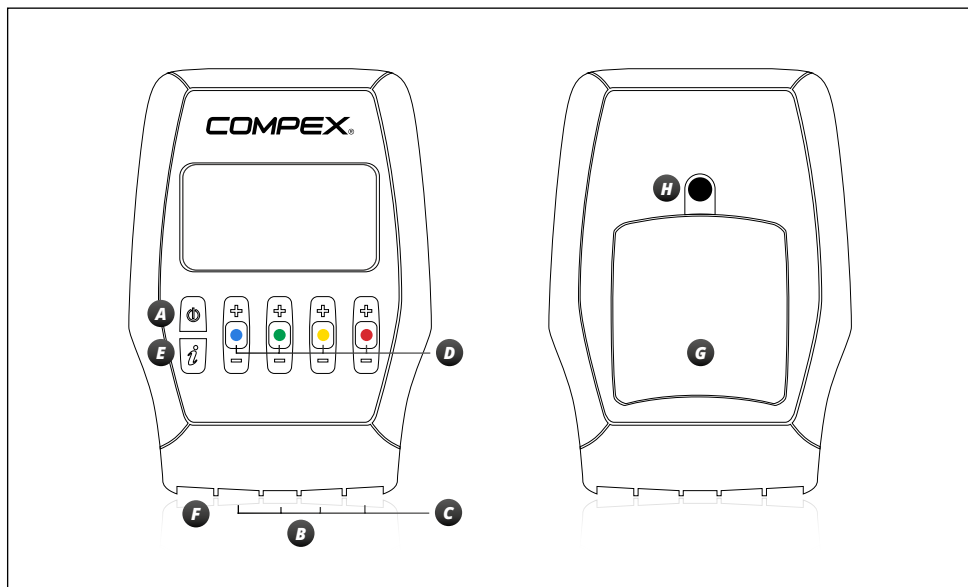
INHALT VON SET UND ZUBEHÖR

	REF.	MENGE
STIMULATOR	1518117	1
LADEGERÄT	6830XX	1
SATZ MIT 4 SNAP-KABELN	001119	1
MI-SENSOR KABEL	601160	1
BEUTEL MIT KLEINEN 5X5 ELEKTRODEN	42215	1
BEUTEL MIT GROSSEN 5X10 ELEKTRODEN	42216-4	1
ACHTUNG FALTBLATT	M307816	1
KURZANLEITUNG	4518163	1
TRANSPORTKOFFER	680029	1
AKKU-PACK	94121X	1



Verwenden Sie dieses Gerät nur mit von Complex empfohlenen Kabeln, Elektroden, Akkus, Netzadaptern und Zubehörteilen.

PRODUKTBESCHREIBUNG



A Ein/Aus-Taste

B Steckbuchsen für die 4 Stimulationskabel

C Stimulationskabel

D +/- Tasten für die 4 Stimulationskanäle

E I-Taste, mit ihr können:

- Die Intensitäten gleichzeitig auf mehreren Kanälen erhöht werden
- Das letzte verwendete Programm ausgewählt werden

F Buchse für das Ladegerät (die rote Abdeckung nach rechts schieben, um den Anschluss für das Ladegerät freizulegen)

F Akkufach

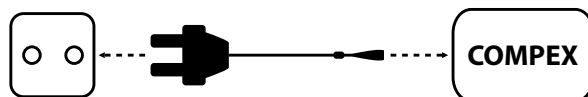
G Buchse für Gürtelclip

EINSETZEN DES AKKUS

Die Abdeckung des Akkufachs öffnen und den Akku einsetzen, so dass das Etikett nach oben zeigt und die + und - Akku-Pole den entsprechenden Kontaktpunkten des Geräts gegenüberliegen. Danach die Abdeckung wieder aufsetzen. Wenn das Gerät für länger als 3 Monate nicht verwendet werden soll, ist darauf zu achten, dass der Akku vollständig geladen ist. Wenn das Gerät für länger als 6 Monate nicht verwendet werden soll, ist darauf zu achten, dass der Akku vollständig geladen ist und Sie ihn aus dem Stimulator herausnehmen. Den Stimulator ausschalten, bevor Sie den Akku entfernen.

ANSCHLÜSSE

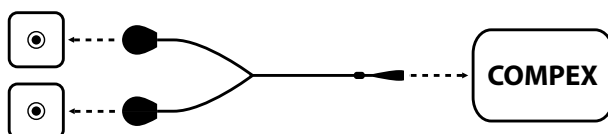
ANSCHLUSS DES LADEGERÄTS



Vor dem Aufladen des Stimulators müssen unbedingt alle Stimulationskabel vom Gerät abgenommen werden. Stecken Sie den Stecker des Ladegeräts in die Steckdose. Schließen Sie den Stimulator an, indem Sie die rote Abdeckung nach rechts schieben, um den Anschluss für das Ladegerät freizulegen. Es wird dringend empfohlen, den Akku vor der ersten Verwendung des Geräts vollständig zu laden, um seine Leistung und Lebensdauer zu erhöhen.

ANSCHLIESSEN DER KABEL

Die Kabel des Stimulators werden an den vier Buchsen an der Vorderseite des Geräts angeschlossen. Das MI-Sensorkabel kann an jeder Buchse des Stimulators angeschlossen werden.



VOREINSTELLUNGEN

Sie können vor dem ersten Gebrauch verschiedene Einstellungen definieren. Dieser Optionen-Bildschirm wird angezeigt, wenn Sie das Gerät abschalten und die Ein/Aus-Taste mindestens 2 Sekunden lang gedrückt halten.



B Die +/-Taste von Kanal 1 drücken, um die zu verwendende Sprache auszuwählen.

C Die +/- Taste von Kanal 2 drücken, um den Bildschirmkontrast anzupassen.

D Die +/- Taste von Kanal 3 drücken, um die Lautstärke einzustellen.

E Die +/- Taste von Kanal 4 drücken, um die Hintergrundbeleuchtung einzustellen.

EIN: Hintergrundbeleuchtung immer aktiv.

AUS: Hintergrundbeleuchtung immer inaktiv.

AUTO: Die Hintergrundbeleuchtung schaltet sich jedes Mal ein, wenn eine Taste gedrückt wird.

A Mit der Ein/Aus-Taste bestätigen Sie Ihre Auswahl und speichern sie. Die Einstellungen finden sofort Anwendung.

EINE KATEGORIE AUSWÄHLEN

Hinweis: Bei den folgenden Bildschirmen handelt es sich um allgemeine Beispiele, die aber für alle Geräte gelten.

Zum Einschalten des Stimulators kurz die Ein/Aus-Taste drücken.

Sie sollten vor der Wahl eines Programms die gewünschte Kategorie auswählen.



A Die Ein/Aus-Taste drücken, um das Gerät auszuschalten.

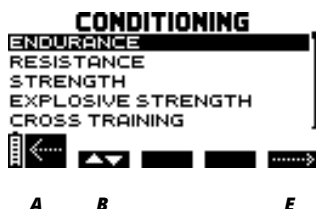
B Die +/- Taste von Kanal 1 drücken, um eine Kategorie auszuwählen.

E Die +/-Taste von Kanal 4 drücken, um die Auswahl zu bestätigen.

LAST

Um auf das letzte Programm zugreifen zu können, bitte die I-Taste drücken. Von dort aus können Sie dann das gewünschte Programm auswählen und starten.

AUSWÄHLEN EINES PROGRAMMS



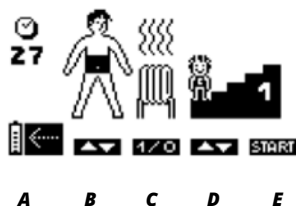
A Durch Drücken der Ein/Aus-Taste kehren Sie zur vorherigen Anzeige zurück.

B Die +/- Taste von Kanal 1 drücken, um ein Programm auszuwählen.

E Die +/- Taste von Kanal 4 drücken, um die Auswahl zu bestätigen.

INDIVIDUELLE ANPASSUNG EINES PROGRAMMS

Hinweis: Nicht für alle Programme steht dieser Bildschirm zur Verfügung



A Durch Drücken der Ein/Aus-Taste kehren Sie zur vorherigen Anzeige zurück.

B Die +/- Taste von Kanal 1 drücken, um die Muskelgruppe, die Sie behandeln möchten, auszuwählen.

C Die +/- Taste von Kanal 2 drücken, um die Aufwärmphase zu verzichten.

D Die +/- Taste von Kanal 3 drücken, um den Stimulation Zyklus auszuwählen.

E Die +/- Taste von Kanal 4 drücken, um die Auswahl zu bestätigen und mit der Stimulationssitzung zu beginnen.

Hinweis: Wenn das MI-Sensorkabel angeschlossen ist, erfolgt die Auswahl der Muskelgruppe automatisch.

Hinweis: Es wird empfohlen, mit dem 1. Zyklus zu beginnen und erst zur nächsten Ebene zu wechseln, wenn dieser abgeschlossen ist. Diese Empfehlung basiert auf der Voraussetzung, dass Sie 3 Sitzungen pro Woche durchlaufen. In diesem Falle endet der Zyklus nach vier bis sechs Wochen. Auch hier ist es wichtig, dass Sie, bevor Sie in den nächsten Zyklus wechseln, die höchsten für Sie erträglichen Stimulationsintensitäten (bis zu 999) verwenden, um die Muskelfasern bestmöglich zu trainieren. Sie können am Ende des Zyklus entweder einen neuen Zyklus oder Ihr Erhaltungstraining starten, dies basierend darauf, dass Sie eine Sitzung pro Woche durchführen.

MI-SCAN TEST

Hinweis: Siehe Kapitel „Wie die MI-Technologie funktioniert“.

Wenn das MI-Sensorkabel angeschlossen ist, startet der MI-scan Test sofort nachdem das Programm ausgewählt wurde.



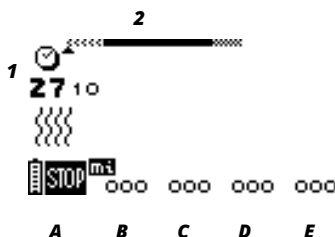
A

A Zum Beenden des Tests die Ein/Aus-Taste drücken.

Die +/- Tasten der 4 Kanäle sind während des Tests inaktiv.

EINSTELLEN DER STIMULATIONSINTENSITÄTEN

Beim Start eines Programms werden Sie aufgefordert, die Stimulationsintensität manuell einzustellen. Dieser Schritt ist für eine erfolgreiche Sitzung wesentlich.



A

B

C

D

E

1 Programmdauer in Minuten und Sekunden

2 Programmfortschrittsbalken. Weitere Einzelheiten über seine Funktion finden Sie im folgenden Kapitel: „Programmfortschritt“

A Die Ein/Aus-Taste drücken, um den Pause-Modus des Geräts zu aktivieren.

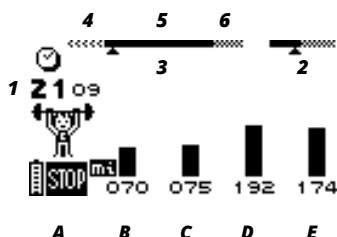
B C D E Die vier Kanäle blinken und zeigen von + bis 000 an. Die Stimulationsintensität muss erhöht werden, um mit der Stimulation beginnen zu können. Hierzu drücken Sie die + Tasten der entsprechenden Kanäle, bis die gewünschte Einstellung erreicht ist.

Hinweis: Um die Intensität gleichzeitig auf mehreren Kanälen zu erhöhen, die I-Taste drücken und dann die Intensität erhöhen. Die gleichzeitig zu bedienenden Kanäle werden weiß auf schwarzem Hintergrund angezeigt.

PROGRAMMFORTSCHRITT

Die Stimulation beginnt dann, wenn die Stimulationsintensität erhöht eingestellt worden ist.

In den nachstehenden Beispielen werden die allgemeinen Bildschirmdarstellungen erklärt. Es kann, abhängig vom Programm, zu geringen Unterschieden kommen.



- 1** Restzeit (in Minuten und Sekunden) bis zum Ende des Programms
- 2** Der Fortschrittsbalken zeigt die Dauer der Kontraktion (dunkler Balkenteil) an; die Dauer der aktiven Erholung wird durch den helleren Teil des Balkens dargestellt.
- 3** Sitzungssequenzen
- 4** Aufwärmen
- 5** Arbeitsperiode
- 6** Entspannung

A Zur vorübergehenden Unterbrechung des Programms die Ein/Aus-Taste drücken. Um das Programm wieder aufzunehmen, die +/- Taste von Kanal 4 drücken. Nach der Unterbrechung wird die Stimulation mit einem Intensitätsgrad von 80 % des Werts vor der Unterbrechung fortgeführt.

Hinweis: Im Pause-Modus und abhängig vom Programm können Anwendungsstatistiken angezeigt werden:

MAX = die maximal erreichte Intensität pro Kanal während der Kontraktionsphasen

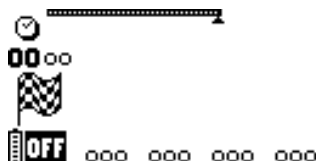
AVG = die durchschnittliche Intensität für alle Kanäle, die während der Kontraktionsphasen angewendet wird

B C D E Die unterschiedlichen Intensitäten, die während der Kontraktionsphase manuell eingestellt worden sind, werden durch eine Reihe vertikaler schwarzer Balken angezeigt. Die Intensität der Erholungsphase wird durch schraffierte Balken angezeigt.

Bitte beachten Sie, dass die Stimulationsintensitäten für die aktive Erholungsphase automatisch auf 50 % der Kontraktionsintensität eingestellt werden. Sie können während der Erholungsphase geändert werden. Nachdem sie geändert wurden, sind sie vollkommen unabhängig von den Kontraktionsintensitäten.

PROGRAMMENDE

Bei Beendigung einer Sitzung wird der folgende Bildschirm angezeigt: Zum Abschalten des Stimulators die Ein/Aus-Taste drücken.



Hinweis: Abhängig vom Programm können Anwendungsstatistiken angezeigt werden (siehe vorheriges Kapitel „Programmfortschritt“)

LADESTAND UND AUFLADEN DES AKKUS

Die Akkuleistung hängt vom Programm und der verwendeten Stimulationsintensität ab. Es wird dringend empfohlen, den Akku vor der ersten Verwendung des Geräts vollständig zu laden, um seine Leistung und Lebensdauer zu erhöhen. Verwenden Sie immer das Ladegerät von Complex, um den Akku aufzuladen.

Wenn Sie das Gerät für länger als 3 Monate nicht verwenden, sollten Sie darauf achten, dass der Akku vollständig geladen ist. Wenn Sie das Gerät für länger als 6 Monate nicht verwenden, bitte darauf achten, dass der Akku vollständig geladen ist und ihn aus dem Stimulator herausnehmen. Den Stimulator ausschalten, bevor Sie den Akku entfernen.

LADESTAND DES AKKUS

Der Ladezustand des Akkus wird durch ein Akkusymbol unten links am Bildschirm angezeigt. Das Akkusymbol blinkt, wenn der Akku ganz leer ist. Das Gerät kann dann nicht mehr benutzt werden. Laden Sie es unverzüglich auf.

AUFLADEN

Vor dem Aufladen des Stimulators müssen unbedingt alle Stimulationskabel vom Gerät abgenommen werden. Stecken Sie den Stecker des Ladegeräts in die Steckdose. Schließen Sie den Stimulator an, indem Sie die rote Abdeckung nach rechts schieben, um den Anschluss für das Ladegerät freizulegen.

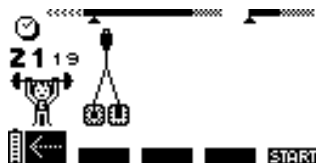
Darauffin erscheint automatisch das nachstehend abgebildete Lademenü.



Die Aufladedauer wird auf dem Bildschirm angezeigt. Sobald das Aufladen beendet ist, blinkt das Akkusymbol. Das Ladegerät abnehmen; der Stimulator schaltet sich automatisch aus.

5. FEHLERSUCHE UND -BEHEBUNG

ELEKTRODENFEHLER



Das Gerät gibt einen Ton ab und zeigt abwechselnd das Elektrodensymbol und einen Pfeil an, der zu dem Kanal zeigt, an dem das Problem festgestellt wurde. Im vorstehenden Beispiel hat der Stimulator einen Fehler bei Kanal 1 erkannt. In diesem Fall: Prüfen Sie, ob an diesen Kanal Elektroden angeschlossen sind.

Können die Elektroden alt oder abgenutzt sind und/oder eine schlechte Kontaktfläche aufweisen. Bitte versuchen Sie es mit neuen Elektroden.

Kann das Stimulationskabel defekt sein. Darum versuchen Sie bitte das Stimulationskabel an einem anderen Kanal zu verwenden. Wenn es nach wie vor fehlerhaft ist, tauschen Sie es aus (www.compexstore.com).

DIE STIMULATION FÜHRT NICHT ZU DER ÜBLICHEN EMPFINDUNG

Prüfen Sie, ob alle Einstellungen korrekt sind und vergewissern Sie sich, dass die Elektroden richtig positioniert sind.

Ändern Sie die Elektrodenposition geringfügig.

DIE STIMULATION IST UNANGENEHM

Die Elektroden haben an Klebekraft verloren und liefern keinen guten Hautkontakt mehr.

Hier bitte neue Elektroden verwenden.

Ändern Sie die Elektrodenposition geringfügig.

DER STIMULATOR ARBEITET NICHT

```

PLEASE CONTACT
YOUR AGENT !

NER : 04
MENUS : 1/0
ERROR : 1/0/0


```

Wenn während des Gebrauchs ein Fehlerbildschirm angezeigt wird, notieren Sie die Fehlernummer (in dem Beispiel lautet die Fehlernummer 1/0/0) und wenden Sie sich an ein von Complex zugelassenes Service-Zentrum.

DER AKKU IST VOLLKOMMEN LEER

Wenn der folgende Bildschirm erscheint, das Gerät ausschalten und das Ladegerät anschließen.

```

CHECK...



SWITCH OFF &
PLUG CHARGER!
Need recovery

```

Wenn der Akku nahezu leer ist, beginnt ein Wiederherstellungszyklus, der 2 Minuten dauert.

```



CHARGING...
wait 2 min /

```

Wenn der Akku nach diesem Zeitraum korrekt funktioniert, beginnt das Aufladen. In diesem Fall wird dringend empfohlen, einen Auflade-/Entladezyklus des Akkus durchzuführen, indem Sie auf die Taste von Kanal 4  drücken, um diesen Zyklus einzuleiten, der bis zu 12 Stunden dauern kann. Wenn sich der Akku allerdings als defekt erweist, wird der folgende Bildschirm angezeigt und der Akku muss ausgetauscht werden.

**REPLACE
BATTERY !!!**



6. WARTUNG DES GERÄTS

GARANTIE

Siehe beigegefügte Broschüre.

WARTUNG

Reinigen Sie das Gerät mit einem weichen Tuch und einem alkoholhaltigen, lösungsmittelfreien Reinigungsmittel. Verwenden Sie so wenig Flüssigkeit wie möglich, um das Gerät zu reinigen. Bauen Sie den Stimulator oder das Ladegerät niemals auseinander, da Teile enthalten sind, die unter hoher Spannung stehen, so dass die Gefahr eines Stromschlags besteht. Dies muss durch von Complex zugelassene Techniker oder Reparaturdienste erfolgen. Ihr Stimulator muss nicht kalibriert werden. Sollten Teile Ihres Stimulators abgenutzt bzw. defekt erscheinen, setzen Sie sich bitte mit Ihrem zuständigen Complex-Kundendienst in Verbindung.

BEDINGUNGEN FÜR AUFBEWAHRUNG, TRANSPORT UND GEBRAUCH

	LAGERUNG UND TRANSPORT	GEBRAUCH
TEMPERATUR	-20° C BIS 45° C	0° C BIS 40° C
MAXIMALE RELATIVE FEUCHTIGKEIT	75 %	30 % BIS 75 %
LUFTDRUCK:	VON 700 HPA BIS 1060 HPA	VON 700 HPA BIS 1060 HPA

Nicht in explosionsgefährdeten Umgebungen verwenden.

ENTSORGUNG

Batterien/Akkus müssen gemäß den geltenden nationalen behördlichen Bestimmungen entsorgt werden. Produkte, die das WEEE-Kennzeichen (Piktogramm einer durchgestrichenen Mülltonne) tragen, sind vom Hausmüll gesondert zu entsorgen und speziellen Einrichtungen für Wiederverwertung und Recycling zuzuführen.

7. TECHNISCHE DATEN

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

94121x wieder aufladbarer Nickel-Metallhydrid (NiMH) Akku (4,8 V / ≥ 1200 mA/h).

Für das Aufladen der im Lieferumfang des Stimulators enthaltenen Akkus dürfen ausschließlich Ladegeräte mit der Teilenummer 6830xx verwendet werden.

NEUROSTIMULATION

Alle elektrischen Daten werden für eine Impedanz von 500 bis 1000 Ohm pro Kanal angegeben.

Kanäle: vier unabhängige und einzeln einstellbare, galvanisch getrennte Kanäle.

Impulsform: rechteckig, kompensierter Gleichstrom, um eine Restpolarisation der Haut durch eine kontinuierliche Komponente auszuschließen.

Maximale Impulsstärke: 120 mA.

Intensitätserhöhungsschritte: manuelle Einstellung der Stimulationsintensität von 0 bis 999 (Energie) pro Mindestschritt von 0,5 mA.

Impulsamplitude: von 60 bis 400 μ s.

Maximale elektrische Ladung pro Impuls: 96 Mikrocoulomb (2 x 48 μ C, kompensiert).

Typische Anstiegszeit eines Impulses: 3 μ s (20 % bis 80 % des maximalen Stroms).

Impulsfrequenz: 1 bis 150 Hz.

ANGABEN ZUR ELEKTROMAGNETISCHEN VERTRÄGLICHKEIT (EMV)

Der Stimulator wurde für den Einsatz im typischen häuslichen Umfeld entwickelt und besitzt die Zulassung nach der EMV-Sicherheitsvorschrift EN 60601-1-2.

Dieses Gerät sendet nur sehr niedrige Funkfrequenzen aus und dürfte daher keine Störungen benachbarter elektronischer Geräte (Radios, Computer, Telefone, usw.) verursachen.

Der Stimulator ist aufgrund seiner Bauweise gegenüber vorhersehbaren Störaussendungen durch elektrostatische Entladung, Magnetfelder der Netzspannung und Funksendegeräte geschützt.

Es gibt jedoch keine Garantie dafür, dass der Stimulator nicht durch starke Hochfrequenzfelder (HF) aus anderen Quellen beeinträchtigt wird, wie zum Beispiel Mobiltelefone.

Wenden Sie sich bitte an Complex, wenn Sie weitere Informationen zu elektromagnetischen Emissionen und Immunität benötigen.

STANDARDS

Um Ihre Sicherheit zu gewährleisten, entsprechen Bauform, Fertigung und Vertrieb des Stimulators den Anforderungen der europäischen Richtlinie 93/42/EWG für Medizinprodukte.

Darüber hinaus entspricht der Stimulator der Norm zu allgemeinen Sicherheitsanforderungen für medizinische elektrische Geräte IEC 60601-1, der Norm zur elektromagnetischen Verträglichkeit IEC 60601-1-2 und der Norm zu besonderen Sicherheitsanforderungen für Nerven- und Muskelstimulatoren IEC 60601-2-10.

Gemäß derzeit geltenden internationalen Normen muss ein Warnhinweis über das Anbringen von Elektroden auf dem Brustkorb abgegeben werden (erhöhtes Kammerflimmerrisiko).

Der Stimulator entspricht ebenfalls der Richtlinie 2002/96/EWG über Elektro- und Elektronikabfall (WEEE).

8. EMV-TABELLE

Für den Complex sind spezielle Vorsichtsmaßnahmen bezüglich der EMV erforderlich und er ist gemäß den in diesem Handbuch aufgeführten EMV Informationen zu installieren und in Betrieb zu nehmen.

Alle kabellosen Geräte mit Funkübertragung können den einwandfreien Betrieb des Complex beeinträchtigen.

Die Verwendung von anderen als den vom Hersteller empfohlenen Zubehöriteilen, Sensoren und Kabeln kann größere Ausstrahlungen zur Folge haben oder die Funkstörfestigkeit von Complex beeinträchtigen.

Der Complex darf nicht neben einem anderen Gerät verwendet oder auf dieses gestapelt werden. Sollte eine parallele Nutzung erforderlich sein, ist sicherzustellen, dass der Complex in der verwendeten Konfiguration korrekt funktioniert.

EMPFEHLUNGEN UND HERSTELLERERKLÄRUNG ELEKTROMAGNETISCHE STRAHLUNG		
Der Complex ist für die Verwendung in einer Umgebung mit den nachstehend definierten elektromagnetischen Eigenschaften vorgesehen. Der Kunde oder der Benutzer des Complex hat sich zu vergewissern, dass er in einer solchen Umgebung eingesetzt wird.		
EMISSIONSTEST	KONFORMITÄT	ELEKTROMAGNETISCHE UMGEBUNG - ANLEITUNG
RF-Emissionen CISPR 11	Gruppe 1	Der Complex verwendet RF-Energie ausschließlich für den internen Betrieb. Folglich sind seine RF-Emissionen sehr schwach und es besteht keine Gefahr, dass sie Interferenzen mit einem danebenstehenden Elektrogerät erzeugen.
RF-Emissionen CISPR 11	Klasse B	
Oberschwingungsströme IEC 61000-3-2	Klasse A	Der Complex ist für den Einsatz in allen Räumlichkeiten geeignet, inkl. Privaträumen und an Orten, wo er direkt an das öffentliche Niederspannungs-Stromversorgungsnetz, das Wohngebäude versorgt, angeschlossen wird.
Spannungsänderungen / Spannungsschwankungen IEC 61000-3-3	Complies	

EMPFEHLUNGEN UND HERSTELLERERKLÄRUNG - ELEKTROMAGNETISCHE STÖRFESTIGKEIT

Der Complex wurde für die Verwendung in einer Umgebung mit den nachstehend definierten elektromagnetischen Eigenschaften entwickelt. Käufer oder Benutzer des Complex müssen sicherstellen, dass er in einer solchen Umgebung zum Einsatz kommt.

FUNKSTÖRFE-STIGKEITSTEST	LEISTUNGSTEST IEC 60601	RICHTWERTE	ELEKTROMAGNETISCHE UMGEBUNG - ANLEITUNG
Entladung statischer Elektrizität IEC 61000-4-2	± 6 kV Kontakt ± 8 kV Luftentladung	± 6 kV Kontakt ± 8 kV Luftentladung	Die Böden müssen aus Holz, Beton oder Keramikfliesen sein. Falls die Böden mit synthetischem Material ausgelegt sind, muss die relative Feuchtigkeit bei einem Minimum von 30% liegen.
Störfestigkeit gegen schnelle transiente elektrische Störgrößen CEI 61000-4-4	± 2 kV für Stromversorgungsleitungen ± 1 kV für Ein-/Ausgangsleitungen	±2kV (power lines) Not Applicable (I/O lines)	Die Qualität des Stromversorgungsnetzes sollte einer typischen Büro- oder Krankenhausumgebung entsprechen.
Stoßspannungen CEI 61000-4-5	± 1 kV Gegentaktbetrieb ± 2 kV Gleichtaktbetrieb	±1kV Line to Line Not Applicable (Line to Earth)	Die Qualität des Stromversorgungsnetzes sollte einer typischen Büro- oder Krankenhausumgebung entsprechen.
Spannungseinbrüche, Kurzzeitunterbrechungen und Spannungsschwankungen bei ankommenden Stromversorgungsleitungen CEI 61000-4-11	(Spannungseinbruch >95% UT) in 0,5 Zyklus 40% UT (Spannungseinbruch 60% UT) in 5 Zyklen 70% UT (Spannungseinbruch 30% UT) in 25 Zyklen <5% UT (Spannungseinbruch >95% UT) in 5 Sekunden	(Spannungseinbruch >95% UT) in 0,5 Zyklus 40% UT (Spannungseinbruch 60% UT) in 5 Zyklen 70% UT (Spannungseinbruch 30% UT) in 25 Zyklen <5% UT (Spannungseinbruch >95% UT) in 5 Sekunden	Die Qualität des Stromversorgungsnetzes sollte einer typischen Büro- oder Krankenhausumgebung entsprechen. Falls der Benutzer des Complex auch bei Stromversorgungsunterbrechungen einen durchgehenden Betrieb benötigt, wird empfohlen, den Complex über eine unterbrechungsfreie Stromversorgung oder einen Akku zu speisen.
Magnetfeld mit energietechnischen Frequenzen (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Die elektromagnetischen Felder mit der Spannung des Stromnetzes müssen die Pegel Eigenschaften eines durchschnittlichen Ortes in einer typischen Büro- oder Krankenhausumgebung haben.
ANMERKUNG: UT ist die Spannung des Wechselstromnetzes vor Anwendung des Leistungstests.			

EMPFEHLUNGEN UND HERSTELLERERKLÄRUNG - ELEKTROMAGNETISCHE STORFESTIGKEIT

Der Complex wurde für die Verwendung in einer Umgebung mit den nachstehend definierten elektromagnetischen Eigenschaften entwickelt. Käufer oder Benutzer des Complex müssen sicherstellen, dass er in einer solchen Umgebung zum Einsatz kommt.

FUNKSTÖRFESTIGKEITSTEST	LEISTUNGSTEST IEC 60601	RICHTWERTE	ELEKTROMAGNETISCHE UMGEBUNG — EMPFEHLUNGEN
RF Leitung IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz bis 80 MHz	3Vrms	Tragbare und mobile RF-Kommunikationsgeräte dürfen nur in einem Abstand zum Complex und seinem Zubehör benutzt werden, der mindestens dem empfohlenen und mit der Formel für die Senderfrequenz berechneten Abstand entspricht. Empfohlener Abstand $d = 1.2 \sqrt{P}$ $d = 1.2 \sqrt{P}$ 80 MHz bis 800 MHz $d = 2.3 \sqrt{P}$ 800 MHz bis 2,5 GHz Wonach P der Leistungspegel der Maximalspannung des Senders in Watt (W) ist, der in den technischen Spezifikationen des Herstellers angegeben ist, und demzufolge d der empfohlene Abstand in Metern (m).
Radiated RF IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz bis 2.5 GHz	3V/m	
	10 V/m 26 MHz bis 1 GHz	10V/m	Die Feldstärke der festen RF-Sender, wie durch eine elektromagnetische Untersuchung festgelegt, muss unter dem Richtwert liegen, der in jeder Frequenzbandbreite bliegt. Störsignale können in der Nähe jedes Gerätes mit dem folgenden Symbol auftreten: 

ANMERKUNG 1: Von 80 MHz bis 800 MHz wird die Hochfrequenzamplitude verwendet

ANMERKUNG 2: Diese Richtwerte können in bestimmten Situationen nicht angemessen sein. Die elektromagnetische Übertragung wird durch Absorption und Reflexion von Gebäuden, Gegenständen und Personen verändert.

^a Die Feldstärken der Signale aus festen Sendern, wie Basisstationen eines Funktelefons (Mobil- oder schnurloses Telefon) und eines mobilen Radios, Amateurfunkradios, AM- und FM-Radio- und TV-Signalen, sind nicht exakt vorherzubestimmen. Eine Analyse der elektromagnetischen Umgebung des Ortes ist zu erwägen, um die elektromagnetische Umgebung, die von festen RF-Sendern ausgeht, berechnen zu können. Wenn die Stärke des in der Umgebung des Complex gemessenen Feldes den oben angegebenen RF-Richtwert überschreitet, ist die korrekte Funktionsweise des Complex zu überprüfen. Sollte der Betrieb gestört sein, können neue Maßnahmen erforderlich werden, wie beispielsweise die Neuaufrichtung oder ein Umstellen des Complex.

^b Oberhalb der Frequenzamplitude von 150 kHz bis 80 MHz muss die Feldstärke weniger als 3 V/m betragen.

**EMPFOHLENER ABSTAND ZWISCHEN EINEM TRAGBAREN UND MOBILEN TELEKOMMUNIKATIONSGERÄT
UND DEM COMPEX**

Der CompeX wurde für eine elektromagnetische Umgebung entwickelt, in der ausgestrahlte RF-Turbulenzen kontrolliert werden. Käufer oder Benutzer des CompeX können zur Verhütung elektromagnetischer Störsignale beitragen, indem sie den in der nachfolgenden Tabelle mit den empfohlenen Richtwerten angegebenen Mindestabstand zwischen den tragbaren und mobilen RF-Kommunikationsgeräten (Sender) und dem CompeX und die maximale elektrische Leistung des Telekommunikationsgeräts berücksichtigen.

MAXIMALE ELEKTRISCHE LEISTUNG DES SENDERS W	ABSTAND GEMÄSS FREQUENZ DES SENDERS MCISPR 11		
	150 KHZ BIS 80 MHZ D = 1.2 √P	80 MHZ BIS 800 MHZ D = 1.2 √P	800 MHZ BIS 2,5 GHZ D = 2.3 √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

Falls die maximale elektrische Leistung eines Senders nicht in der nachstehenden Tabelle aufgeführt ist, kann der empfohlene Mindestabstand in Metern (m) mittels der Formel für die Senderfrequenz berechnet werden, wonach P dem vom Hersteller angegebenen maximalen elektronischen Leistungspegel des Senders in Watt (W) entspricht.

ANMERKUNG 1: Von 80 MHz bis 800 MHz wird die Hochfrequenzamplitude verwendet.

ANMERKUNG 2: Diese Richtwerte können in bestimmten Situationen nicht angemessen sein. Die elektromagnetische Übertragung wird durch Absorption und Reflexion von Gebäuden, Gegenständen und Personen verändert.

9. PROGRAMME

KATEGORIE VORBEUGUNG				
PROGRAMMES	WIRKUNG	ANWENDUNGEN	STIMULATIONSINTENSITÄTEN	FUNKTION  FALLS  -SENSOR  KABEL ANGESCHLOSSEN
SPRUNGGELENKSTÄRKUNG	Erhöhung der Kontraktions-Geschwindigkeit und der Stärke der seitlichen Wadenmuskeln	Zur Verhinderung eines Rückfalls nach einer Knöchelverstauchung, deren Behandlung die Wiederaufnahme der sportlichen Aktivität erlaubt	Maximal erträgliche Intensität (0-999)	 -SCAN
KRAMPFVORBEUGUNG	Verbesserung der Durchblutung zur Vorbeugung von Krämpfen während der Nacht oder bei Belastungen	Die Krämpfe betreffen hauptsächlich die Muskeln der unteren Gliedmaße, u.a. die Wadenmuskeln	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	 -SCAN  -RANGE
VORBEUGUNG LUMBALGIE	Verbesserung der Rumpfmuskulatur durch Bauch- und Rückenmuskeln	Zur Verringerung des Risikos schmerzhafter Episoden im Lendenwirbelbereich	Maximal erträgliche Intensität (0-999)	 -SCAN

KATEGORIE SCHMERZ

PROGRAMMES	WIRKUNG	ANWENDUNGEN	STIMULATIONSINTENSITÄTEN	FUNKTION <i>mi</i> FALLS <i>mi</i>-SENSOR KABEL ANGESCHLOSSEN
AKUTE TENDINITIS	Schmerzlinderung durch Blockierung der Schmerzweiterleitung	Einmal bis mehrmals am Tag in der akuten Entzündungsphase	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität schrittweise, bis Sie ein deutliches Kribbeln spüren	<i>mi</i>-TENS
CHRONISCHE TENDINITIS	Verbesserte Erholung der Sehnen durch lokale Erhöhung des Blutflusses und Schmerzbekämpfung durch Freisetzung von Endorphinen	Nach Abklingen der Entzündungs-Symptome, während der chronischen Phase der Erkrankung	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
LUMBALGIE	Schmerzstillende Wirkung durch Freisetzung von Endorphinen Steigerung der Durchblutung	Spezifisch an anhaltende Schmerzen im unteren Rückenbereich (Lendengegend) angepasster schmerzstillender Strom	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE
KNÖCHELVERSTAUCHUNG	Schmerzlinderung durch Blockierung der Schmerzweiterleitung	Mehrere Sitzungen täglich, unterbrochen durch wiederholtes Kühlen	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität schrittweise, bis Sie ein deutliches Kribbeln spüren	<i>mi</i>-TENS
DECONTRACTURE	Verminderung der Muskelspannung Lockernde, entspannende Wirkung	Gegen kürzlich aufgetretene und örtlich begrenzte Schmerzen	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	<i>mi</i>-SCAN <i>mi</i>-RANGE

KATEGORIE TRAINING

PROGRAMMES	WIRKUNG	ANWENDUNGEN	STIMULATIONSINTENSITÄTEN	FUNKTION <i>mi</i> FALLS <i>mi</i> -SENSOR KABEL ANGESCHLOSSEN
RUMPFSTABILISATION	Verbesserung der Rumpfstabilität	In einer Vorbereitungsphase oder als Fitnesstraining über die gesamte Saison	Maximal erträgliche Intensität (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
AEROBE AUSDAUER	Erhöhung des Sauerstoffverbrauchs im Muskel Leistungssteigerung bei andauernden Belastungen	Für Läufer mit einem individuellen Trainingspensum von weniger als 5 Sitzungen pro Woche	Maximal erträgliche Intensität (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
KRAFT	Steigerung der Maximalkraft, die der Muskel entwickeln kann Verbesserung des Laufs in hügeligem und unebenem Laufökonomie	Für Läufer mit einem individuellen Trainingspensum von mehr als 4 Sitzungen pro Woche	Maximal erträgliche Intensität (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
TRAIL SPEZIFISCHE KRAFT	Steigerung der Muskelkontraktionskraft Verbesserung des Laufs in hügeligem und unebenem Gelände	Für Läufer, die sich auf einen Wettkampf auf stark unebenem Gelände vorbereiten	Maximal erträgliche Intensität (0-999)	<i>mi</i> -SCAN
LANGLAUFOPTIMIERUNG	Massive Steigerung der lokalen Durchblutung Entwicklung der Kapillargefäße im stimulierten Muskel	Nach der Langlauf-Trainings Sitzung zur Steigerung der Erfolge, ohne die Gelenke zusätzlich zu belasten	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	<i>mi</i> -SCAN <i>mi</i> -RANGE
ÜBERKOMPENSIERUNG	Erhöhung der Durchblutung im stimulierten Muskel Entwicklung der Kapillargefäße im stimulierten Muskel	2 Sitzungen pro Tag in den 4 Tagen vor dem Wettkampf	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	<i>mi</i> -SCAN <i>mi</i> -RANGE
SPEEDPLAY	Training und Vorbereitung der Muskeln auf jegliche Art der Muskelarbeit (aerobe Ausdauer, Kraft, Schnellkraft) dank unterschiedlicher Arbeitssequenzen	Zu Beginn der Saison, um die Muskeln nach einer Pause zu reaktivieren, sowie vor intensiveren und spezifischeren Trainingsperioden Während der Saison für Personen, die nicht einen einzigen Leistungstyp bevorzugen wollen und es vorziehen, ihre Muskeln unterschiedlichen Arbeitsbeanspruchungen zu unterziehen	Maximal erträgliche Intensität (0-999)	<i>mi</i> -SCAN

KATEGORIE ERHOLUNG

PROGRAMMES	WIRKUNG	ANWENDUNGEN	STIMULATIONSINTENSITÄTEN	FUNKTION $m\dot{i}$ FALLS $m\dot{i}$-SENSOR KABEL ANGESCHLOSSEN
AKTIVE ERHOLUNG	Massive Steigerung der Durchblutung Beschleunigter Abtransport von Stoffwechselprodukten Endorphineffekt Lockernde, entspannende Wirkung	Verbesserung und Beschleunigung der Muskelerholung nach intensiver Anstrengung Innerhalb von 3 Stunden nach intensivem Training oder einem Wettkampf anzuwenden	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	$m\dot{i}$ -SCAN $m\dot{i}$ -RANGE
ERHOLUNG NACH INTENSIVER BELASTUNG	Deutliche Steigerung des Blutflusses für ein verbessertes Ausschwemmen der durch Belastung entstandenen organischen Abfallprodukte Schmerzlindernde, lockernde Wirkung	Zur Erzielung der bestund schnellstmöglichen Muskelerholung nach intensiver Belastung Durch den besonderen Rhythmus der Sitzung lässt sich das Risiko von Muskelkrämpfen reduzieren	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	$m\dot{i}$ -SCAN $m\dot{i}$ -RANGE
LINDERUNG MUSKELKATER	Aktivierung der Durchblutung Schmerzlinderung durch Endorphineffekt Verringerung der Muskelspannung	Reduzierung der Dauer und Intensität von Muskelkater Anwendung in den 2-3 Tagen nach dem Wettkampf	Erhöhen Sie die Stimulationsintensität allmählich, bis gut ausgeprägte Muskelzuckungen auftreten	$m\dot{i}$ -SCAN $m\dot{i}$ -RANGE

INSTRUCTIES

1. Verklaring van de Symbolen	153
2. Hoe werkt elektrostimulatie?	154
3. Hoe werkt de MI-technologie (musculaire intelligentie)?	156
4. Apparaatfunctie	157
Inhoud van de set en accessoires	157
Beschrijving van het apparaat	158
Plaatsen van de batterij	159
Aansluitingen	159
Voorlopige instellingen	160
Een categorie kiezen	161
Een programma selecteren	162
Individualiseren van een Programma	162
MI-scantest	163
Aanpassen van de stimulatie-intensiteiten	163
Voortgang van het programma	164
Einde van een programma	165
Ladingsniveau en opladen van de batterij	165
Ladingsniveau van de batterij	165
Opladen	165
5. Probleemoplossing	167
6. Onderhoud van het apparaat	170
7. Technische specificaties	171
8. Tabel EMC	173
9. Programma's	177



Het wordt ten zeerste aanbevolen deze instructies en de contra-indicaties en veiligheidsmaatregelen zorgvuldig door te lezen voordat u de stimulator gebruikt.

1. VERKLARING VAN DE SYMBOLEN

		Zie de instructies
		Toegepaste onderdelen van type BF.
	20xx	Naam en adres van de fabrikant en fabricagedatum
		Dit apparaat moet gescheiden van huishoudelijk afval worden afgevoerd en naar speciale inzamelpunten worden gebracht voor recycling en herwinning van grondstoffen
		De stand-byknop is multifunctioneel
		Beschermen tegen zonlicht
		Op een droge plaats bewaren
IP20 apparaat		Dit is een indicatie van de bescherming tegen indringen van water en fijnstof. Het IP20-teken op uw apparaat betekent: het apparaat is beschermd tegen indringen van vaste voorwerpen met een diameter van 12,5 mm en groter. Niet beschermd tegen water.
IP02 draagkoffer		IP02 op de draagkoffer betekent: beschermd tegen binnendringen van waterdruppels van een douche of van regen.
		Bevat geen latex
REF		Referentienummer
LOT		Batchnummer

2. HOE WERKT ELEKTROSTIMULATIE?

Bij elektrostimulatie worden zenuwvezels gestimuleerd door elektrische impulsen die via elektroden worden afgegeven. De elektrische impulsen van Compex-stimulatoren zijn van hoge kwaliteit, veilig, comfortabel en effectief, en stimuleren diverse soorten zenuwvezels:

1. Motorische zenuwen, voor het stimuleren van een spiercontractie, elektromusculaire stimulatie (EMS) genoemd.
2. Bepaalde soorten sensorische zenuwvezels, om analgetische effecten en pijnverlichting te verkrijgen.

1. STIMULATIE VAN MOTORISCHE ZENUWEN (EMS)

Bij willekeurige activiteit sturen de hersenen een signaal voor samentrekking van een spier, dat vervolgens aan zenuwvezels wordt overgedragen in de vorm van een elektrisch signaal. Dit signaal wordt naar de spiervezels gestuurd, die daardoor samentrekken. Het principe van elektrostimulatie bootst precies het proces na dat bij een willekeurige contractie plaatsvindt. De stimulator stuurt een exciterende elektrische impuls naar de zenuwvezels. Deze excitatie wordt overgedragen aan de spiervezels en leidt tot een eenvoudige mechanische respons (= een spiersamentrekking). Dit is de basisvoorwaarde voor spiercontractie. De spierrespons is in alle opzichten identiek aan spierarbeid die door de hersenen wordt aangestuurd. Met andere woorden, de spier maakt geen onderscheid tussen een door de hersenen of door de stimulator gestuurd signaal. Programma-instellingen (aantal impulsen per seconde, duur van de contractie, rustduur, totale programmaduur) bepalen de diverse soorten arbeid voor de spier, afhankelijk van de spiervezel. Diverse soorten spiervezels kunnen worden onderscheiden, afhankelijk van hun respectievelijke contractiesnelheid: langzame, intermediaire en snelle vezels. Een sprinter heeft duidelijk meer snelle spiervezels en een marathonloper heeft meer langzame vezels. Met een goede kennis van de menselijke fysiologie en volledige controle over de stimulatie-instellingen van de diverse programma's kan spierarbeid specifiek afgestemd op het bereiken van het gewenste doel (spierversterking, verhoogde bloedcirculatie, versteviging, enz.).

2. STIMULATIE VAN SENSORISCHE ZENUWEN

Elektrische impulsen kunnen ook sensorische zenuwen exciteren om een analgetische werking of pijnverlichting te bereiken. Stimulatie van tactiele sensorische zenuwvezels blokkeert de pijn die aan het zenuwstelsel wordt doorgegeven. Stimulatie van een ander type zenuwvezel verhoogt de productie van endorfines en reduceert de pijn op die manier. Met pijnverlichtingsprogramma's kan elektrostimulatie worden gebruikt om acute of chronische gelokaliseerde pijn en spierpijn te behandelen.

Let op: Gebruik pijnverlichtingsprogramma's niet gedurende langere tijd zonder medisch advies.

VOORDELEN VAN ELEKTROSTIMULATIE

Elektrostimulatie is een zeer werkzame methode om spierarbeid te bewerkstelligen:

- met een aanzienlijke verbetering van diverse spiereigenschappen
- zonder cardiovasculaire of mentale vermoeidheid
- met geringe belasting van gewrichten en pezen. Elektrostimulatie maakt het daardoor mogelijk meer spierarbeid te verrichten dan bij vrijwillige activiteit.

Complex adviseert uw elektrostimulatie voor optimale resultaten aan te vullen met andere activiteiten, zoals:

- regelmatige lichaamsbeweging
- een evenwichtig en gezond dieet
- een evenwichtige leefstijl

3. HOE WERKT DE MI-TECHNOLOGIE (MUSCULAIRE INTELLIGENTIE)?

Voor de MI-functies moet de MI-sensorkabel worden aangesloten op de stimulator.

MI-SCAN

Vlak voor het begin van een werksessie test de MI-scan de geselecteerde spiergroep en stelt de stimulator automatisch in op de exciteerbaarheid van dat deel van het lichaam, afhankelijk van uw fysiologie.

Deze functie resulteert in een korte testsequentie aan het begin van het programma, waarbij metingen worden gedaan.

Aan het einde van de test moet de intensiteit worden verhoogd om het programma te starten.

MI-TENS

De MI-tensfunctie beperkt ongewilde spiercontracties op pijnlijke plekken.

Bij iedere verhoging door de gebruiker van de intensiteit vindt een testfase plaats, en als een spiercontractie wordt gedetecteerd, reduceert het apparaat de intensiteit van de stimulatie automatisch.

MI-RANGE

De MI-rangefunctie geeft het ideale bereik aan voor instellen van de stimulatie-intensiteit, die in de volgende programma's moeten worden gebruikt: herstel, massage, capillarisatie en spierpijn.

Wanneer het apparaat het ideale intensiteitsbereik heeft vastgesteld, verschijnt een vinkje op het scherm. Voor optimale arbeid moet de intensiteit binnen dit bereik worden gehouden.

4. APPARAATFUNCTIE

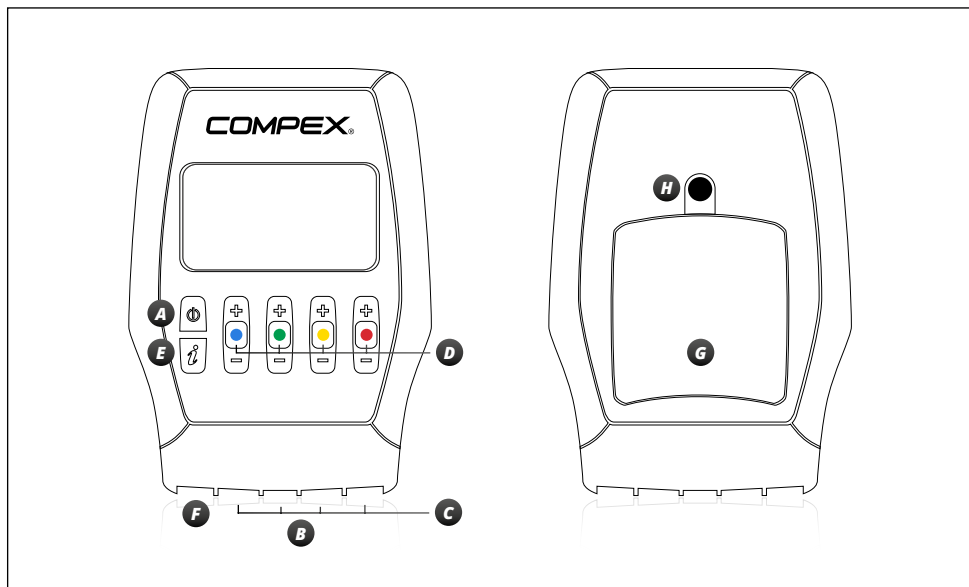
INHOUD VAN DE SET EN ACCESSOIRES

	REF.	AANT.
STIMULATOR	1518117	1
LADER	6830XX	1
SET VAN 4 DRUKKNOOPKABELS	001119	1
MI-SENSORKABEL	601160	1
ZAK MET KLEINE 5X5-ELEKTRODEN	42215	1
ZAK MET GROTE 5X10-ELEKTRODEN	42216-4	1
WAARSCHUWING LEAFLET	M307816	1
BEKNOPTTE HANDLEIDING	4518163	1
DRAAGKOFFER	680029	1
BATTERIJSET	94121X	1



Gebruik dit apparaat alleen met de door Compex aanbevolen kabels, batterij, voedingsadapter en accessoires.

BESCHRIJVING VAN HET APPARAAT



A Aan/uit-knop

B Aansluitingen voor de vier stimulatiekabels

C Stimulatiekabels

D +/- knoppen voor de vier stimulatiekkanalen

E I-knop, waarmee:

- de intensiteiten op meerdere kanalen tegelijk kan worden verhoogd
- de laatstgebruikte programma kunnen worden opgeroepen

F Laadaansluiting (schuif de rode afdekking naar rechts om de laadaansluiting bloot te leggen)

F Batterijvak

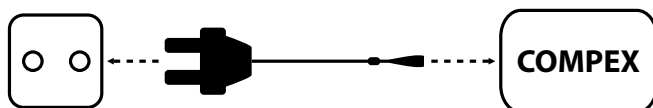
G Houder voor riemclip

PLAATSEN VAN DE BATTERIJ

Open het batterijvakdeksel en plaats de batterij met het etiket naar boven, zodat de + en - tegenover de contacten van het apparaat liggen. Plaats het batterijvakdeksel terug. Als het apparaat langer dan drie maanden niet zal worden gebruikt, controleer dan of de batterij geheel opgeladen is. Als het apparaat langer dan zes maanden niet zal worden gebruikt, controleer dan of de batterij volledig geladen is en neem hem uit de stimulator. Schakel de stimulator uit voordat u de batterij eruit neemt.

AANSLUITINGEN

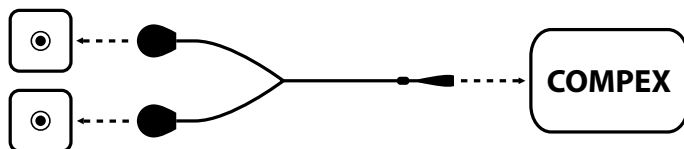
AANSLUITING VAN DE LADER



Verwijder alle stimulatiekabels van de stimulator voordat u de batterij oplaadt. Sluit de lader aan op een stopcontact en sluit de stimulator aan door de rode afdekking naar rechts weg te schuiven, zodat de laadaansluiting bloot komt te liggen. Het wordt ten zeerste aanbevolen de batterij voor het eerste gebruik volledig op te laden om de prestaties en de levensduur ervan te optimaliseren.

AANSLUITEN VAN DE KABELS

De kabels van de stimulator worden aangesloten op de vier aansluitingen aan de voorkant van het apparaat. De MI-sensorkabel kan op ieder contact van de stimulator worden aangesloten.



VOORLOPIGE INSTELLINGEN

Voor het eerste gebruik kunt u diverse instellingen vastleggen. Dit instellingenschermb kan vervolgens worden opgeroepen door het apparaat uit te schakelen en de aan/uit-knop langer dan twee seconden ingedrukt te houden.



B Druk op de +/- knop van kanaal 1 om de gewenste taal in te stellen.

C Druk op de +/- knop van kanaal 2 om het schermcontrast in te stellen.

D Druk op de +/- knop van kanaal 3 om het volume in te stellen.

E Druk op de +/- knop van kanaal 4 om de achtergrondverlichting in te stellen.

ON: achtergrondverlichting altijd aan.

OFF: achtergrondverlichting altijd uit.

AUTO: achtergrondverlichting wordt steeds geactiveerd wanneer een knop wordt ingedrukt.

A Druk op de aan/uit-knop om uw keuzes te bevestigen en op te slaan. De instellingen worden onmiddellijk toegepast.

EEN CATEGORIE KIEZEN

NB De volgende schermen zijn algemene voorbeelden, maar ze werken op dezelfde manier, ongeacht welk apparaat u hebt.

Druk kort op de aan/uit-knop om het apparaat in te schakelen.

Selecteer de gewenste categorie voordat u een programma selecteert.



A Druk op de aan/uit-knop om het apparaat uit te schakelen.

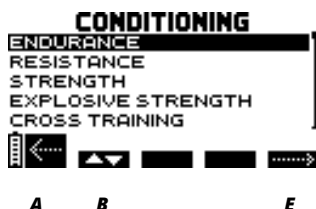
B Druk op de +/- knop van kanaal 1 om een categorie te selecteren.

E Druk op de +/- knop van kanaal 4 om uw selectie te bevestigen.

LAST

Druk op de I-knop om naar de laatstgebruikte programma te gaan. Selecteer van daaruit het gewenste programma en start het.

EEN PROGRAMMA SELECTEREN



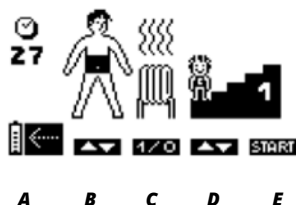
A Druk op de aan/uit-knop om terug te keren naar het vorige scherm.

B Druk op de +/- knop van kanaal 1 om een programma te selecteren.

E Druk op de +/- knop van kanaal 4 om de selectie te bevestigen.

INDIVIDUALISEREN VAN EEN PROGRAMMA

N.B. Niet alle programma's beschikken over een personalisatiescherm.



A Druk op de aan/uit-knop om terug te keren naar het vorige scherm.

B Druk op de +/- knop van kanaal 1 om de spiergroep die u wilt stimuleren te selecteren.

C Druk op de +/- knop van kanaal 2 om de warming-up over te slaan.

D Druk op de +/- knop van kanaal 3 om de stimulatie cyclus te selecteren.

E Druk op de +/- knop van kanaal 4 om de selectie te bevestigen en de stimulatiesessie te beginnen.

N.B. Wanneer de Complex uitgerust is met het MI-sensor-systeem, wordt de spiergroep automatisch geselecteerd.

N.B. Het wordt aanbevolen met de eerste cyclus te beginnen en de cyclus te wijzigen wanneer deze is voltooid, normaliter na vier à zes weken bij drie sessies per week. Het is ook van belang dat tijdens de sessies aanzienlijke stimulatie-intensiteiten zijn bereikt voordat u verdergaat met een andere cyclus. Aan het einde van de cyclus kunt u een nieuwe cyclus starten of een onderhoudstraining uitvoeren, met een sessie per week.

MI-SCAN TEST

NB Zie het hoofdstuk "Hoe MI-technologie werkt".

Als de MI-sensorkabel is aangesloten, begint de MI-scantest onmiddellijk nadat het programma is geselecteerd.

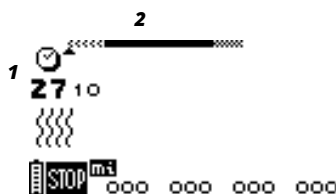
**A**

A Druk op de aan/uit-knop om de test te stoppen

De +/- knoppen van de vier kanalen zijn gedurende de test inactief.

AANPASSEN VAN DE STIMULATIE-INTENSITEITEN

Wanneer u een programma start, wordt u gevraagd de stimulatie-intensiteiten te verhogen. Deze stap is essentieel voor het succes van de sessie.

**A B C D E**

1 Programmaduur in minuten en seconden

2 Voortgangsbalk van het programma. Meer informatie over hoe het werkt, vindt u in de volgende paragraaf: 'Voortgang van het programma'

A Druk op de aan/uit-knop om het apparaat in de pauzestand te zetten.

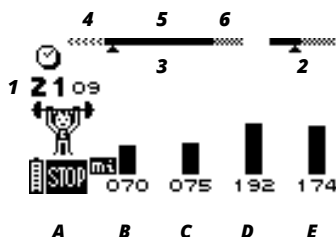
B C D E De vier kanalen knippen van + tot 000. De stimulatie-intensiteit moet worden verhoogd om stimulatie te kunnen starten. Druk daartoe op de +-knoppen van de desbetreffende kanalen totdat de gewenste instelling is bereikt.

NB Om de intensiteiten van meerdere kanalen tegelijk te verhogen, drukt u op de I-knop en verhoogt u vervolgens de intensiteiten. De onderling afhankelijke kanalen worden in wit op een zwarte achtergrond weergegeven.

VOORTGANG VAN HET PROGRAMMA

De eigenlijke stimulatie start wanneer de intensiteit van de stimulatie is verhoogd.

De onderstaande voorbeelden verduidelijken de algemene regels. Afhankelijk van het programma kunnen er kleine verschillen zijn.



- 1** Resterende tijd (in minuten en seconden) tot het einde van het programma
- 2** De balk die de duur van de contractie en de duur van de actieve rust aangeeft, wordt alleen tijdens de arbeidssequentie weergegeven
- 3** Sessiesequenties
- 4** Warm-up
- 5** Arbeidsperiode
- 6** Ontspanning

A Druk op de aan/uit-knop om het programma tijdelijk te onderbreken. Om het programma te hervatten, hoeft u slechts op de +/- knop van kanaal 4 te drukken. De sessie wordt hervat met 80% van de intensiteit van voor de onderbreking.

NB In de pauzestand, en afhankelijk van het programma, kunnen gebruikstatistieken worden weergegeven:

MAX = de maximaal bereikte intensiteit per kanaal tijdens de contractiefasen

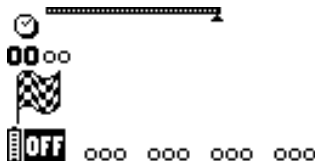
AVG = de gemiddeld bereikte intensiteit over alle kanalen die tijdens de contractiefasen werd toegediend

B C D E De diverse intensiteiten die tijdens de contractiefase werden bereikt, worden weergegeven door een reeks verticale zwarte balken. De intensiteit tijdens de rustfase wordt weergegeven door gearceerde balken.

Zoals u ziet, worden de stimulatie-intensiteiten voor de actieve rustfase automatisch op 50% van de contractie-intensiteiten ingesteld. Deze kunnen tijdens de rustfase worden veranderd. Als deze eenmaal zijn veranderd, zijn ze volledig onafhankelijk van de contractie-intensiteiten.

EINDE VAN EEN PROGRAMMA

Aan het einde van een sessie wordt het volgende scherm weergegeven. Om de stimulator te stoppen drukt u op de aan/uit-knop.



NB Afhankelijk van het programma kunnen gebruikstatistieken worden weergegeven (zie de vorige paragraaf, 'Voortgang van het programma')

LADINGSNIVEAU EN OPLADEN VAN DE BATTERIJ

De prestaties van de batterij hangen af van het programma en de toegepaste stimulatie-intensiteit. Het wordt ten zeerste aanbevolen de batterij voor het eerste gebruik volledig op te laden om de prestaties en de levensduur ervan te optimaliseren. Gebruik altijd de door Compex meegeleverde lader om de batterij op te laden.

Als het apparaat langer dan drie maanden niet zal worden gebruikt, controleer dan of de batterij geheel opgeladen is. Als het apparaat langer dan zes maanden niet zal worden gebruikt, controleer dan of de batterij volledig geladen is en neem hem uit de stimulator. Schakel de stimulator uit voordat u de batterij eruit neemt.

LADINGSNIVEAU VAN DE BATTERIJ

Het ladingsniveau van de batterij wordt weergegeven door een batterijpictogram, linksonder op het scherm. Het batterijpictogram knippert wanneer de batterij helemaal leeg is. Het apparaat kan dan niet meer worden gebruikt. Laad de batterij onmiddellijk op.

OPLADEN

Verwijder alle stimulatiekabels van de stimulator voordat u de batterij oplaadt. Sluit de lader aan op een stopcontact en sluit de stimulator aan door de rode afdekking naar rechts weg te schuiven, zodat de laadaansluiting bloot komt te liggen.

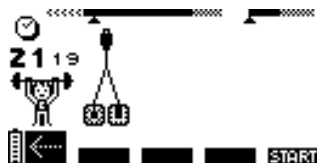
Het hieronder afgebeelde oplaadmenu wordt automatisch weergegeven.



De duur van het opladen wordt op het scherm weergegeven. Zodra het laden gereed is, begint het batterijpictogram te knipperen. Ontkoppel de lader. De stimulator wordt dan automatisch uitgeschakeld.

5. PROBLEEMOPLOSSING

ELEKTRODESTORING



Het apparaat laat een toon horen en geeft afwisselend het elektrodenpaarsymbool en een pijl naar het kanaal waarop het probleem is gedetecteerd weer. In het bovenstaande voorbeeld heeft de stimulator een fout ontdekt op kanaal 1.

Controleer of de elektroden op dit kanaal zijn aangesloten.

Probeer het met nieuwe elektroden als de elektroden oud of versleten zijn, en/of als het contact slecht is.

Probeer de stimulatiekabel op een ander kanaal. Als de kabel nog steeds niet goed werkt, vervang deze dan (www.compexstore.com).

STIMULATIE VEROOorzaakt NIET HET GEBRUIKELIJKE GEVOEL

Controleer of alle instellingen correct zijn en controleer of de elektroden juist geplaatst zijn.

Wijzig de positie van de elektroden enigszins.

STIMULATIE VEROOorzaakt EEN ONPRETTIG GEVOEL

De elektroden verliezen hun hechtcracht en maken niet meer voldoende contact met de huid.

De elektroden zijn versleten en moeten worden vervangen.

Wijzig de positie van de elektroden enigszins.

DE STIMULATOR WERKT NIET

```

PLEASE CONTACT
YOUR AGENT !

NER : 04
MENUS : 1/0
ERROR : 1/0/0

```



Wanneer tijdens het gebruik een foutmeldingsscherm wordt weergegeven, noteer dan het foutnummer (in het voorbeeld is het foutnummer 1/0/0) en neem contact op met het door Compex erkende klantenservicecentrum.

HET LADINGSNIVEAU VAN DE BATTERIJ IS ERG LAAG

Als het volgende scherm verschijnt, schakel het apparaat dan uit en sluit de lader aan.

```

CHECK...

SWITCH OFF &
PLUG CHARGER!
Need recovery

```



Als het ladingsniveau van de batterij erg laag is, begint een herstelcyclus die twee minuten duurt.

```

CHARGING...
wait 2 min /

```



Als die gereed is en de batterij naar behoren werkt, wordt het laden gestart; in dit geval wordt ten eerste aanbevolen de batterij op te laden en weer te ontladen door op de knop van kanaal 4  te drukken en deze cyclus, die maximaal 12 uur kan duren, te starten. Als er echter een defect wordt gevonden, verschijnt het volgende scherm en moet de batterij worden vervangen.

REPLACE
BATTERY !!!



6. ONDERHOUD VAN HET APPARAAT

GARANTIE

Zie bijsluiter.

ONDERHOUD

Reinigen met een zachte doek en een reinigingsmiddel op alcoholbasis zonder oplosmiddelen. Gebruik bij het reinigen van het apparaat zo weinig mogelijk vloeistof. Open de stimulator en de lader niet; ze bevatten hoogspanningscomponenten die elektrocutie kunnen veroorzaken. Het openen moet worden uitgevoerd door door Complex erkende monteurs of reparatiediensten. Uw stimulator hoeft niet gekalibreerd te worden. Als uw stimulator onderdelen bevat die er versleten of defect uitzien, neem dan contact op met het dichtstbijzijnde klantenservicecentrum van Complex.

VOORWAARDEN VOOR OPSLAG/TRANSPORT EN GEBRUIK

	OPSLAG EN TRANSPORT	GEBRUIK
TEMPERATUUR	-20 °C TOT 45 °C	0 °C TOT 40 °C
MAXIMALE RELATIEVE LUCHT-VOCHTIGHEID	75%	30% TOT 75%
ATMOSFERISCHE DRUK	TUSSEN 700 HPA EN 1060 HPA	TUSSEN 700 HPA EN 1060 HPA

Niet gebruiken op plaatsen met explosiegevaar.

AFVOEREN

Batterijen moeten worden afgevoerd in overeenstemming met de geldende nationale regelgeving. Alle producten met een AEEA-etiket (een doorgestreepte afvalbak met wielen) moeten gescheiden van huishoudelijk afval worden afgevoerd en naar speciale inzamel punten worden gebracht voor recycling en herwinning van grondstoffen.

7. TECHNISCHE SPECIFICATIES

ALGEMENE INFORMATIE

94121x oplaadbare nikkel-metaalhydridebatterij (NiMH) (4,8 V / $\geq$ 1200 mA/h).

Batterijladers: alleen laadapparaten met onderdeelnummer 6830xx mogen worden gebruikt om de met de stimulator meegeleverde batterijen op te laden.

NEUROSTIMULATIE

Alle opgegeven elektrische specificaties gelden bij een weerstand van 500 tot 1000 ohm per kanaal.

Kanalen: vier onafhankelijke en individueel instelbare kanalen, elektrisch van elkaar geïsoleerd.

Impulsvorm: constante rechthoekstroom met pulscompensatie voor het elimineren van gelijkspanningscomponenten, om restpolarisatie op huidniveau te voorkomen.

Maximale pulsintensiteit: 120 mA.

Verhoging van de pulsintensiteit: handmatige instelling van stimulatie-intensiteit tussen 0 en 999 (energie) in stappen van minimaal 0,5 mA.

Pulsamplitude: tussen de 60 en 400 μ s.

Maximale elektrische lading per puls: 96 microcoulomb (2 x 48 μ C, gecompenseerd).

Standaard pulsstijgtijd: 3 μ s (20%-80% van de maximale stroom).

Pulsfrequentie: 1 tot 150 Hz.

INFORMATIE OVER ELEKTROMAGNETISCHE COMPATIBILITEIT (EMC)

DE stimulator is ontworpen voor gebruik in normale woonomgevingen, goedgekeurd in overeenstemming met veiligheidsnorm EMC EN 60601-1-2.

Dit apparaat zendt slechts zeer zwakke golven in het radiospectrum (RF) uit en de kans op storing van nabijgelegen elektronische apparatuur (radio's computers, telefoons, enz.) is gering.

De stimulator is ontworpen om weerstand te bieden aan gebruikelijke storingen door elektrostatische ontlading, magnetische velden van de stroomvoorziening en apparaten die radiogolven uitzenden.

Het is echter niet mogelijk om te garanderen dat de stimulator geen invloed ondervindt van krachtige RF (radiofrequente) velden van bijvoorbeeld mobiele telefoons.

Neem contact op met Compex voor meer gedetailleerde informatie over elektromagnetische emissies en immuniteit.

NORMEN

Om uw veiligheid te waarborgen, is de stimulator ontworpen, gefabriceerd en gedistribueerd in overeenstemming met de voorwaarden van de geamendeerde Europese Richtlijn 93/42/EEG betreffende medische hulpmiddelen.

De stimulator voldoet tevens aan de normen IEC 60601-1 betreffende de algemene veiligheid van medisch-elektrische hulpmiddelen, IEC 60601-1-2 betreffende elektromagnetische compatibiliteit en IEC 60601-2-10 betreffende speciale veiligheidseisen voor zenuw- en spierstimulatoren

In overeenstemming met de geldende internationale normen moet een waarschuwing worden gegeven over het aanbrengen van elektroden op de borst (verhoogde kans op hartfibrillatie).

De stimulator voldoet tevens aan Richtlijn 2002/96/EEG betreffende afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (AEEA).

8. TABEL EMC

De Complex vereist bijzondere voorzorgen met betrekking tot de EMC en moet geïnstalleerd en in dienst gesteld worden volgens de in deze handleiding verstrekte informatie over de EMC. Alle draadloze zendapparaten met RF kunnen de Complex beïnvloeden.

Het gebruik van andere dan door de fabrikant aanbevolen accessoires, sensors en kabels kan de emissies versterken of de immuniteit van de Complex verminderen. De Complex mag niet gebruikt worden op of naast een ander apparaat.

Als het gebruik op of naast een ander apparaat onvermijdelijk is, moet men de goede werking van de Complex in deze configuratie controleren.

AANBEVELINGEN EN VERKLARING VAN DE FABRIKANT ELEKTROMAGNETISCHE EMISSIE		
De Complex is ontworpen voor gebruik in de hierna vermelde elektromagnetische omgeving. De klant of gebruiker van de Complex moet zich ervan verzekeren dat hij in een dergelijke omgeving gebruikt wordt.		
EMISSIETEST	CONFORMITEIT	ELEKTROMAGNETISCHE OMGEVING - GIDS
CISPR 11 Emissies RF	Groep 1	De Complex gebruikt RF-energie uitsluitend voor zijn interne werking. Hij geeft dan ook uiterst weinig straling af en kan geen storing veroorzaken in een naburig elektronisch apparaat.
CISPR 11 Emissies RF	Klasse B	
Harmonische emissies IEC 61000-3-2	Klasse A	De Complex is geschikt voor gebruik in alle instellingen, met inbegrip van privéwoningen en plaatsen die direct aangesloten zijn op het openbare laagspanningselektriciteitsnet dat residentiële gebouwen voedt.
Spanningsschommelingen / emissieschommelingen IEC 61000-3-3	Complies	

AANBEVELINGEN EN VERKLARING VAN DE FABRIKANTOPMERKING- ELEKTROMAGNETISCHE IMMUNITEIT

De Complex is ontworpen voor gebruik in de hierna vermelde elektromagnetische omgeving. De klant of gebruiker van de Complex moet zich ervan verzekeren dat hij in een dergelijke omgeving gebruikt wordt.

IMMUNITEITSTEST	TESTNIVEAU IEC 60601	NALEVINGSNIVEAU	ELEKTROMAGNETISCHE OMGEVING - GIDS
Electrostatic discharges immunity tests CEI 61000-4-2	± 6 kV bij contact ± 8 kV in de lucht	± 6 kV bij contact ± 8 kV in de lucht	De vloeren moeten van hout, beton of ceramische tegels zijn. Als de vloeren met kunststof bekleed zijn, moet de relatieve luchtvochtigheid minimum 30% bedragen.
Electrical fast transient/burst immunity test CEI 61000-4-4	± 2 kV voor elektrische voedingslijnen ± 1 kV voor ingangs/uitgangslijnen	±2kV (power lines) Not Applicable (I/O lines)	De kwaliteit van het stroomnet moet overeenkomen met die van een typische commerciële of ziekenhuisomgeving.
Surge immunity test CEI 61000-4-5	± 1 kV differentiaalmodus ± 2 kV gemeenschappelijke modus	±1kV Line to Line Not Applicable (Line to Earth)	De kwaliteit van het stroomnet moet overeenkomen met die van een typische commerciële of ziekenhuisomgeving.
Voltage dips, short interruptions and voltage variations immunity test CEI 61000-4-11	<5% UT (dalen > 95% van UT) gedurende 0,5 cyclus <40% UT (dalen > 60% van UT) gedurende 5 cycli <70% UT (dalen > 30% van UT) gedurende 25 cycli <5% UT (dalen > 95% van UT) gedurende 5 cycli	<5% UT (dalen > 95% van UT) gedurende 0,5 cyclus <40% UT (dalen > 60% van UT) gedurende 5 cycli <70% UT (dalen > 30% van UT) gedurende 25 cycli <5% UT (dalen > 95% van UT) gedurende 5 cycli	De kwaliteit van het stroomnet moet overeenkomen met die van een typische commerciële of ziekenhuisomgeving. Indien men de Complex wil blijven gebruiken tijdens stroomonderbrekingen, is het aanbevolen de Complex met een beveiligde stroomvoorziening of met batterijen te voeden.
Power frequency magnetic field immunity test (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	De magnetische velden met de frequentie van het stroomnet moeten de kenmerken bezitten van een representatieve plaats in een typische commerciële of ziekenhuisomgeving.
OPMERKING: UT is de wisselspanning van het net voor de toepassing van een testniveau.			

AANBEVELINGEN EN VERKLARING VAN DE FABRIKANTOPMERKING- ELEKTROMAGNETISCHE IMMUNITEIT

De Complex is ontworpen voor gebruik in de hierna vermelde elektromagnetische omgeving. De klant of gebruiker van de Complex moet zich ervan verzekeren dat hij in een dergelijke omgeving gebruikt wordt.

IMMUNITEITSTEST	TESTNIVEAU IEC 60601	NALEVINGSNIVEAU	ELEKTROMAGNETISCHE OMGEVING - AANBEVELINGEN
RF geleid IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz tot 80 MHz	3Vrms	Draagbare en mobiele communicatietoestellen met RF mogen niet in de omgeving van de Complex en zijn kabels gebruikt worden op een afstand die kleiner is dan een aanbevolen afstand, berekend aan de hand van de formule die overeenkomt met de frequentie van de zender. Aanbevolen afstand $d = 1.2 \sqrt{P}$ $d = 1.2 \sqrt{P} \text{ 80 MHz tot 800 MHz}$ $d = 2.3 \sqrt{P} \text{ 800 MHz tot 2,5 GHz}$
RF gestraald IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz tot 2.5 GHz 10 V/m 26 MHz tot 1 GHz	3V/m 10V/m	Waarin P het maximale spanningsdebiet van de zender in Watt (W) is, zoals opgegeven door de fabrikant, en d de aanbevolen afstand in meter (m) is. De intensiteit van het veld van vaste RF-zenders, zoals bepaald door een elektromagnetisch onderzoek moet lager zijn dan het nalevingsniveau binnen elk frequentiebereik b. Parasietstoringen kunnen optreden in de nabijheid van elk toestel dat door het volgende symbool geïdentificeerd wordt: 

OPMERKING 1: Bij 80 MHz en bij 800 MHz is de hoogfrequentie-amplitude van toepassing.

OPMERKING 2: Deze richtlijnen kunnen ongeschikt zijn voor bepaalde situaties. De elektromagnetische
voortplanting wordt gewijzigd door de absorptie en de weerkaatsing door gebouwen, voorwerpen en mensen.

^a De intensiteit van het veld dat wordt opgewekt door vaste zenders, zoals het basisstation van een radiotelefoon (gsm/draadloze telefoon), een draagbare radio, een amateurradio, AM- en FM-radiouitzendingen en TV-uitzendingen, is niet nauwkeurig te voorspellen. Het is mogelijk dat men de elektromagnetische omgeving van de plaats moet analyseren om de elektromagnetische omgeving te berekenen die door vaste RF-zenders wordt geschapen. Als de intensiteit van het gemeten veld in de omgeving waar de Complex zich bevindt groter is dan het bovenvermelde geschikte RF-niveau, moet men de goede werking van de Complex controleren. Bij een abnormale werking kan het nodig zijn andere maatregelen te nemen, zoals een andere oriëntatie of het verplaatsen van de Complex.

^b Boven de frequentiebreedte van 150 kHz tot 80 MHz moet de intensiteit van de velden lager zijn dan 3 V/m.

AANBEVOLEN RUIMTE TUSSEN EEN DRAAGBAAR COMMUNICATIEOESTEL EN DE COMPEX

De Complex is ontworpen voor een elektromagnetische omgeving met gecontroleerde RF-stralingsturbulenties. De koper of de gebruiker van de Complex kan bijdragen tot het voorkomen van elektromagnetische parasieten door een minimale afstand te bewaren tussen draagbare communicatietoestellen en mobiele RF-zenders en de Complex, volgens de onderstaande tabel met aanbevelingen en afhankelijk van het maximale elektrische debiet van het telecommunicatietoestel.

MAXIMAAL ELEKTRISCH DEBIET VAN DE ZENDER W	AFSTAND AFHANKELIJK VAN DE FREQUENTIE VAN DE ZENDER MCISPR 11		
	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

In het geval van zenders waarvan het maximale elektrische debiet niet in de bovenstaande tabel voorkomt, kan men de aanbevolen afstand in meter (m) berekenen met behulp van de formule die overeenkomt met de frequentie van de zender, waarin P het maximale elektrische debiet van de zender in Watt (W) is, zoals opgegeven door de fabrikant van de zender.

OPMERKING 1: Bij 80 MHz en bij 800 MHz is de afstand van de hoogfrequentiebreedte van toepassing.

OPMERKING 2: Deze richtlijnen kunnen ongeschikt zijn voor bepaalde situaties. De elektromagnetische voortplanting wordt gewijzigd door de absorptie en de weerkaatsing door gebouwen, voorwerpen en mensen.

9. PROGRAMMA'S

CATEGORIE PREVENTIE				
PROGRAMMA'S	EFFECTEN	TOEPASSINGEN	STIMULATIE-INTENSITEIT	mī FUNCTIE MET mī-SENSOR AANGESLOTEN
PREVENTIE VAN ENKELVERSTUIKINGEN	Verbetering van de contractiesnelheid en de kracht van de laterale kuitbeenspieren	Om het te vermijden na het verstuiken van de enkel waarvan de initiële behandeling het hervatten van de sportactiviteit toelaat	Maximaal verdraagbare intensiteit (0-999)	mī-SCAN
KRAMPPREVENTIE	Verbetering van de bloedsomloop om nachtelijke krampen of krampen na inspanningen te voorkomen	De stimulatie-energie geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mī-SCAN mī-RANGE
PREVENTIE VAN LAGE RUGPIJN	Verbetering van de steun van de onderrug door de buik- en lumbale spieren	Maximaal verdraagbare energie (0-999)	Maximaal verdraagbare intensiteit (0-999)	mī-SCAN

CATEGORIE PIJNBESTRIJDING

PROGRAMMA'S	EFFECTEN	TOEPASSINGEN	STIMULATIE- INTENSITEIT	mī FUNCTIE MET mī-SENSOR AANGESLOTEN
ACUTE TENDINITIS	Verlichting van de pijn door de transmissie van de pijnsignalen te blokkeren	Eenmaal of verscheidene keren per dag tijdens de acute fase van de aandoening	Verhoog de intensiteit van de stimulatie geleidelijk aan, tot een duidelijk tintelend gevoel ontstaat	mī-TENS
CHRONISCHE TENDINITIS	Verbetering van het herstel van de pezen door de plaatselijke stimulatie van de bloedsomloop, pijnstillend effect door het vrijmaken van endorfine	Na de verdwijning van de ontstekings symptomen, tijdens de chronische fase van de aandoening	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mī-SCAN mī-RANGE
LAGE RUGPIJN	Pijnstillende werking door het vrijkomen van endorfine Verhoging van de bloedstroom	Pijnstillende stroom, specifiek geschikt voor aanhoudende lage rugpijn (lendenstreek)	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mī-SCAN mī-RANGE
ENKELVERSTUIKING	Verlichting van de pijn door de transmissie van de pijnsignalen te blokkeren	Verscheidene sessies per dag, afgewisseld met herhaald aanbrengen van ijs	Verhoog de intensiteit van de stimulatie geleidelijk aan, tot een duidelijk tintelend gevoel ontstaat	mī-TENS
CONTRACTUUR	Vermindering van de spierspanning Relaxerend en krampwerend effect	Tegen recente en lokale spierpijn	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mī-SCAN mī-RANGE

CATEGORIE VOORBEREIDING

PROGRAMMA'S	EFFECTEN	TOEPASSINGEN	STIMULATIE-INTENSITEIT	mi FUNCTIE MET mi-SENSOR AANGESLOTEN
BUIK/RUGSTABILISATIE	Verbetering van de stabilisatie van de romp	Tijdens de voorbereiding- of de onderhoudsfasen gedurende heel het sportseizoen	Maximaal verdraagbare intensiteit (0-999)	mi-SCAN
UITHOUDINGSVERMOGEN	Verbetering van het zuurstofverbruik door de spieren Verbetering van de prestaties tijdens langdurige inspanningen	Voor renners met minder dan 5 conventionele trainingen per week	Maximaal verdraagbare intensiteit (0-999)	mi-SCAN
KRACHT	Toename van de maximale kracht die de spier kan ontwikkelen Betere loopprestaties en betere krachtverdeling in de wedstrijd	Voor renners met meer dan 4 conventionele trainingen per week	Maximaal verdraagbare intensiteit (0-999)	mi-SCAN
KRACHT SPECIFIEK TRAIL	Verhoging van de kracht van de spiercontractie Betere prestaties op hellingen en ruw terrein	Voor renners die zich op een wedstrijd met grote niveauverschillen voorbereiden	Maximaal verdraagbare intensiteit (0-999)	mi-SCAN
OPTIMALISATIE LANGE RIT	Sterke stijging van het lokale bloeddebiet Ontwikkeling van het net van haarvaten in de gestimuleerde spier	Na een lange trainingsrit, om haar voordelen te versterken zonder de gewrichten extra te belasten	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mi-SCAN mi-RANGE
OVERCOMPENSATIE	Verbetering van de bloedstroom in de gestimuleerde spier Ontwikkeling van het net van haarvaten in de gestimuleerde spier	2 sessies per dag, de 4 laatste dagen voor de wedstrijd	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mi-SCAN mi-RANGE
FARTLEK	Training en voorbereiding van de spieren voor alle soorten spierarbeid (uithoudingsvermogen, weerstand, kracht, explosieve kracht), dankzij verschillende arbeidssequenties	Aan het begin van het seizoen, om de spieren opnieuw in vorm te brengen na een rustperiode en vóór de meer intensieve en specifieke trainingen Tijdens het seizoen, voor wie die niet alle aandacht op één soort training wil richten maar de spieren aan verschillende werkregimes wil onderwerpen	Maximaal verdraagbare intensiteit (0-999)	mi-SCAN

CATEGORIE HERSTEL

PROGRAMMA'S	EFFECTEN	TOEPASSINGEN	STIMULATIE-INTENSITEIT	mi FUNCTIE MET mi-SENSOR AANGESLOTEN
ACTIEVE RECUPERATIE	Sterke stijging van de bloedstroom Versnelde afvoer van het afval van de spiercontractie Endorfine-effect Relaxend en krampwerend effect	Om het spierherstel te bevorderen na een intense inspanning Gebruiken binnen 3 uur na een intensieve training of een wedstrijd	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mi-SCAN mi-RANGE
HERSTEL INTENSE INSPANNING	Sterke vergroting van het bloeddebiet, voor een betere afvoer van de organische afvalstoffen van de inspanning Pijnstillend en krampwerend effect	Om na een zware inspanning het beste, snelste spierherstel te krijgen Het bijzondere ritme van de sessie vermindert het risico op spierkrampen	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mi-SCAN mi-RANGE
BESTRIJDING SPIERPIJN	Activeren van de bloedsomloop Verlichting van de pijn door het endorfine-effect Herstel van de spiertonus	Vermindering van de duur en intensiteit van spierpijn Tijdens de 2 of 3 dagen na de wedstrijd	De stimulatie-intensiteit geleidelijk verhogen tot duidelijke spierschokken waarneembaar zijn	mi-SCAN mi-RANGE