beurer
Woman's Life
EM 55
Menstrual Relax +

Beurer GmbH, Söflinger Str. 218, 89077 Ulm, Germany
www.beurer.com, www.beurer-gesundheitsratgeber.com, www.beurer-healthguide.com
Beurer UK Ltd., Suite 16, Stonecross Place, Yew Tree Way, WA3 2SH Golborne, United Kingdom

CE 0483

DEUTSCH

Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung aufmerksam durch, bewahren Sie sie für späteren Gebrauch auf, machen Sie sie anderen Benutzern zugänglich und beachten Sie die Hinweise.

1. ZUM KENNENLERNEN

Was ist das EM 55 Plus Menstrual Relax?

Krampfartige Unterleibsschmerzen oder starke Regelschmerzen treten bei vielen Frauen vor und während der Menstruation auf. Zudem leiden viele Frauen an Krankheiten wie Endometriose, die Schmerzen im Unterleib verursachen. Oft sind die Schmerzen so stark, dass sich Frauen eine sofortige Schmerzlinderung erhoffen. Das innovative Menstrual Relax ist ein selbsthaftendes TENS-Gerät mit Wärmefunktion zur Schmerzlinderung bei Menstruationsbeschwerden und Schmerzen aufgrund von Endometriose. Dank der eingesetzten TENS-Technologie können mit dem Menstrual Relax, Schmerzen punktgenau behandelt werden. Das Menstrual Relax verfügt insgesamt über 15 Intensitätsstufen.
Um die Beschwerden noch angenehmer lindern zu können, bietet es zusätzlich die Möglichkeit, eine wohltuende Wärme hinzuzuschalten. Das aus Silikon in Medizinqualität bestehende Menstrual Relax ist in elegantem Design ist extrem dünn und flexibel und passt sich perfekt an die zu behandelnde Körperstelle an. Der Akku sorgt für energieeffiziente Behandlungen von jeweils 20 Minuten (pro Akkuladung sind bis zu 6 Behandlungen möglich).

Was ist und kann TENS?

Unter TENS, der transkutanen elektrischen Nervenstimulation, versteht man die über die Haut wirkende elektrische Anregung von Nerven. TENS ist als klinisch erwiesene, wirksame, nicht-medikamentöse, bei richtiger Anwendung nebenwirkungsfreie Methode zur Behandlung von Schmerzen bestimmter Ursachen zugelassen – dabei auch zur einfachen Selbstbehandlung. Der schmerzlindernde bzw. -unterdrückende Effekt wird durch die andeinem erregt durch die Unterdrückung der Weiterleitung des Schmerzes in Nervenfasern und Steigerung der Ausschneidung körpereigener Endorphine, die das Schmerzempfinden durch ihre Wirkung im Zentralen Nervensystem vermindern. Die Methode ist wissenschaftlich untermauert und medizinisch zugelassen.
Jedes Krankheitsbild, das eine TENS Anwendung sinnvoll macht, muss von Ihrem behandelnden Arzt abgeklärt werden. Dieser wird Ihnen auch Hinweise zum jeweiligen Nutzen einer TENS-Selbstbehandlung geben. TENS ist zur Anwendung bei Menstruationsbeschwerden und zur Schmerzlinderung bei Endometriose klinisch geprüft und zugelassen.
TENS-Geräte funktionieren durch Einbringung von Strom über die Haut. Die Gel-Pads dienen hierbei als Übertragungsmedium, welche einem natürlichen Verschleiß unterliegen. Ist kein ausreichender Kontakt über die Gel-Pads mehr möglich und das Menstrual Relax haftet nicht vollflächig auf der Haut, muss dieses getauscht werden. Andernfalls kann die partiell erhöhte Stromdichte zur Hautirritationen führen.

2. LIEFERUMFANG

Überprüfen Sie den Lieferumfang auf äußere Unversehrtheit der Kartonverpackung und auf die Vollständigkeit des Inhalts. Vor dem Gebrauch ist sicherzustellen, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.
1x Menstrual Relax, 4x selbsthaftende Gel-Pads, 1x USB-C Kabel, 1x Diese Gebrauchsanweisung

3. ZEICHENERKLÄRUNG

Auf dem Gerät, in der Gebrauchsanweisung, auf der Verpackung und auf dem Typschild des Geräts werden folgende Symbole verwendet:

	Entsorgung gemäß der Elektro- und Elektronik Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)
Battery Pb Cd Hg	Schadstoffhaltige Batterien nicht im Hausmüll entsorgen
	WARNUNG Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit
	ACHTUNG Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden an Gerät/Zubehör
	Effektive Ausgangswerte über 10mA gemittelt über jedes 5-Sekunden-Intervall können vom Gerät abgegeben werden.
	Hinweis Hinweis auf wichtige Informationen
	Hersteller
	Herstellungsdatum
	Isolierung der Anwendungsteile Typ BF Galvanisch isoliertes Anwendungsteil (F steht für floating), erfüllt die Anforderungen an Ableitströme für den Typ B
	Nicht bei bei implantierten elektrischen Geräten (wie z.B. Herzschrittmachern) verwenden
	Nicht in Herznähe verwenden
CE	**CE-Kennzeichnung** Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien.
IP22	**IP-Klasse** Gerät geschützt gegen Fremdkörper ≥12,5 mm und gegen schräges Tropfwasser
	Verwendbar bis
	Anleitung beachten Vor Beginn der Arbeit und /oder dem Bedienen von Geräten oder Maschinen die Anleitung lesen
Storage	Zulässige Lagerungstemperatur und -luftfeuchtigkeit
Operating	Zulässige Betriebstemperatur und -luftfeuchtigkeit
Transportation	Zulässige Transporttemperatur und -luftfeuchtigkeit
	Verpackungskomponenten trennen und entsprechend der kommunalen Vorschriften entsorgen.
B A	Kennzeichnung zur Identifikation des Verpackungsmaterials. A = Materialabkürzung, B = Materialnummer: 1-7 = Kunststoffe, 20-22 = Papier und Pappe
	Produkt und Verpackungskomponenten trennen und entsprechend der kommunalen Vorschriften entsorgen.
SN	Seriennummer
MD	Medizinprodukt
REF	Artikelnummer
#	Typennummer
	Importeur Symbol

4. ZWECKBESTIMMUNG TENS

Das Gerät ist zur Behandlung von Schmerzen mit Hilfe der TENS-Technologie (Transkutane elektrische Nervenstimulation) bestimmt.

Zielgruppe

Dieses Gerät ist zur Eigenanwendung in häuslicher Umgebung, nicht in professionellen Einrichtungen zur Gesundheitsfürsorge, vorgesehen. Die Anwendung ist für die erwachsenen Personen geeignet.

Klinischer Nutzen:

Schmerzlinderung bei Menstruationsbeschwerden und Schmerzen aufgrund von Endometriose.

Indikationen

- Regelschmerzen bei Frauen
- Schmerzen durch Endometriose

Kontraindikationen:

- Die Stimulation sollte nicht
  - über oder durch den Kopf,
  - direkt auf den Augen,
  - unter Abdeckung des Mundes,
  - auf der Vorderseite des Halses (insbesonder Karotissinus), oder
  - mit auf der Brust und dem oberen Rücken, oder
  - das Herz kreuzend angebrachten Elektroden, erfolgen.
- Eine Anwendung in der Nähe des Herzens muss unterbleiben. Stimulationselektroden dürfen an keiner Stelle des vorderen Brustkorbs (durch Rippen und Brustbein gekennzeichnet) angewandt werden, insbesondere nicht an beiden großen Brustmuskeln. Hier kann es das Risiko von Herzkammerflimmern erhöhen und einen Herzstillstand herbeiführen (Siehe Kapitel 5 Allgemeine Warnhinweise).
- Verwenden Sie das Gerät NICHT
  - am knöchernen Schädel, im Bereich des Mundes, des Rachenraumes oder des Kehlkopfes,
  - im Bereich des Halses/Halsschlagader,
  - im Bereich der Genitalien.
  - Bei implantierten elektrischen Geräten (wie z.B. Herzschrittmachern).
  - Bei Vorhandensein von metallenen Implantaten (z.B. Kupferspiralen).
  - Bei Insulinpumpenträgern.
  - Bei hohem Fieber (z.B. > 39°C).
  - Bei bekannten oder akuten Herzrhythmusstörungen und anderen Erregungsbildungs- und Leitungsstörungen am Herzen.
  - Auf akut oder chronisch erkrankter (verletzter oder entzündeter) Haut, (z.B. bei schmerzhaften und schmerzlosen Entzündungen, Rötungen, Hautausschlägen (z.B. Allergien), Verbreinungen, Prellungen, Schwellungen und offenen sowie sich im Heilungsprozess befindliche Wunden, an Operationsnarben, die sich in der Heilung befinden.
  - Bei Anfallsleiden (z.B. Epilepsie).
  - Bei einer bestehenden Schwangerschaft.
  - Bei vorliegenden Krebserkrankungen.
  - Nach Operationen, bei denen verstärkte Muskelkontraktionen den Heilungsprozess stören könnten.
  - Bei einem gleichzeitigen Anschluss an ein Hochfrequenz-Chirurgiegerät.
  - Bei akuten oder chronischen Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts.

Warnung! Unerwünschte Nebenwirkungen
- Hautreizungen

5. ALLGEMEINE WARNHINWEISE

Allgemeine Warnhinweise

Eine Anwendung des Gerätes ersetzt keine ärztliche Konsultation und Behandlung. Befragen Sie bei jeder Art von Schmerz oder Krankheit deshalb immer zunächst Ihren Arzt! Halten Sie vor einer Anwendung des Geräts Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt bei:

- Akuten Erkrankungen, insbesondere bei Verdacht oder Vorliegen von Bluthochdruckerkrankungen, Blutgerinnungsstörungen, Neigung zu thromboembolischen Erkrankungen sowie bei bösartigen Neubildungen.
- alle Hauterkrankungen oder offenen Wunden.
- Nicht abgeklärten chronischen Schmerzzuständen unabhängig von der Körperregion.
- Diabetes.
- Allen Sensibilitätsstörungen mit reduziertem Schmerzempfinden (wie z.B. Stoffwechselstörungen).
- Gleichzeitig durchgeführten medizinischen Behandlungen.
- Mit der Stimulationsbehandlung auftretenden Beschwerden.
- Beständigen Hautreizungen aufgrund von langzeitiger Stimulation an der gleichen Elektrodenstelle.

Verwenden Sie das Menstrual Relax ausschließlich:

- Am Menschen.
- Für den Zweck, für den es entwickelt wurde und auf die in dieser Gebrauchsanweisung angegebene Art und Weise. Jeder unsachgemäße Gebrauch kann gefährlich sein.
- Zur äußerlichen Anwendung.
- Mit den mitgelieferten und nachbestellbaren Original-Ersatzteilen, ansonsten erlischt der Garantieanspruch.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Das Gerät ist nur für den Einsatz im häuslichen/privaten Umfeld bestimmt, nicht im gewerblichen Bereich.

Allgemeine Vorsichtsmaßnahmen

- Nicht in Umgebungen mit hoher Feuchtigkeit, wie z.B. im Badezimmer oder beim Baden oder Duschen anwenden.
- Nicht nach Alkoholkonsum verwenden.
- Entfernen Sie die Elektroden stets mit mäßigem Zug von der Haut, um im seltenen Fall einer hochempfindlichen Haut Verletzungen zu vermeiden.
- Halten Sie das Gerät von Wärmequellen fern und verwenden Sie es nicht in der Nähe (~1 m) von Kurz- oder Mikrowellengeräten (z.B. Handys), da dies zu unangenehmen Stromspitzen führen kann.
- Setzen Sie das Gerät nicht direkter Sonne oder hohen Temperaturen aus.
- Schützen Sie das Gerät vor Stößen, Staub, Schmutz und Feuchtigkeit.
- Das Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen.
- Das Gerät ist zur Eigenanwendung geeignet.
- Die Elektroden dürfen aus hygienischen Gründen nur bei einer Person angewendet werden.
- Sollte das Gerät nicht korrekt funktionieren, sich Unwohlsein oder Schmerzen einstellen, brechen Sie die Anwendung sofort ab.
- Zum Entfernen oder Versetzen von Elektroden zuvor das Gerät abschalten, um ungewollte Reize zu vermeiden.
- Modifizieren Sie das Menstrual Relax nicht (z.B. durch Beschnitt). Dies führt zu höherer Stromdichte und kann gefährlich sein (max. empfohlener Ausgangswert für die Elektrode 9 mA/cm², eine effektive Stromdichte über 2 mA/cm² bedarf der erhöhten Aufmerksamkeit).
- Stellen Sie sicher, dass die Elektroden vollständig in Kontakt mit der Haut sind.
- Wenn die Elektroden verschließen, kann es zu Hautreizungen kommen, da eine gleichmäßige Verteilung des Stroms über die gesamte Fläche nicht mehr gewährleistet ist. Aus diesem Grund sollten die Elektroden ausgetauscht werden.
- Nicht im Schlaf, beim Führen eines Kraftfahrzeuges oder gleichzeitigem Bedienen von Maschinen anwenden.
- Nicht anwenden bei allen Tätigkeiten, bei denen eine unvorhergesehene Reaktion (z.B. verstärkte Muskelkontraktion) eine Gefahr darstellen könnte.
- Achten Sie darauf, dass während der Stimulation keine metallischen Objekte wie Gürtelschnallen oder Halsbänder in Kontakt mit den Elektroden gelangen können. Sollten Sie im Bereich der Anwendung Schmuck oder Piercings (z.B. Bauchnabelpiercing) tragen, müssen Sie diese vor dem Gebrauch des Gerätes entfernen, da es sonst zu punktuellen Verbrennungen kommen kann.
- Halten Sie das Gerät von Kindern fern, um eventuellen Gefahren vorzubeugen.
- Benutzen Sie dieses Gerät nicht gleichzeitig mit anderen Geräten, die elektrische Impulse an Ihren Körper abgeben.
- Nicht anwenden in der Nähe leicht entzündlicher Stoffe, Gase oder Sprengstoffe.
- Führen Sie die Anwendung in den ersten Minuten im Sitzen oder Liegen durch, um in den seltenen Fällen vagaler Reaktion (Schwächegefühl) nicht unnötiger Verletzungsgefahr ausgesetzt zu sein. Stellen Sie bei Eintreten eines Schwächegefühls sofort das Gerät ab und legen Sie die Beine hoch (ca. 5–10 Min.).
- Eine Vorbehandlung der Haut mit fettenden Cremes oder Salben wird nicht empfohlen, der Elektrodenverschleiß ist hierdurch stark erhöht bzw. kann es auch hier zu unangenehmen Stromspitzen kommen.
- Halten Sie Kinder vom Verpackungsmaterial fern (Erstickungsgefahr!).
- Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen Ort auf (nur in Innenräumen verwenden). Um die Gefahr eines Brandes und/oder eines elektrischen Schlages zu vermeiden, muss das Gerät vor hoher Feuchtigkeit und Wasser geschützt werden.
- Die tatsächliche Temperatur des Menstrual Relax kann aufgrund des Hautzustandes, des Alters, der Schmerzstelle etc. variieren.
- Sollte sich die Wärme zu heiß anfühlen, stoppen Sie die Behandlung umgehend. Sie können die TENS-Behandlung ohne Wärmefunktion fortsetzen.
- Warten Sie nach dem Essen mindestens eine Stunde, bevor Sie mit der Anwendung des Menstrual Relax beginnen.

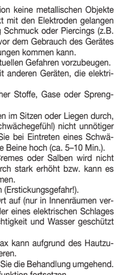
Die Gel-Pads können für max. 20 Anwendungen verwendet werden (je nach Hauttyp- und beschaffenheit kann dies stark variieren).
- verwenden Sie die Gel-Pads auf sauberer, trockener Haut und vermeiden sie Lotionen oder fettige Cremes
- nicht auf offene Wunden anwenden
- konsultieren Sie Ihren Arzt bei empfindlicher Haut

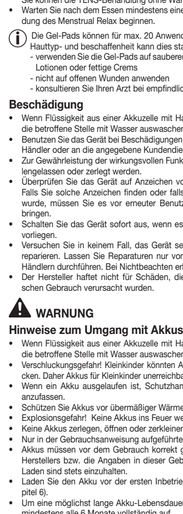
Beschädigung

- Wenn Flüssigkeit aus einer Akkuzelle mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, die betroffene Stelle mit Wasser auswaschen und ärztliche Hilfe aufsuchen.
- Benutzen Sie das Gerät bei Beschädigungen nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.
- Zur Gewährleistung der wirkungsvollen Funktion des Gerätes sollte es nicht fallengelassen oder zerlegt werden.
- Überprüfen Sie das Gerät auf Anzeichen von Abnutzung oder Beschädigung. Falls Sie solche Anzeichen finden oder falls das Gerät unsachgemäß benutzt wurde, müssen Sie es vor erneuter Benutzung zum Hersteller oder Händler bringen.
- Schalten Sie das Gerät sofort aus, wenn es defekt ist oder Betriebsstörungen vorliegen.
- Versuchen Sie in keinem Fall, das Gerät selbstständig zu öffnen und/oder zu reparieren. Lassen Sie Reparaturen nur vom Kundendienst oder autorisierten Händlern durchführen. Bei Nichtbeachtung erlischt die Garantie.

6. GERÄTEBESCHREIBUNG

1. Intensität erhöhen
2. Wärme-/ Akku-Ladeanzeige-LED
3. TENS-LED
4. EIN/AUS-Taste ⏻
5. Intensität reduzieren
6. Linke Elektrode
7. Wärmefläche
8. Rechte Elektrode
9. USB-C-Anschluss





7. INBETRIEBNAHME

Akku aufladen

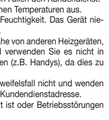
Hinweis
Bevor Sie das Menstrual Relax zum ersten Mal in Betrieb nehmen, müssen Sie es für mindestens 2 Stunden aufladen. Gehen Sie dazu wie folgt vor:

1. Öffnen Sie am Menstrual Relax die Abdeckung des USB-C-Anschlusses.
2. Verbinden Sie das mitgelieferte USB-C-Ladekabel mit einem USB-Netzadapter (output: max. 5V/2A, nicht im Lieferumfang enthalten) und dem Menstrual Relax.
3. Stecken Sie anschließend den Netzadapter in eine geeignete Steckdose.
4. Während des Ladevorgangs blinkt die Akku-Ladeanzeige-LED grün. Sobald das Menstrual Relax vollständig aufgeladen ist, leuchtet die Akku-Ladeanzeige-LED durchgehend grün.

Hinweis
Während das Menstrual Relax geladen wird, ist keine Anwendung möglich.
Achten Sie darauf, dass während des Ladevorgangs kein Hautkontakt mit den Elektroden besteht.

Gel-Pads anbringen

1. Entfernen Sie vorsichtig einen der Schutzfilme.



2. Bringen Sie das Gel-Pad sorgfältig auf dem Menstrual Relax an und ziehen Sie vorsichtig den zweiten Schutzfilm ab. Beachten Sie, dass der Rand der Gel-Pads nicht über das Menstrual Relax übersteht. Bringen Sie auf jeder Elektrode ein Gel-Pad an.

WARNUNG
Ziehen Sie den Schutzfilm vorsichtig und langsam ab. Stellen Sie sicher, dass die selbsthaftenden Gel-Pads nicht beschädigt sind, da durch Schäden oder Unebenheiten am Film eventuell Hautirritationen verursacht werden können.

8. ANWENDUNG

Anwendung beginnen

Hinweis
Das Menstrual Relax verfügt insgesamt über eine Wärmestufe, mit einer Wärmeentwicklung bis maximal 43 °C, und 15 Intensitätsstufen für die TENS-Anwendung. Wir empfehlen Ihnen am Anfang mit einer niedrigen Intensitätsstufe zu beginnen, bis Sie sich an das Gerät gewöhnt haben. Das Menstrual Relax besitzt eine Abschaltautomatik. Es schaltet sich nach einer Anwendungsdauer von 20 Minuten automatisch ab.

1. Kleben Sie das Menstrual Relax auf Ihren Unterbauch. Sie können das Pad flexibel je nachdem wo der Schmerz auftritt anbringen. Achten Sie nur drauf, dass die Elektroden keinen Kontakt mit den Hüftknochen haben.
2. Um das Pad einzuschalten, halten Sie die EIN/AUS-Taste ⏻ kurz gedrückt. Die Wärme-LED blinkt grün und das Menstrual Relax beginnt sich zu erwärmen. Sollte die Wärme-LED orange blinken, laden Sie das Menstrual Relax, wie im Kapitel „Akku aufladen" beschrieben, auf.
3. Um die elektrische Nervenstimulation (TENS) hinzuzuschalten, drücken Sie erneut kurz die EIN/AUS-Taste ⏻. Die TENS-LED blinkt. Um die Stimulation zu starten, drücken Sie die **∧** - Taste einmal. Die niedrigste Intensität ist nun aktiviert.
4. Sollten Sie die TENS-Funktion ohne Wärmefunktion nutzen wollen, drücken Sie erneut die EIN/AUS-Taste ⏻. Nun blinkt nur noch die TENS-LED und sie können Ihre Stimulation durch Drücken der **∧** - Taste starten.
5. Wählen Sie mit den Tasten ∧/∨ Ihre gewünschte Intensitätsstufe.
6. Um das Menstrual Relax auszuschalten, halten Sie die EIN/AUS-Taste ⏻ für 3 Sekunden gedrückt. Die Wärme-LED und die TENS-LED erlöschen.
7. Schalten Sie das Menstrual Relax aus bevor Sie es entfernen. Ziehen Sie nach der Anwendung das Menstrual Relax vorsichtig von Ihrem Unterbauch ab. Um die Gel-Pads zu schützen, bringen Sie die Schutzfilme wieder auf den Gel-Pads an.

WARNUNG!
Stellen Sie sicher, dass bei der Behandlung die Bedieneinheit schnell zugänglich ist, um eine unangenehme Behandlung zeitnah unterbrechen zu können.

Hinweise zur Anwendung

- Machen Sie zwischen den Anwendungen eine Pause von mindestens 30 Minuten.
- Nutzen Sie das Menstrual Relax nur so oft, wie es Ihnen angenehm ist. Sobald sie die Funktionen des Menstrual Relax nicht mehr als angenehm empfinden, unterbrechen Sie die Anwendung.
- Das Menstrual Relax verfügt über eine Body-Loose-Funktion, welche detektiert ob das Gerät Körperkontakt hat. Bei mangelndem Körperkontakt piepst das Gerät und schaltet sich dann selbst aus. Sollte das Gerät am Körper angebracht sein und dennoch piepen, reinigen Sie die Gel-Pads und versuchen Sie erneut, das Gerät zu starten. Besteht das fortwährende Piepen, ersetzen Sie die Gel-Pads.
- Wenn die Klebefähigkeit der Gel-Pads nachlässt, ersetzen Sie sie umgehend. Benutzen Sie das Menstrual Relax erst wieder, wenn Sie die Gel-Pads ersetzt haben. Andernfalls könnte die ungleichmäßige Haftung der Gel-Pads zu Hautverletzungen führen.
- Wenn Sie unangenehme Stromspitzen spüren, schalten Sie das Menstrual Relax aus und versetzen Sie es leicht.
- Sollten Sie feststellen, dass Sie durch die Anwendung des Menstrual Relax eine deutlich stärkere Periodenblutung erfahren, verzichten Sie auf die Anwendung.

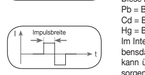
WARNUNG!
Eine Anwendung der Elektroden an der vorderen Wand des Brustkorbs darf nicht durchgeführt werden.

Programme

Zyklus	1	2	3
Impulsbreite	100 µs	250 µs	75 µs
Impulsfrequenz	100 Hz	8 Hz	85 Hz
Zyklusdauer	120 s	120 s	160 s

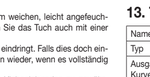
Impulsfrequenz

Die Frequenz gibt die Anzahl der Einzelimpulse pro Sekunde an, ihre Angabe erfolgt in Hz (Hertz). Sie kann berechnet werden, indem man den Umkehrwert der Periodenzeit berechnet.



Impulsbreite

Mit ihr wird die Dauer eines Einzelimpulses in Mikrosekunden angegeben. Die Impulsbreite bestimmt dabei unter anderem die Eindringtiefe des Stromes, wobei allgemein gilt: Größere Muskelmasse bedarf größerer Impulsbreite.



9. REINIGUNG UND PFLEGE

WARNUNG
- Reinigen Sie das Gerät nach Gebrauch mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch. Bei stärkerer Verschmutzung können Sie das Tuch auch mit einer leichten Seifenlauge befeuchten.
- Achten Sie darauf, dass kein Wasser in das Gerät eindringt. Falls dies doch einmal geschieht, verwenden Sie das Gerät erst dann wieder, wenn es vollständig getrocknet ist.
- Um eine möglichst langandauernde Haftung der Klebeelektroden zu gewährleisten, reinigen Sie diese vorsichtig mit einem feuchten, fusselfreien Tuch.
- Benutzen Sie zum Reinigen keine chemischen Reiniger oder Scheuermittel.

10. ZUBEHÖR- UND ERSATZTEILE

Für Zubehör- und Ersatzteile besuchen Sie www.beurer.com oder wenden Sie sich an die jeweilige Serviceadresse in Ihrem Land (laut Serviceadressliste). Die Zubehör- und Ersatzteile sind zusätzlich im Handel erhältlich.

Bezeichnung	Artikel- bzw. Bestellnummer
1 x selbsthaftende Gel-Pad-Set	110.008
1 x USB-C Kabel	110.009

11. WAS TUN BEI PROBLEMEN?

Problem	Mögliche Ursache	Behebung
Das Gerät schaltet sich beim Drücken der EIN/AUS-Taste nicht ein.	Der Akku ist gegebenenfalls leer.	Laden Sie den Akku vollständig auf. Sollte sich das Gerät immer noch nicht einschalten lassen, setzen Sie sich mit dem Kundendienst in Verbindung.
Das Gerät hält nicht am Körper.	Die klebrige Oberfläche der Gel-Pads mit einem feuchten, fusselfreien Tuch reinigen. Sollten die Gel-Pads nach wie vor keinen festen Halt haben, müssen diese ausgetauscht werden. Vor jeder Anwendung die Haut reinigen, auf Hautbalsam und Pflegeöle vor der Behandlung verzichten. Eine Rasur kann die Haftbarkeit der Gel-Pads erhöhen.	
Es kommt zu keiner spürbaren Stimulation.	Die Gel-Pads sind eventuell verschmutz oder abgenutzt. Eventuell muss der Akku geladen werden.	Stellen Sie sicher, dass die Gel-Pads festen Kontakt zum Behandlungsbereich haben. Der Akku ist beinahe leer. Laden Sie diesen vollständig auf.
Sie verspüren ein unangenehmes Gefühl an den Gel-Pads.	Die Gel-Pads sind abgenutzt. Diese können auf Grund einer nicht mehr gewährleisteten gleichmäßigen, vollflächigen Stromverteilung zu Hautreizungen führen.	Ersetzen Sie die Gel-Pads.
Die Haut im Behandlungsbereich wird rot.	Eine schnell abklingende Hautrötung unter den Gel-Pads ist ungefährlich und lässt sich durch die örtlich angeregte stärkere Durchblutung durch TENS und Wärme erklären.	Behandlung sofort abbrechen und warten bis sich der Hautzustand normalisiert hat. Bleibt die Hautreizung jedoch bestehen, und kommt es evtl. zu Juckreiz oder Entzündung, ist vor weiterer Anwendung mit Ihrem Arzt Rücksprache zu halten. Evtl. ist die Ursache in einer Allergie auf die Klebeoberfläche zu suchen.
Die Haut unter der Wärmefläche wird rot.	Eine Rötung unter der Wärmefläche des Menstrual Relax lässt sich über die stark angeregte Durchblutung des erwärmten Gewebes erklären.	Der Hautzustand sollte sich einige Zeit nach der Behandlung wieder normalisieren. Bleibt die Rötung allerdings bestehen, und kommt es eventuell zu Juckreiz oder Entzündungen, ist vor weiterer Anwendung der Wärmefunktion mit Ihrem Arzt Rücksprache zu halten.
Das Menstrual Relax wird zu warm.	Drücken Sie auf die EIN/AUS-Taste ⏻ um die Wärmefunktion zu beenden und nur noch die TENS-Funktion zu verwenden.	

ENGLISH

Please read these instructions for use carefully and keep them for later use, make them accessible to other users, and observe the information they contain.

1. GETTING TO KNOW YOUR DEVICE

What is the EM 55 Plus Menstrual Relax?

Many women experience abdominal cramps and severe menstrual pain before and during their period. On top of that, a lot of women also suffer from illnesses which cause pain in the lower abdomen, such as endometriosis. This pain is often so severe that women seek immediate pain relief. The innovative Menstrual Relax is a self-adhesive TENS device with a heat function to provide pain relief for menstrual discomfort and pain caused by endometriosis. The TENS technology used in the Menstrual Relax can treat pain in a targeted manner. The Menstrual Relax has a total of 15 intensity levels.
To alleviate pain even more pleasantly, a soothing heat function can be activated. Made from medical-quality silicone, the elegantly designed Menstrual Relax is extremely slim and flexible, and adapts perfectly to the area to be treated. The battery ensures energy-efficient treatments of 20 minutes each (up to 6 treatments are possible per battery charge).

What is TENS and what can it do?

TENS, or transcutaneous electrical nerve stimulation, refers to the electrical stimulation of nerves through the skin. TENS is an effective non-pharmacological method for treating different types of pain from a variety of causes. It has no side effects if administered correctly. The method has been clinically tested and approved and can be used for simple self-treatment. The pain-relief or pain-suppressing effect is achieved by inhibiting the transfer of pain within nerve fibres and by increasing the secretion of endorphins within the body, as their effect on the central nervous system reduces the sensation of pain. The method has been scientifically substantiated and approved as a form of medical treatment.
Any symptoms that could be relieved using TENS must be checked by your GP. Your doctor will also give you instructions on how to carry out a TENS self-treatment regime. TENS has been clinically tested and approved for menstrual discomfort and for the relief of pain caused by endometriosis.
TENS devices work by passing electrical currents over the skin. The gel pads are used as a transfer medium and are subject to natural wear and tear. The gel pads must be replaced when they stop providing sufficient contact and the Menstrual Relax no longer sticks to the skin completely. Failure to replace the pads may lead to skin irritation as a result of heightened current density in particular areas.

2. INCLUDED IN DELIVERY

Check that the exterior of the cardboard delivery packaging is intact and make sure that all contents are present. Before use, ensure that there is no visible damage to the device or accessories and that all packaging material has been removed. If you have any doubts, do not use the device and contact your retailer or the customer service address provided.
1x Menstrual Relax, 4x self-adhesive gel pads, 1x USB-C cable, 1x these instructions for use

3. SIGNS AND SYMBOLS

The following symbols are used on the device, in these instructions for use, on the packaging and on the type plate for the device:

	Disposal in accordance with the Waste Electrical and Electronic Equipment EC Directive – WEEE.
Pb Cd Hg	Do not dispose of batteries containing harmful substances with household waste
	WARNING Warning indicating a risk of injury or damage to your health
	CAUTION Safety note indicating possible damage to the device/accessory
	The device can emit effective output values above 10 mA, averaged over every 5-second interval.
	Note Note on important information
	Manufacturer
	Date of manufacture
	Type BF applied part Galvanically isolated applied part (F stands for "floating"); meets the requirements for leakage currents for type B
	Do not use if you have implanted electrical devices (e.g. a pacemaker)
	Do not use near the heart
CE	**CE labelling** This product satisfies the requirements of the applicable European and national directives.
IP22	**IP class** Device protected against foreign objects ≥12.5 mm and against water dripping at an angle
	Use by
	Observe the instructions Read the instructions before starting work and/or operating devices or machines
Storage	Permissible storage temperature and humidity
Operating	Permissible operating temperature and humidity
Transportation	Permissible transport temperature and humidity
	Separate the packaging elements and dispose of them in accordance with local regulations.
B A	Marking to identify the packaging material. A = material abbreviation, B = material number: 1–7 = plastics, 20–22 = paper and cardboard
	Separate the product and packaging elements and dispose of them in accordance with local regulations.
SN	Serial number
MD	Medical device
REF	Article number
#	Type number
	Importeur Symbol

4. INTENDED USE FOR TENS

The device is intended to treat pain using TENS technology (transcutaneous electrical nerve stimulation).

Target group

This device is intended for self-treatment in the home, not in professional healthcare facilities. The application is suitable for all adults.

Clinical benefits:

Pain relief for menstrual discomfort and pain due to endometriosis.

Indications

- Period pain in women
- Pain due to endometriosis

Contraindications:

- Stimulation should not be carried out
  - on or through the head,
  - directly on the eyes,
  - over the mouth,
  - on the front of the neck (particularly not the carotid sinus), or
  - with the electrode surfaces placed on the chest, upper back or
  - across the heart.
- The device must never be used near to the heart. The stimulation electrodes must not be placed on any part of the front ribcage (where the ribs and breastbone are located), and especially not on the two large pectorals. This can increase the risk of ventricular fibrillation and induce cardiac arrest (see Chapter 5 General Warnings).
- Do NOT use the device
  - On the skeletal skull structure, or around the mouth, throat or larynx.
  - In the neck/carotid artery area.
  - In the genital area.
  - If you have implanted electrical devices (e.g. a pacemaker).
  - If you have metal implants (e.g. IUDs).
  - If you use an insulin pump.
  - If you have a high temperature (e.g. > 39°C).
  - If you have a known or acute cardiac arrhythmia or disorders of the heart's impulse and conduction system.
  - On acutely or chronically diseased (injured or irritated) skin (e.g. inflamed skin – whether painful or not, reddened skin, rashes (e.g. allergies), burns, bruises, swellings, both open and healing wounds, and post-operative scars that are healing).
  - If you suffer from a seizure disorder (e.g. epilepsy).
  - If you are pregnant.
  - If you have cancer.
  - After an operation, if strong muscle contractions could affect the healing process.
  - If you are connected to a high-frequency surgical device.
  - If you have an acute or chronic disease of the gastrointestinal tract.

Warning! Undesirable side effects
- Skin irritation

5. GENERAL WARNINGS

General warnings

The device is not a substitute for medical consultation and treatment. Always consult your doctor first in the event of pain or illness. Before using the device, consult your doctor if any of the following apply to you:

- If you suffer from an acute medical condition, in particular if you suspect or have been diagnosed with high blood pressure, a blood coagulation disorder, propensity to thrombo-embolic conditions or recurrent malignant growths.
- If you have any skin diseases or open wounds.
- If you have unexplained chronic pain in any part of the body.
- If you suffer from diabetes.
- If you have any sensory impairment that reduces the feeling of pain (e.g. metabolic disorders).
- If you are receiving medical treatment.
- In the event of complaints linked to the stimulation treatment.
- If you suffer from persistently irritated skin due to long-term stimulation at the same electrode site.

Only use the Menstrual Relax:

- On people.
- For the intended purpose and as specified in these instructions for use. Any form of improper use can be dangerous.
- For external use only.
- With the original accessories supplied, which can be re-ordered. Failure to do so invalidates the warranty.
- This device is NOT intended for use by people with restricted physical, sensory or mental skills or a lack of experience and/or a lack of knowledge, unless they are supervised by a person who has responsibility for their safety or they receive instructions from this person on how to use the device.
- Children must not play with the device.
- The device is only intended for domestic/private use, not for commercial use.

General precautions

- Do not use in humid environments (e.g. in the bathroom) or when bathing or showering.
- Do not use after consuming alcohol.
- Always pull gently on electrodes to remove them from the skin to prevent injuries in the unusual case of highly sensitive skin.
- Hold the device away from sources of heat and do not use it in close proximity (approx. 1 m) to shortwave or microwave devices (e.g. mobile phones), as doing so can result in unpleasant current peaks.
- Do not expose the device to direct sunlight or high temperatures.
- Protect the device from impact, dust, dirt and moisture.
- Never immerse the device in water or other liquids.
- The device is suitable for self-treatment.
- For hygiene reasons, the electrodes may only be used on one person.
- If the device does not work properly, or if you feel unwell or experience pain, stop using it immediately.
- Switch off the device first before removing or relocating electrodes to prevent unintentional stimulation.
- Do not modify the Menstrual Relax (e.g. by trimming). This increases the current density, which

ESPAÑOL

Lea detenidamente estas instrucciones de uso, consérvelas para su futura utilización, póngalas a disposición de otros usuarios y respete las indicaciones.

1. INFORMACIÓN GENERAL
¿Qué es el EM 55 Plus Menstrual Relax?
Muchas mujeres sufren dolor abdominal espasmódico o dolor menstrual intenso antes y durante la menstruación. Además, muchas sufren enfermedades como la endometriosis, que causan dolor en el bajo vientre. El dolor suele ser tan intenso que las mujeres anhelan su alivio inmediato. El innovador Menstrual Relax es un electroestimulador TENS autoadhesivo con función de calor para el alivio del dolor menstrual y el dolor producido por la endometriosis. Gracias a la tecnología TENS que incorpora, el Menstrual Relax permite tratar el dolor en el lugar exacto en el que se produce. El Menstrual Relax dispone de un total de 15 niveles de intensidad.
Para intensificar la sensación de alivio de las molestias, ofrece además la posibilidad de aplicar un agradable calor. Fabricado en silicona sanitaria y de elegante diseño, es extraordinariamente fino y flexible, y se adapta perfectamente a la zona del cuerpo objeto del tratamiento. La batería proporciona tratamientos de 20 minutos de forma energéticamente eficiente (hasta 6 tratamientos posibles por carga completa de la batería).
¿Qué es la TENS y para qué sirve?
Por TENS, electroestimulación nerviosa transcutánea, se entiende la estimulación eléctrica de los nervios a través de la piel. TENS es un método clínicamente probado, eficaz, no medicamentoso, sin efectos secundarios si se usa correctamente, autorizado para el tratamiento de dolores de diferente origen; también es apto para el autotratamiento. El efecto de alivio o eliminación del dolor se alcanza, entre otras cosas, gracias a la supresión de la transmisión del dolor a través de las fibras nerviosas y al aumento de la secreción de endorfinas naturales del cuerpo, que disminuyen la sensación de dolor gracias a su efecto en el sistema nervioso central. El método está científicamente comprobado y cuenta con homologación médica.
Su médico debe explicarle los cuadros clínicos en los que resulta adecuada la aplicación de TENS. E indicarle, además, cómo realizar por su cuenta el tratamiento con TENS. El uso de TENS ha sido clínicamente probado y aprobado para el alivio de molestias menstruales y del dolor producido por la endometriosis.
Los aparatos TENS funcionan aplicando corriente sobre la piel. Las almohadillas de gel, que están sometidas a un proceso de desgaste natural, sirven de medio de transmisión. Si el contacto a través de las almohadillas de gel deja de ser suficiente y el Menstrual Relax no se adhiere en toda su superficie a la piel, deberá sustituirse. De lo contrario, el aumento parcial de la densidad de corriente puede producir irritaciones cutáneas.

2. ARTÍCULOS SUMINISTRADOS
Compruebe que el embalaje de los artículos suministrados esté intacto y que su contenido esté completo. Antes de utilizar el aparato deberá asegurarse de que ni este ni los accesorios presentan daños visibles y de que se retira el material de embalaje correspondiente. En caso de duda, no lo use y póngase en contacto con su distribuidor o con la dirección de atención al cliente indicada.
1 Menstrual Relax, 4 almohadillas de gel autoadhesivas, 1 cable USB-C, 1 manual de instrucciones

3. EXPLICACIÓN DE LOS SÍMBOLOS
En el aparato, en las instrucciones de uso, en el embalaje y en la placa de características del aparato se utilizan los siguientes símbolos:

	Eliminación según la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE)
Pb Cd Hg	No desechar con la basura doméstica pilas que contengan sustancias tóxicas
	ADVERTENCIA Indicación de advertencia sobre peligro de lesiones u otros peligros para la salud
	ATENCIÓN Indicación de seguridad sobre posibles daños en el aparato o los accesorios
	El aparato puede emitir valores de salida efectivos por encima de 10 mA promediados en intervalos de 5 segundos.
	Aviso Indicación de información importante
	Fabricante
	Fecha de fabricación
	Aislamiento de las piezas de aplicación tipo BF Pieza de aplicación aislada galvánicamente (F significa flotante), cumple los requisitos de corrientes de fuga para el tipo B
	No usar en caso de dispositivos eléctricos implantados (como marcapasos)
	No usar cerca del corazón
	Marcado CE Este producto cumple los requisitos de las directrices europeas y nacionales vigentes.
IP22	**Clase IP** Aparato protegido contra cuerpos extraños ≥12,5 mm y contra goteo oblicuo de agua
	Se puede utilizar hasta
	Deben seguirse las instrucciones Leer las instrucciones antes de empezar a trabajar o a manejar aparatos o máquinas
Storage	Temperatura y humedad de almacenamiento admisibles
Operating	Temperatura y humedad de funcionamiento admisibles
Transportation	Temperatura y humedad de transporte admisibles
	Separe los componentes del envase y elimínelos conforme a las disposiciones municipales.
B A	Etiquetado para identificar el material de embalaje. A = abreviatura del material, B = número de material: 1-7 = plásticos, 20-22 = papel y cartón
	Separar el producto y los componentes del embalaje, y eliminarlos conforme a las disposiciones municipales.
SN	Número de serie
MD	Dispositivo médico
REF	Número de artículo
#	Número de modelo
	Símbolo del importador

4. FINALIDAD TENS
El aparato está diseñado para el tratamiento de dolores con ayuda de la tecnología TENS (electroestimulación nerviosa transcutánea).
Grupo objetivo
Este aparato está previsto para la autoaplicación en el entorno doméstico, no en instalaciones profesionales de asistencia sanitaria. La aplicación es adecuada para todos los adultos.
Beneficios clínicos:
Alivio del dolor menstrual y el dolor producido por la endometriosis.
Indicaciones
- Molestias menstruales en las mujeres
- Dolor por endometriosis
Contraindicaciones:
- La estimulación no debe aplicarse
  - por encima o a través de la cabeza,
  - directamente sobre los ojos,
  - cubriendo la boca,
  - en la parte delantera del cuello (especialmente en la carótida) o
  - con los electrodos colocados sobre el pecho y la parte superior de la espalda o
  - cruzando el corazón.
- No debe utilizarse cerca del corazón. Los electrodos de estimulación no deben aplicarse en la parte delantera de la caja torácica (donde se encuentran las costillas y el esternón) y en particular no deben aplicarse en los dos músculos pectorales grandes. Esto puede aumentar el riesgo de fibrilación ventricular y causar una parada cardiaca (véase el capítulo 5 Indicaciones de advertencia generales).
- NO utilice el aparato
  - en el cráneo, en la zona de la boca, la faringe y la laringe,
  - en la zona del cuello/la carótida,
  - en la zona genital.
  - En caso de implantes eléctricos (como marcapasos).
  - En caso de implantes metálicos (como espirales de cobre).
  - Si lleva una bomba de insulina.
  - Si tiene fiebre alta (p. ej., >39 °C).
  - En caso de alteraciones del ritmo cardiaco conocidas o agudas y otros problemas de generación y transmisión de impulsos en el corazón.
  - Sobre piel con enfermedades agudas o crónicas (lesionada o inflamada) (p. ej., con inflamaciones dolorosas o indoloras, enrojecimiento, erupciones cutáneas [como alergias], quemaduras, contusiones, hinchazones, heridas abiertas o en proceso de curación, o en cicatrices posoperatorias que se encuentran en fase de curación).
  - Si sufre ataques (p. ej., de epilepsia).
  - En caso de embarazo.
  - Si padece cáncer.
  - Tras someterse a operaciones cuyo proceso de recuperación podría verse perjudicado por contracciones musculares intensas.
  - Si se está conectado al mismo tiempo a un equipo quirúrgico de alta frecuencia.
  - En caso de enfermedades agudas o crónicas del tracto gastrointestinal.

⚠ Advertencia Efectos secundarios no deseados
- Irritación de la piel

5. INDICACIONES GENERALES
⚠ Indicaciones generales
La utilización del aparato no exime de acudir al médico ni de seguir el tratamiento prescrito por él. Por lo tanto, cualquier dolor o enfermedad debe consultarse primero con un médico. Consulte a su médico antes de utilizar el aparato en caso de:
- Padecer o sospechar que pueda padecer enfermedades graves, especialmente enfermedades hipertensivas, trastornos de la coagulación, tendencia a las enfermedades tromboembólicas y neoformaciones malignas.
- Tener cualquier enfermedad de la piel o heridas abiertas.
- Sufrir dolores crónicos de origen desconocido, independientemente de la zona corporal.
- Diabetes.
- Sufrir cualquier trastorno de la sensibilidad con reducción de la sensación de dolor (por ejemplo, trastornos metabólicos).
- Realizar al mismo tiempo tratamientos médicos.
- Producirse molestias con el tratamiento de estimulación.
- Producirse irritaciones de la piel permanentes tras una estimulación prolongada en el mismo lugar de colocación de los electrodos.
Utilice el Menstrual Relax únicamente:
- En personas.
- Para el fin para el que ha sido diseñado y del modo expuesto en estas instrucciones de uso. ¡Todo uso inadecuado puede ser peligroso!
- De forma externa.
- Con las piezas de repuesto originales suministradas o las de posventa; de lo contrario, la garantía quedará invalidada.
- Este aparato no debe ser utilizado por personas con facultades físicas, sensoriales o mentales limitadas, o con poca experiencia o conocimientos, a no ser que los vigile una persona responsable de su seguridad o que esta persona les indique cómo se debe utilizar el aparato.
- Los niños no deberán jugar nunca con el aparato.
- Este aparato se ha diseñado exclusivamente para su uso privado o en el hogar y no para uso industrial.
Precauciones generales
- No lo utilice en entornos con un nivel de humedad elevado, como el cuarto de baño, ni durante el baño o la ducha.
- No lo utilice después de haber consumido alcohol.
- Retire siempre los electrodos de la piel tirando moderadamente para evitar que en casos muy poco frecuentes, si la piel es muy sensible, se puedan producir heridas.
- Mantenga el aparato alejado de fuentes de calor y no lo utilice cerca (~1 m) de aparatos de onda corta o microondas (como teléfonos móviles), ya que esto puede causar desagradables picos de corriente.
- No exponga el aparato a la luz directa del sol ni a temperaturas elevadas.
- Proteja el aparato de golpes, polvo, suciedad y humedad.
- No sumerja nunca el aparato en agua ni en ningún otro líquido.
- El aparato es apropiado para un uso autónomo.
- Por razones de higiene, los electrodos deben ser utilizados por una sola persona.
- Si el aparato no funcionase correctamente, o produjese malestar o dolor, interrumpa inmediatamente su utilización.
- Antes de retirar o recolocar los electrodos debe desconectarse el aparato para evitar irritaciones molestas.
- No modifique el Menstrual Relax (por ejemplo, recortándolo). Ello provocaría una densidad de corriente más elevada, que puede resultar peligrosa (valor de salida máx. recomendado para los electrodos de 9 mA/cm²; con una densidad de corriente efectiva superior a 2 mA/cm² se requiere especial precaución).
- Asegúrese de que los electrodos estén totalmente en contacto con la piel.
- Si los electrodos se desgastan, pueden producirse irritaciones en la piel; ya que no se garantiza una distribución uniforme de la corriente en toda la superficie. Por este motivo, los electrodos deben sustituirse.
- No se debe utilizar mientras se duerme, se conduce o se maneja maquinaria.
- No se debe utilizar mientras se realizan actividades en las que una reacción imprevista (como contracciones musculares fuertes a pesar de la baja intensidad) pueda ser peligrosa.
- Asegúrese de que durante la estimulación no entren en contacto con los electrodos objetos metálicos, como por ejemplo la hebilla del cinturón o un collar. Si lleva joyas o piercings (p. ej., un piercing en el ombligo) en la zona de aplicación, deberá quitárselos antes de utilizar el aparato, dado que podrían producirle quemaduras localizadas.
- Mantenga el aparato fuera del alcance de los niños para evitar posibles peligros.
- No utilice este aparato al mismo tiempo que otros dispositivos que emitan impulsos eléctricos a su cuerpo.
- No utilice el aparato cerca de sustancias inflamables, gases o explosivos.
- Durante los primeros minutos de la aplicación, permanezca sentada o tumbada para evitar un riesgo innecesario de lesiones en el muy infrecuente caso de una reacción vagal (sensación de debilidad). Si empieza a sentir debilidad, apague inmediatamente el aparato y levante las piernas (durante aprox. 5-10 min).
- No es recomendable tratar la piel con cremas grasas o pomadas antes de la aplicación, ya que aceleran el desgaste de los electrodos y pueden producirse también desagradables picos de corriente.
- Mantenga a los niños alejados del material de embalaje (peligro de asfixia).
- Guarde el aparato en un lugar seco (solo para uso en interiores). Para evitar el riesgo de incendio y/o descarga eléctrica, el aparato debe protegerse del agua y de un nivel de humedad elevado.
- La temperatura efectiva del Menstrual Relax puede variar en función del estado de la piel, la edad, el punto donde se concentra el dolor, etc.
- Si siente que el calor es demasiado intenso, interrumpa inmediatamente el tratamiento. Puede continuar el tratamiento TENS sin función de calor.
- Espere al menos una hora después de comer antes de comenzar a usar el Menstrual Relax.

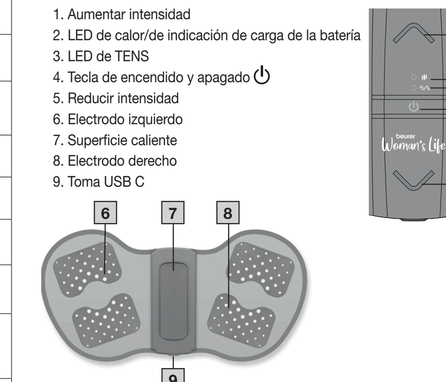
ⓘ Las almohadillas de gel pueden utilizarse para un máximo de 20 aplicaciones (esto puede variar considerablemente en función del tipo de piel y sus características).
- Utilice las almohadillas de gel sobre la piel limpia y seca, y evite lociones o cremas grasas.
- No las utilice en heridas abiertas.
- Consulte a su médico en caso de piel sensible.

Deterioro
- En caso de que el líquido de una batería entre en contacto con la piel o los ojos, lave la zona afectada con agua y busque asistencia médica.
- No utilice este aparato en caso de que presente daños y diríjase a su distribuidor o a la dirección de atención al cliente indicada.
- Para garantizar el funcionamiento eficaz del aparato, no deberá desmontarlo y deberá tener cuidado de que no se caiga.
- Compruebe si el aparato presenta signos de desgaste o deterioro. Si constata signos de este tipo o si el aparato ha sido utilizado indebidamente, antes de volver a utilizarlo deberá llevarlo al fabricante o a su distribuidor.
- Apague el aparato de inmediato si presenta defectos o se producen fallos de funcionamiento.
- No intente bajo ninguna circunstancia abrir y/o reparar el aparato. Las reparaciones solo deberán realizarlas el servicio de atención al cliente o distribuidores autorizados. El incumplimiento de esta disposición anula la garantía.
- El fabricante declina toda responsabilidad por daños y perjuicios debidos a un uso inadecuado o incorrecto.

⚠ ADVERTENCIA
Indicaciones para la manipulación de baterías
- En caso de que el líquido de una batería entre en contacto con la piel o los ojos, lave la zona afectada con agua y busque asistencia médica.
- ¡Peligro de asfixia! Los niños pequeños podrían tragarse las baterías y asfixiarse. ¡Guarde las baterías fuera del alcance de los niños!
- Si se derrama el líquido de una batería, póngase guantes protectores para tocar el aparato.
- Proteja las baterías de un calor excesivo.
- ¡Peligro de explosión! No arroje baterías al fuego.
- No despiece, abra ni triture las baterías.
- Utilice solo los cargadores indicados en las instrucciones de uso.
- Las baterías deben estar correctamente cargadas antes de su uso. Para una carga correcta, deben cumplirse en todo momento las indicaciones del fabricante o las de estas instrucciones de uso.
- Cargue completamente la batería antes de la primera puesta en funcionamiento (véase el capítulo 6).
- Cargue completamente la batería al menos cada 6 meses para prolongar su vida útil el mayor tiempo posible.

⚠ ATENCIÓN
- Proteja el aparato de impactos fuertes.
- No utilice el aparato si detecta algún daño o si no funciona correctamente. En estos casos, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente.
- No exponga el aparato a la luz directa del sol ni a temperaturas elevadas.
- Proteja el aparato del polvo, la suciedad y la humedad. No sumerja nunca el aparato en agua ni en ningún otro líquido.
- No utilice este aparato junto a o cerca de otros aparatos que funcionan con calor, como secadoras u hornos, ni cerca (~1 m) de aparatos de onda corta o microonda (como teléfonos móviles), ya que esto puede causar desagradables picos de corriente.
- En caso de duda, no lo utilice si presenta daños y diríjase a su distribuidor o a la dirección de atención al cliente indicada.
- Apague el aparato de inmediato si presenta defectos o se producen fallos de funcionamiento.
- No intente bajo ninguna circunstancia abrir y/o reparar el aparato.
- Las reparaciones solo deberán realizarlas el servicio de atención al cliente o distribuidores autorizados. El incumplimiento de esta disposición anula la garantía.

6. DESCRIPCIÓN DEL APARATO
1. Aumentar intensidad
2. LED de calor/de indicación de carga de la batería
3. LED de TENS
4. Tecla de encendido y apagado ⏻
5. Reducir intensidad
6. Electrodo izquierdo
7. Superficie caliente
8. Electrodo derecho
9. Toma USB C

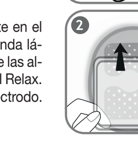


7. PUESTA EN FUNCIONAMIENTO
Cargar la batería
ⓘ **Nota**
Antes de utilizar por primera vez el Menstrual Relax, deberá cargarlo como mínimo durante 2 horas. Proceda para ello del siguiente modo:

1. Abra la tapa de la toma USB C del Menstrual Relax.
2. Conecte el cable de carga USB C suministrado con un adaptador de red USB (salida: máx. 5 V/2 A, no incluido en los artículos suministrados) y el Menstrual Relax.
3. A continuación, enchufe el adaptador de red a una toma de corriente adecuada.
4. Durante el proceso de carga el LED de indicación de carga de la batería parpadea en verde. En cuanto el Menstrual Relax se ha cargado completamente, el LED de indicación de carga de la batería se ilumina permanentemente en verde.

ⓘ **Nota**
El Menstrual Relax no se puede utilizar mientras se está cargando.
Asegúrese de que durante el proceso de carga la piel no entre contacto con los electrodos.
Colocación de las almohadillas de gel
1. Retire con cuidado una de las láminas protectoras.

2. Coloque la almohadilla de gel cuidadosamente en el Menstrual Relax y retire con cuidado la segunda lámina protectora. Asegúrese de que el borde de las almohadillas de gel no sobresalga del Menstrual Relax. Coloque una almohadilla de gel sobre cada electrodo.



⚠ ADVERTENCIA
Retire la lámina protectora tirando lentamente con cuidado. Asegúrese de que las almohadillas de gel autoadhesivas no estén dañadas, ya que los daños o las irregularidades en la lámina podrían causar irritaciones en la piel.

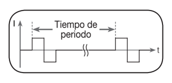
8. UTILIZACIÓN
Comenzar la utilización
ⓘ **Nota**
El Menstrual Relax dispone de un nivel de calor que alcanza una temperatura máxima de 43 °C, y 15 niveles de intensidad para el uso de TENS. Le recomendamos empezar con un nivel de intensidad bajo hasta que se haya acostumbrado al aparato. El Menstrual Relax cuenta con un mecanismo de desconexión automática. Se apaga automáticamente después de usarlo durante 20 minutos.

1. Pegue el Menstrual Relax en su bajo vientre. Puede colocar la almohadilla de forma flexible en función de dónde se produzca el dolor. Asegúrese de que los electrodos no entren en contacto con el hueso ilíaco.
2. Para activar la almohadilla, mantenga pulsada brevemente la tecla de encendido y apagado ⏻. El LED de calor parpadea en verde y el Menstrual Relax empieza a calentarse. Si el LED de calor parpadea en naranja, cargue el Menstrual Relax como se describe en el capítulo «Cargar la batería».
3. Para activar además la electroestimulación nerviosa (TENS), vuelva a pulsar brevemente la tecla de encendido y apagado ⏻. El LED de TENS parpadea. Para iniciar la estimulación, pulse una vez la tecla ∧. Ahora está activada la intensidad más baja.
4. Si desea utilizar la función TENS sin función de calor, vuelva a pulsar la tecla de encendido y apagado ⏻. Ahora parpadea solamente el LED de TENS y se puede iniciar la estimulación pulsando la tecla ∧.
5. Seleccione con las teclas ∧/∨ el nivel de intensidad que desee.
6. Para apagar el Menstrual Relax, mantenga pulsada la tecla de encendido y apagado ⏻ durante 3 segundos. El LED de calor y el LED de TENS se apagan.
7. Apague el Menstrual Relax antes de retirarlo. Tras la aplicación, retire con cuidado el Menstrual Relax del bajo vientre. Para proteger las almohadillas de gel, vuelva a colocar sobre ellas las láminas protectoras.

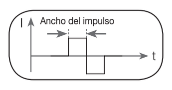
⚠ ADVERTENCIA
Asegúrese de que la unidad de control sea rápidamente accesible durante el tratamiento para poder interrumpir de inmediato un tratamiento desagradable.
Indicaciones de utilización
- Haga una pausa de como mínimo 30 minutos entre distintas aplicaciones.
- Utilice el Menstrual Relax tan a menudo como le resulte agradable. Deje de usarlo en cuanto sus funciones dejen de resultarle agradables.
- El Menstrual Relax dispone de una función Body Loose que detecta si el aparato tiene contacto con el cuerpo. Si no hay contacto con el cuerpo, el aparato emite un pitido y se apaga. Si el aparato está colocado en el cuerpo y sin embargo emite un pitido, limpie las almohadillas de gel y vuelva a intentar iniciar el aparato. Si el pitido persiste, sustituya las almohadillas de gel.
- Sustitúyalas inmediatamente cuando disminuya su adherencia. No vuelva a utilizar el Menstrual Relax hasta que haya sustituido las almohadillas de gel. En caso contrario, la adherencia irregular de las almohadillas de gel podría provocar lesiones en la piel.
- Si nota desagradables picos de corriente, apague el Menstrual Relax y desplácelo ligeramente.
- No lo use si detecta que durante su uso aumenta considerablemente el sangrado menstrual.

⚠ ADVERTENCIA
No está permitida la aplicación de los electrodos en la parte delantera de la caja torácica.
Programas
Ciclo	1	2	3
Ancho del impulso	100 µs	250 µs	75 µs
Frecuencia del impulso	100 Hz	8 Hz	85 Hz
Duración del ciclo	120 s	120 s	160 s

Frecuencia del impulso
La frecuencia especifica la cantidad de impulsos individuales por segundo, y se indica en Hz (hercios). Se puede calcular invirtiendo el valor del tiempo de periodo.



Ancho del impulso
Expresa la duración de cada impulso individual en microsegundos. El ancho del impulso determina, entre otras cosas, la profundidad de penetración de la corriente, pudiéndose afirmar en general que Cuanto mayor es la masa muscular mayor debe ser el ancho del impulso.



9. LIMPIEZA Y CUIDADO
⚠ ADVERTENCIA
- Limpie el aparato después de su utilización con un paño suave ligeramente humedecido. Si hay mucha suciedad, puede humedecer el paño también con agua ligeramente jabonosa.
- Impida que penetre agua en el aparato. Si esto sucediese, no vuelva a utilizarlo hasta que esté completamente seco.
- Para asegurar una adherencia lo más duradera posible de los electrodos adhesivos, límpielos cuidadosamente con un paño húmedo que no suelte pelusa.
- No utilice limpiadores químicos ni abrasivos.

10. ACCESORIOS Y PIEZAS DE REPUESTO
Para adquirir accesorios y piezas de repuesto visite www.beurer.com o diríjase a la dirección de servicio técnico de su país (indicada en la lista de direcciones de servicio técnico). Las piezas de repuesto y los accesorios también pueden adquirirse en establecimientos comerciales.

Nombre	Número de artículo o de pedido
1 juego de almohadillas de gel autoadhesivas	110.008
1 cable USB-C	110.009

11. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS
Problema	Posible causa	Solución
El aparato no se enciende pulsando la tecla de encendido y apagado.	Puede que la batería esté vacía.	Cargue la batería completamente. Si el aparato sigue sin encenderse, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente.
El aparato no se sujeta al cuerpo.	Es posible que las almohadillas de gel estén sucias o desgastadas. Es posible que la zona de la piel que se va a tratar no esté suficientemente limpia.	Limpie la superficie pegajosa de las almohadillas de gel con un paño húmedo que no suelte pelusa. Si las almohadillas de gel siguen sin fijarse a la piel, deberá sustituirlas. Limpie la piel antes de cada aplicación, pero prescinda de productos como bálsamos o aceites antes del tratamiento. Un afeitado puede contribuir a prolongar la vida útil de las almohadillas de gel.
No se nota estimulación alguna.	Es posible que las almohadillas de gel estén sucias o desgastadas. Es posible que deba cargarse la batería.	Asegúrese de que las almohadillas de gel tengan un buen contacto con la zona de tratamiento. La batería está casi vacía. Cárguela completamente.
Se experimenta una sensación desagradable en las almohadillas de gel.	Las almohadillas de gel están desgastadas. Pueden provocar irritaciones en la piel debido a que ya no se garantiza una distribución uniforme de la corriente en toda la superficie.	Sustituya las almohadillas de gel.
La piel se enrojece en la zona de tratamiento.	Un enrojecimiento de la piel debajo de las almohadillas de gel que desaparece rápidamente no representa peligro alguno y se debe al aumento de la circulación sanguínea estimulada localmente mediante TENS y calor.	Interrumpa el tratamiento inmediatamente y espere hasta que la piel recupere su aspecto normal. Pero si el enrojecimiento persiste, y va acompañado además de picor o hinchazón, deberá consultar a su médico antes de proseguir con la aplicación. Puede que la causa sea una alergia a la superficie adhesiva.
La piel se enrojece debajo de la superficie caliente.	El enrojecimiento de la piel debajo de la superficie caliente del Menstrual Relax se debe a la fuerte estimulación de la circulación sanguínea del tejido calentado.	El estado de la piel debería volver a la normalidad algún tiempo después del tratamiento. Pero si el enrojecimiento persiste, y va acompañado además de picor o hinchazón, deberá consultar a su médico antes de seguir usando la función de calor.
El Menstrual Relax se calienta demasiado.		Pulse la tecla de encendido y apagado ⏻ para finalizar la función de calor y utilizar únicamente la función TENS.

12. ELIMINACIÓN
Las baterías usadas, completamente descargadas, deben desecharse a través de contenedores de recogida señalados de forma especial, los puntos de recogida de residuos especiales o a través de los distribuidores de equipos electrónicos. Los usuarios están obligados por ley a eliminar las baterías correctamente.
Estos símbolos se encuentran en baterías que contienen sustancias tóxicas:
Pb = la pila contiene plomo,
Cd = la pila contiene cadmio,
Hg = la pila contiene mercurio.
A fin de preservar el medioambiente, cuando el aparato llegue al final de su vida útil no lo deseche con la basura doméstica. Lo puede eliminar en los puntos de recogida adecuados disponibles en su zona. Deseche este aparato de acuerdo con la Directiva de la Unión Europea sobre Residuos de Aparatos Eléctricos y Electrónicos (RAEE). Para más información, póngase en contacto con la autoridad municipal competente en materia de eliminación de residuos.

13. DATOS TÉCNICOS
Nombre y modelo	EM 55
Tipo	EM 50
Onda de salida	Impulsos rectangulares bifásicos
Duración del impulso	75-250 µs
Frecuencia del impulso	8-100 Hz
Tensión de salida	Máx. 80 Vpp (con 1000 Ω)
Niveles de calor	1 (hasta 43 °C)
Corriente de salida	Máx. 80 mApp (con 1000 Ω)
Alimentación de tensión	Batería de polímeros de litio, 1000 mAh
Tiempo de tratamiento	20 minutos, tras los cuales el aparato se apaga automáticamente
Intensidad	regulable de 0 a 15
Condiciones de funcionamiento	5 °C-40 °C (41 °F-104 °F) con una humedad relativa del 15-90 %
Condiciones de almacenamiento	0 °C-40 °C (32 °F-104 °F) con una humedad relativa del 0-90 %
Dimensiones	aprox. 235 x 115 x 20 mm
Peso	82 g

Salvo modificaciones técnicas.
El número de serie se encuentra en el aparato.
Este aparato cumple la norma europea EN60601-1-2 (grupo 1, clase B, conformidad con CISPR 11, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-8) y está sujeto a medidas especiales de precaución relativas a la compatibilidad electromagnética. Tenga en cuenta que los dispositivos de comunicación de alta frecuencia portátiles y móviles pueden interferir en el funcionamiento de este aparato. Puede solicitar información más detallada al servicio de atención al cliente en la dirección indicada en este documento o consultarla al final de las instrucciones de uso.
Para este aparato no se requiere ninguna comprobación de funcionamiento ni instrucción según el apartado 5 del reglamento alemán de funcionamiento de productos médicos (MPBetreibV).
Tampoco es necesario realizar controles técnicos de seguridad según el apartado 6 del reglamento alemán de funcionamiento de productos médicos.

14. INDICACIONES RELATIVAS A LA COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA
⚠ ADVERTENCIA
- El aparato se ha diseñado para usarse en todos los entornos que se especifican en estas instrucciones de uso, incluido el ámbito doméstico.
- En presencia de interferencias electromagnéticas, la utilización del aparato puede verse limitada en determinados casos. Como consecuencia, podrían mostrarse mensajes de error o podría apagarse la pantalla o el aparato.
- Se debe evitar el uso de este aparato junto a otros aparatos o apilado con ellos, ya que esto podría provocar un funcionamiento incorrecto. Pero si resulta inevitable hacerlo, deberá vigilar este y los demás aparatos para asegurarse de que funcionan correctamente.
- El uso de accesorios distintos de los indicados o facilitados por el fabricante de este aparato puede tener como consecuencia mayores interferencias electromagnéticas o una menor resistencia contra interferencias electromagnéticas del aparato y provocar un funcionamiento incorrecto.
- Mantenga los dispositivos de comunicación de radiofrecuencia portátiles (incluidos periféricos como cables de antena o antenas externas) a una distancia mínima de 30 cm de todas las piezas del aparato, incluidos todos los cables suministrados. Si no se tienen en cuenta estas indicaciones, podrían verse afectadas las características de funcionamiento del aparato.
- Si no se tienen en cuenta estas indicaciones, podrían verse afectadas las características de funcionamiento del aparato.

15. GARANTÍA/ASISTENCIA
Encontrará más información sobre la garantía y sus condiciones en el folleto de garantía suministrado.
Salvo errores y modificaciones

ITALIANO

Leggere attentamente le presenti istruzioni per l'uso, conservarle per impieghi futuri, renderle accessibili ad altri utenti e attenersi alle indicazioni.

1. INTRODUZIONE
Che cos'è EM 55 Plus Menstrual Relax?
Prima e durante le mestruazioni molte donne avvertono dolori simili a crampi al basso ventre o soffrono di forti dolori mestruali. Molte donne soffrono inoltre di malattie come l'endometriosi che causano dolori al basso ventre. Spesso questi dolori sono talmente intensi da indurle a cercare un immediato sollievo. L'innovativo Menstrual Relax è un dispositivo TENS autoadesivo con funzione di calore che consente di alleviare i dolori mestruali e quelli legati all'endometriosi. Grazie alla tecnologia TENS integrata, Menstrual Relax consente di trattare i dolori in modo localizzato. Menstrual Relax è dotato di 15 livelli di intensità in totale.
Per attenuare i dolori in modo ancora più piacevole, offre anche la possibilità di attivare un calore lenitivo. Realizzato in silicone per uso medico, Menstrual Relax presenta un design elegante: sottilissimo e flessibile, è in grado di adattarsi perfettamente al punto del corpo da trattare. La batteria ricaricabile consente trattamenti di 20 minuti con uno sfruttamento efficiente dell'energia (sono possibili fino a 6 trattamenti per ricarica).
Che cos'è il TENS e come funziona?
Per TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulator, elettrostimolazione nervosa transcutanea) si intende la stimolazione elettrica dei nervi attraverso la cute. Clinicamente testato e autorizzato, si tratta di un metodo efficace, non medicale, privo di effetti collaterali (se usato correttamente), ideato per il trattamento di dolori di origine diversa e utile anche per l'autotrattamento. L'effetto di attenuazione o soppressione del dolore si ottiene, tra l'altro, inibendo la trasmissione del dolore alle fibre nervose e aumentando il rilascio naturale di endorfine che riducono la percezione del dolore agendo sul sistema nervoso centrale. Il metodo è dimostrato scientificamente e autorizzato a livello medico.
I casi che richiedono l'utilizzo del dispositivo TENS devono essere specificati dal proprio medico curante che potrà dare inoltre le necessarie informazioni per l'autotrattamento tramite TENS. TENS è clinicamente testato e autorizzato per l'utilizzo in caso di dolori mestruali e l'attenuazione dei dolori legati all'endometriosi.
I dispositivi TENS funzionano attraverso la trasmissione di scariche elettriche sulla cute. I pad gel fungono da mezzo di trasmissione e sono soggetti alla naturale usura. Se i pad gel non garantiscono più un'aderenza sufficiente, Menstrual Relax non aderisce completamente alla pelle e deve essere sostituito per evitare l'insorgere di irritazioni alla pelle dovute all'aumento parziale della densità di corrente.

2. FORNITURA
Controllare l'integrità esterna della confezione e la completezza del contenuto. Prima dell'uso assicurarsi che il dispositivo e gli accessori non presentino nessun danno palese e che il materiale di imballaggio sia stato rimosso. In caso di dubbio, non utilizzare il dispositivo e consultare il proprio rivenditore o contattare il Servizio clienti indicato.
1 Menstrual Relax, 4 pad gel autoadesivi, 1 cavo USB-C, le presenti istruzioni per l'uso

3. SPIEGAZIONE DEI SIMBOLI
I seguenti simboli sono utilizzati nelle istruzioni per l'uso, sull'imballo e sulla targhetta del dispositivo:

	Smaltire il dispositivo secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE).
Pb Cd Hg	Non smaltire le batterie contenenti sostanze tossiche insieme ai rifiuti domestici
	AVVERTENZA Avvertimento di pericolo di lesioni o di pericoli per la salute
	ATTENZIONE Indicazione di sicurezza per possibili danni al dispositivo/agli accessori.
	Il dispositivo è in grado di visualizzare valori di uscita effettivi calcolati su 10 mA a intervalli di 5 secondi.
	Avviso Indicazione di informazioni importanti
	Produttore
	Data di produzione
	Isolamento delle parti applicate di tipo BF Parte applicata isolata galvanicamente (F sta per floating), soddisfa i requisiti delle correnti di dispersione per il tipo B
	Non utilizzare in presenza di apparecchi elettrici impiantati (ad es. pacemaker)
	Non utilizzare in prossimità del cuore
	Marcatura CE Il presente prodotto soddisfa i requisiti delle direttive europee e nazionali vigenti.
IP22	**Classificazione IP** Dispositivo protetto contro la penetrazione di corpi solidi ≥ 12,5 mm e contro la caduta inclinata di gocce d'acqua
	Scadenza
	Seguire le istruzioni Prima dell'inizio dei lavori e/o dell'utilizzo di apparecchi o macchine, leggere le istruzioni
Storage	Temperatura e umidità di stoccaggio consentite
Operating	Temperatura e umidità di esercizio consentite
Transportation	Temperatura e umidità di trasporto consentite
	Separare i componenti dell'imballaggio e smaltirli secondo le norme comunali.
B A	Contrassegno di identificazione del materiale di imballaggio. A = abbreviazione del materiale, B = codice materiale: 1-7 = plastica, 20-22 = carta e cartone
	Separare il prodotto e i componenti dell'imballaggio e smaltirli secondo le norme comunali.
SN	Numero di serie
MD	Dispositivo medico
REF	Codice articolo
#	Codice tipo
	Simbolo importatore

4. AMBITO DI APPLICAZIONE DELLA TENS
Il dispositivo è destinato al trattamento dei dolori con l'ausilio della tecnologia TENS (elettrostimolazione nervosa transcutanea).
Gruppo target
Questo dispositivo è destinato all'uso personale in ambito domestico e non all'assistenza sanitaria presso strutture professionali. L'utilizzo è adatto a tutti gli adulti.
Vantaggi clinici:
Attenuazione dei dolori mestruali e da endometriosi.
Indicazioni
- Dolori mestruali nelle donne
- Dolori dovuti a endometriosi
Controindicazioni:
- La stimolazione non deve essere effettuata
  - sopra o attraverso la testa,
  - direttamente sugli occhi,
  - coprendo la bocca,
  - sulla parte anteriore del collo (in particolare sul seno carotideo), oppure
  - applicando gli elettrodi in modo incrociato sul petto e sulla parte superiore della schiena, oppure
  - sul cuore.
- L'utilizzo nell'area vicina al cuore va evitato. Gli elettrodi di stimolazione non devono assolutamente essere utilizzati in alcun punto della cassa toracica anteriore (la parte delineata da costole e sterno), in particolare su nessuno dei due grandi muscoli pettorali. Questo può aumentare il rischio di fibrillazione ventricolare e causare un arresto cardiaco (vedere il capitolo 5 "Avvertenze generali").
- NON utilizzare il dispositivo
  - Sulla scatola cranica, intorno alla bocca, alla faringe o alla laringe.
  - Nella zona del collo/della carotide.
  - Nella zona dei genitali.
  - In presenza di apparecchi elettrici impiantati (ad es. pacemaker).
  - In presenza di impianti in metallo (ad es. spirali in rame).
  - In presenza di pompa per insulina.
  - In presenza di febbre alta (ad es. > 39°C).
  - In presenza di disturbi del ritmo cardiaco cronici o acuti e di altri disturbi del sistema di generazione e conduzione dell'eccitamento cardiaco.
  - Sulla pelle affetta da patologie acute o croniche (lesioni o infiammazioni), ad esempio, in caso di infiammazioni dolorose e indolori, arrossamenti, eruzioni cutanee (ad es. allergie), ustioni, contusioni, gonfiori e ferite aperte o in via di guarigione, su cicatrici in via di guarigione.
  - Nel caso in cui si soffra di epilessia.
  - In gravidanza.
  - Nel caso in cui si sia affetti da cancro.
  - In seguito a operazioni per le quali un aumento delle contrazioni muscolari potrebbe interferire con il processo di guarigione.
  - In contemporanea con altri apparecchi chirurgici ad alta frequenza.
  - In presenza di malattie acute o croniche dell'apparato gastrointestinale.

⚠ Avvertenza! Effetti collaterali indesiderati
- Irritazioni cutanee

5. AVVERTENZE GENERALI
⚠ Avvertenze generali
L'utilizzo del dispositivo non sostituisce il controllo e il trattamento medico. In presenza di dolori o malattie rivolgersi sempre prima al proprio medico! Prima di utilizzare il dispositivo, consultare il proprio medico curante in presenza di:
- Malattie acute, in particolare in caso di sospetto o comprovata presenza di malattie legate all'ipertensione, disturbi della coagulazione, tendenza a malattie tromboemboliche nonché in presenza di neoplasie maligne.
- Malattie della pelle di qualsiasi tipo o ferite aperte.
- Stati dolorosi cronici non definiti, indipendentemente dalla zona del corpo.
- Diabete.
- Disturbi della sensibilità di qualsiasi tipo con riduzione della sensibilità al dolore (ad esempio disturbi del metabolismo).
- Trattamenti medici in corso.
- Disturbi che compaiono durante il trattamento di stimolazione.
- Irritazioni cutanee dovute a una stimolazione prolungata sullo stesso punto.
Utilizzare Menstrual Relax esclusivamente:
- Su persone.
- Per lo scopo per il quale è stato concepito e descritto nelle presenti istruzioni per l'uso. Qualsiasi uso non conforme comporta un pericolo.
- Per uso esterno.
- Con le parti di ricambio originali fornite in dotazione e ordinabili in seguito; diversamente, decade ogni diritto di garanzia.
- Il dispositivo non deve essere utilizzato da persone con ridotte capacità fisiche, percettive o intellettive o non in possesso della necessaria esperienza e/o conoscenza, se non sotto la supervisione di una persona responsabile per la loro sicurezza o che fornisca loro le indicazioni per l'uso del dispositivo.
- I bambini non devono giocare con il dispositivo.
- Il dispositivo è destinato solo a uso domestico/privato e non commerciale.
Misure precauzionali generali
- Non utilizzare in ambienti caratterizzati da un alto tasso di umidità (ad es. nella stanza da bagno), nella vasca o sotto la doccia.
- Non utilizzare in seguito all'assunzione di alcolici.
- Rimuovere gli elettrodi staccandoli delicatamente dalla pelle per evitare lesioni cutanee che si presentano in casi di pelle molto sensibile.
- Tenere il dispositivo lontano da fonti di calore e non utilizzarlo in prossimità (~1 m) di apparecchi a onde corte o a microonde (ad es. telefoni cellulari) per evitare fastidiosi sbalzi di corrente.
- Non esporre il dispositivo alla luce diretta del sole o alle alte temperature.
- Proteggere il dispositivo da urti, polvere, sporcizia e umidità.
- Non immergere mai il dispositivo in acqua o altri liquidi.
- Il dispositivo è destinato all'uso personale.
- Per motivi igienici, gli elettrodi devono essere usati per una sola persona.
- Se il dispositivo non funziona correttamente o dovessero sopraggiungere uno stato di malessere o dolori, interrompere immediatamente l'utilizzo.
- Prima di rimuovere o spostare gli elettrodi, spegnere il dispositivo per evitare stimoli indesiderati.
- Non modificare Menstrual Relax (ad es. tagliandolo). Ciò aumenta la densità di corrente e può essere pericoloso (valori di uscita massimi consigliati per gli elettrodi 9 mA/cm², una densità di corrente effettiva superiore a 2 mA/cm² richiede una particolare attenzione).
- Assicurarsi che gli elettrodi siano completamente a contatto con la pelle.
- L'usura degli elettrodi può causare irritazioni cutanee, poiché non è più possibile garantire una distribuzione uniforme della corrente su tutta la superficie. Per questo motivo, gli elettrodi devono essere sostituiti.
- Non utilizzare il dispositivo mentre si dorme, si guida un'auto o si usano altri macchinari.
- Non utilizzare durante tutte le attività per le quali una reazione imprevista (ad es. un aumento delle contrazioni muscolari nonostante l'intensità ridotta) possa comportare un pericolo.
- Assicurarsi che nessun oggetto metallico (quali fibbie di cinture o collane) possa entrare in contatto con gli elettrodi durante la stimolazione. Se nella zona in cui è previsto l'utilizzo del dispositivo sono presenti gioielli o piercing (ad es. piercing all'ombelico), rimuoverli prima di utilizzare il dispositivo per evitare ustioni.
- Tenere il dispositivo lontano dai bambini per evitare eventuali pericoli.
- Non utilizzare il dispositivo contemporaneamente ad altri dispositivi che emettono impulsi elettrici.
- Non utilizzare in prossimità di sostanze infiammabili, gas o sostanze esplosive.
- Durante i primi minuti di utilizzo stare seduti o sdraiati per evitare un inutile rischio di lesioni nei rari casi di reazione vagale (senso di debolezza). Interrompere immediatamente l'utilizzo del dispositivo in presenza di un senso di debolezza e sollevare le gambe (circa 5–10 min.).
- L'applicazione di creme o balsami sulla pelle prima del trattamento aumenta considerevolmente l'usura degli elettrodi e può causare fastidiosi sbalzi di corrente ed è pertanto da evitare.
- Tenere lontani i bambini dal materiale d'imballaggio (pericolo di soffocamento!).
- Conservare il dispositivo in un luogo asciutto (utilizzarlo solo in ambienti chiusi). Per evitare il rischio di incendio e/o scosse elettriche, il dispositivo deve essere protetto da umidità elevata e acqua.
- La temperatura effettiva di Menstrual Relax può variare a seconda dello stato della pelle, dell'età, della posizione dei dolori ecc.
- Se si dovesse sentire troppo calore, interrompere immediatamente il trattamento. È possibile proseguire il trattamento TENS senza la funzione di calore.
- Attendere almeno un'ora dopo i pasti prima di iniziare a utilizzare Menstrual Relax.

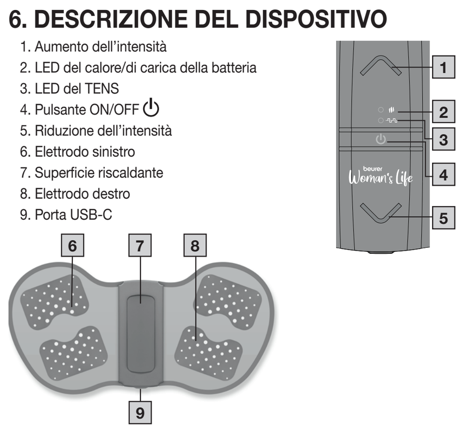
ⓘ I pad gel possono essere utilizzati per un massimo di 20 applicazioni (questo valore può variare notevolmente a seconda del tipo di pelle e delle sue condizioni).
- utilizzare i pad gel sulla pelle pulita e asciutta ed evitare lozioni o creme grasse
- non utilizzare su ferite aperte
- consultare il medico in caso di pelle sensibile

Danni
- Se il liquido della batteria ricaricabile viene a contatto con la pelle e con gli occhi, sciacquare le parti interessate con acqua e consultare il medico.
- Se danneggiato, non utilizzare il dispositivo e consultare il proprio rivenditore o contattare il Servizio clienti indicato.
- A garanzia di un funzionamento corretto del dispositivo, non farlo cadere e non smontarlo.
- Verificare la presenza di eventuali segni di usura o danni sul dispositivo. Se sono presenti tali segni oppure se il dispositivo è stato utilizzato in modo non conforme, far verificare il dispositivo al produttore o al rivenditore prima di utilizzarlo nuovamente.
- In caso di difetti o malfunzionamenti spegnere immediatamente il dispositivo.
- Non tentare in alcun caso di aprire e/o riparare autonomamente il dispositivo. Le riparazioni possono essere effettuate solo dal Servizio clienti o da rivenditori autorizzati. In caso contrario la garanzia decade.
- Il produttore non risponde di danni causati da un uso improprio o non conforme.

⚠ AVVERTENZA
Avvertenze sull'uso delle batterie ricaricabili
- Se il liquido della batteria ricaricabile viene a contatto con la pelle e con gli occhi, sciacquare le parti interessate con acqua e consultare il medico.
- Pericolo di ingestione! I bambini possono ingerire le batterie ricaricabili e soffocare. Tenere quindi le batterie ricaricabili lontano dalla portata dei bambini!
- In caso di fuoriuscita di liquido dalla batteria ricaricabile, indossare guanti protettivi per toccare il dispositivo.
- Proteggere le batterie ricaricabili dal caldo eccessivo.
- Pericolo di esplosione! Non gettare le batterie ricaricabili nel fuoco.
- Non scomporre, aprire o frantumare le batterie ricaricabili.
- Utilizzare unicamente i caricabatterie specificati nelle istruzioni per l'uso.
- Le batterie ricaricabili devono essere caricate correttamente prima dell'uso. Rispettare le avvertenze del produttore e le indicazioni fornite nelle presenti istruzioni per l'uso per caricare correttamente le batterie.
- Prima della prima messa in funzione, caricare completamente la batteria ricaricabile (vedere capitolo 6).
- Per ottenere un ciclo di vita più lungo possibile, caricare completamente la batteria ricaricabile almeno una volta ogni 6 mesi.

⚠ ATTENZIONE
- Proteggere il dispositivo dagli urti.
- Non utilizzare il dispositivo se appare danneggiato o se non funziona correttamente. In questi casi contattare il Servizio clienti.
- Non esporre il dispositivo alla luce diretta del sole o alle alte temperature.
- Proteggere il dispositivo da polvere, sporcizia e umidità. Non immergere mai il dispositivo in acqua o altri liquidi.
- Non utilizzare questo dispositivo su o in prossimità di altri riscaldatori, elementi riscaldanti come essiccatori o forni, né nelle vicinanze (~1 m) di apparecchi a onde corte o a microonde (ad es. telefoni cellulari), per evitare fastidiosi sbalzi di corrente.
- Se danneggiato e in caso di dubbi non utilizzare il dispositivo e consultare il proprio rivenditore o contattare il Servizio clienti indicato.
- In caso di difetti o malfunzionamenti spegnere immediatamente il dispositivo.
- Non tentare mai di aprire e/o riparare autonomamente il dispositivo.
- Le riparazioni possono essere effettuate solo dal Servizio clienti o da rivenditori autorizzati. In caso contrario la garanzia decade.

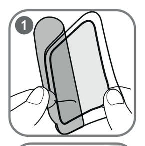
6. DESCRIZIONE DEL DISPOSITIVO
1. Aumento dell'intensità
2. LED del calore/di carica della batteria
3. LED del TENS
4. Pulsante ON/OFF ⏻
5. Riduzione dell'intensità
6. Elettrodo sinistro
7. Superficie riscaldante
8. Elettrodo destro
9. Porta USB-C



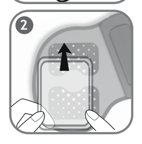
7. MESSA IN FUNZIONE
Caricamento della batteria
ⓘ **Avviso**
Prima di mettere in funzione Menstrual Relax per la prima volta, è necessario caricarlo per almeno 2 ore. Procedere come descritto di seguito:

1. Su Menstrual Relax aprire la copertura della porta USB C.
2. Collegare il cavo di ricarica USB C fornito in dotazione a un adattatore di rete USB (potenza: max. 5V/2A non compreso nella fornitura) e a Menstrual Relax.
3. Collegare quindi l'adattatore a una presa di corrente adatta.
4. Durante l'operazione di carica il LED di carica della batteria lampeggia in verde. Quando Menstrual Relax è completamente carico, il LED di carica della batteria rimane acceso in modo continuo.

ⓘ **Avviso**
Non è possibile utilizzare Menstrual Relax durante il caricamento.
Assicurarsi che durante la ricarica non vi sia contatto tra la pelle e gli elettrodi.
Applicazione dei pad gel
1. Rimuovere con attenzione una delle pellicole protettive.

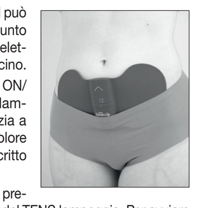


2. Applicare con cura il pad gel su Menstrual Relax e rimuovere delicatamente la seconda pellicola protettiva. Assicurarsi che i margini del pad gel non sporgano da Menstrual Relax. Applicare un pad gel su ciascun elettrodo.



⚠ AVVERTENZA
Rimuovere lentamente e con cautela la pellicola protettiva. Assicurarsi che i pad gel autoadesivi non siano danneggiati, in quanto eventuali danni o irregolarità del film potrebbero causare irritazioni cutanee.

8. UTILIZZO
Inizio dell'utilizzo
ⓘ **Avviso**
Menstrual Relax è dotato di un livello di calore, con uno sviluppo di calore di massimo 43 °C, e di 15 livelli di intensità per l'impiego come dispositivo TENS. Si consiglia di iniziare con un livello di intensità basso per abituarsi al dispositivo. Menstrual Relax è dotato di spegnimento automatico. Si spegne automaticamente dopo 20 minuti di utilizzo.

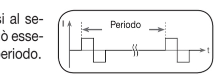


1. Incollare Menstrual Relax sul basso ventre. Il pad può essere applicato in modo flessibile in base al punto in cui si manifesta il dolore. Assicurarsi che gli elettrodi non entrino in contatto con le ossa del bacino.
2. Per accendere il pad, tenere premuto il pulsante ON/OFF ⏻ per breve tempo. Il LED del calore lampeggia di colore verde e Menstrual Relax inizia a riscaldarsi. Se il LED del calore lampeggia di colore arancione, caricare Menstrual Relax come descritto al capitolo "Caricamento della batteria".
3. Per attivare l'elettrostimolazione nervosa (TENS), premere brevemente il pulsante ON/OFF ⏻. Il LED del TENS lampeggia. Per avviare la stimolazione, premere il pulsante ∧ una volta. L'intensità più bassa è attivata.
4. Se si desidera utilizzare la funzione TENS senza funzione di calore, premere nuovamente il pulsante ON/OFF ⏻. A questo punto lampeggia solo il LED del TENS ed è possibile avviare la stimolazione premendo il pulsante ∧.
5. Selezionare il livello d'intensità desiderato con i pulsanti ∧/∨.
6. Per spegnere Menstrual Relax, tenere premuto il pulsante ON/OFF ⏻ per 3 secondi. Il LED del calore e il LED del TENS si spengono.
7. Spegnere Menstrual Relax prima di rimuoverlo. Dopo l'utilizzo, rimuovere attentamente Menstrual Relax dal basso ventre. Per proteggere i pad gel, applicare nuovamente le pellicole protettive sui pad.

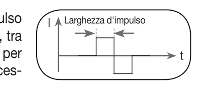
⚠ AVVERTENZA!
Accertarsi che durante il trattamento l'unità di comando sia accessibile rapidamente, in modo da poter interrompere tempestivamente il trattamento se risultasse sgradevole.
Indicazioni per l'uso
- Fare una pausa di almeno 30 minuti tra un utilizzo e l'altro.
- Utilizzare Menstrual Relax con una frequenza che ne renda piacevole l'impiego. Interrompere l'utilizzo non appena si percepiscono come sgradevoli le funzioni di Menstrual Relax.
- Menstrual Relax è dotato di una funzione Body Loose, che rileva se il dispositivo ha perso contatto con il corpo. In caso di assenza di contatto con il corpo, il dispositivo emette un segnale acustico e si spegne da solo. Se con il dispositivo applicato al corpo viene tuttavia emesso un segnale acustico, pulire i pad gel e riprovare ad avviare il dispositivo. Se il segnale acustico continua, sostituire i pad gel.
- Sostituire immediatamente i pad gel non appena si riduce la loro capacità di adesione. Riutilizzare Menstrual Relax solo dopo aver sostituito i pad gel. In caso contrario l'adesione non uniforme dei pad gel può causare lesioni cutanee.
- Se si percepiscono fastidiosi sbalzi di corrente, spegnere Menstrual Relax e spostarlo leggermente.
- Se si rileva che l'utilizzo di Menstrual Relax aumenta notevolmente il flusso mestruale, non utilizzarlo.

⚠ AVVERTENZA!
Non è consentito applicare gli elettrodi alla parete toracica anteriore.
Programmi
Ciclo	1	2	3
Larghezza d'impulso	100 µs	250 µs	75 µs
Frequenza degli impulsi	100 Hz	8 Hz	85 Hz
Durata del ciclo	120 s	120 s	160 s

Frequenza degli impulsi
La frequenza indica il numero di singoli impulsi al secondo e il suo valore è espresso in Hz (Hertz). Può essere determinata calcolando il valore inverso del periodo.



Larghezza d'impulso
Questo parametro indica la durata di un singolo impulso in microsecondi. La larghezza d'impulso determina, tra l'altro, la profondità di penetrazione della corrente per cui vale quanto segue: grandi masse muscolari necessitano di una maggiore larghezza d'impulso.



9. PULIZIA E CURA
⚠ AVVERTENZA
- Dopo l'utilizzo pulire il dispositivo con un panno morbido e leggermente inumidito. In caso di sporcizia ostinata, inumidire leggermente il panno con acqua e sapone.
- Accertarsi che non penetri acqua nel dispositivo. Se questo dovesse accadere, utilizzare il dispositivo solo quando è completamente asciutto.
- Per garantire il più a lungo possibile l'aderenza degli elettrodi adesivi, pulire accuratamente gli elettrodi con un panno umido e privo di pelucchi.
- Per la pulizia non utilizzare detergenti chimici né prodotti abrasivi.

10. ACCESSORI E PARTI DI RICAMBIO
Per accessori e parti di ricambio visitare www.beurer.com o rivolgersi al Servizio Clienti del proprio Paese (consultare l'elenco con gli indirizzi). Gli accessori e le parti di ricambio sono disponibili anche in commercio.

Denominazione	Cod. articolo o cod. ordine
1 set di pad gel autoadesivi	110.008
1 cavo USB-C	110.009

11. CHE COSA FARE IN CASO DI PROBLEMI?
Problema	Possibile causa	Soluzione
Il dispositivo non si accende quando si preme il pulsante ON/OFF.	Probabilmente la batteria è scarica.	Caricare completamente la batteria ricaricabile. Se il dispositivo continua a non accendersi, contattare il Servizio Clienti.
Il dispositivo non aderisce al corpo.	È possibile che i pad gel siano sporchi o usurati. È possibile che la zona cutanea interessata non sia sufficientemente pulita.	Pulire la superficie adesiva dei pad gel con un panno umido e privo di pelucchi. Se i pad gel continuano a non aderire, è necessario sostituirli. Prima di ogni utilizzo pulire la pelle ed evitare di utilizzare balsami e oli per la pelle. Radersi può aumentare la capacità di adesione dei pad gel.
Non viene eseguita nessuna stimolazione percettibile.	È possibile che i pad gel siano sporchi o usurati. Se necessario caricare la batteria ricaricabile.	Assicurarsi che i pad gel siano perfettamente a contatto con l'area da trattare. La batteria è quasi scarica. Ricaricarla completamente.
I pad gel provocano una sensazione sgradevole.	I pad gel sono usurati. Essi possono causare irritazioni cutanee a causa della mancanza di una distribuzione uniforme della corrente su tutta la superficie.	Sostituire i pad gel.
La pelle si arrossa nell'area di trattamento.	Un arrossamento della pelle sotto i pad gel che scompare rapidamente non è pericoloso e si spiega con la forte stimolazione localizzata della circolazione sanguigna generata dal TENS e dal calore.	Interrompere immediatamente il trattamento e attendere finché lo stato della pelle non si è normalizzato. Se però l'irritazione cutanea persiste e provoca prurito o infiammazioni, consultare il proprio medico prima di continuare il trattamento. La causa potrebbe essere un'allergia alla superficie adesiva degli elettrodi.
La pelle sotto la superficie riscaldante si arrossa.	Un arrossamento sotto la superficie riscaldante di Menstrual Relax si spiega con la forte stimolazione della circolazione sanguigna nel tessuto riscaldato.	Lo stato della pelle dovrebbe normalizzarsi nel giro di poco tempo dopo il trattamento. Se però l'arrossamento persiste e provoca prurito o infiammazioni, consultare il proprio medico prima di continuare a utilizzare la funzione di calore.
Menstrual Relax diventa troppo caldo.		Premere il pulsante ON/OFF ⏻ per spegnere la funzione di calore e utilizzare solo la funzione TENS.

12. SMALTIMENTO
Smaltire le batterie ricaricabili esauste e completamente scariche presso gli appositi punti di raccolta, i punti di raccolta per rifiuti tossici o i negozi di elettronica. Lo smaltimento delle batterie ricaricabili è un obbligo di legge.
Sulle batterie ricaricabili contenenti sostanze tossiche sono riportati i seguenti simboli:
Pb = batteria contenente piombo,
Cd = batteria contenente cadmio,
Hg = batteria contenente mercurio.
A tutela dell'ambiente, al termine del suo ciclo di vita, il dispositivo non deve essere smaltito nei rifiuti domestici, ma conferito negli appositi centri di raccolta. Smaltire il dispositivo secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE). In caso di dubbi, rivolgersi alle autorità comunali competenti per lo smaltimento.

13. DATI TECNICI
Nome e modello	EM 55
Tipo	EM 50
Forma d'onda in uscita	Impulsi rettangolari bifasici
Durata dell'impulso	75-250 µs
Frequenza degli impulsi	8-100 Hz
Tensione di uscita	Utilizzabile fino a max. 80 Vpp (su 1000 Ω)
Livelli di calore	1 (fino a 43 °C)
Corrente di uscita	Utilizzabile fino a max. 80 mApp (su 1000 Ω)
Alimentazione	Batteria ricaricabile ai polimeri di litio da 1000 mAh
Durata del trattamento	20 minuti, al termine il dispositivo si spegne automaticamente
Intensità	Regolabile da 0 a 15
Condizioni di funzionamento	5°C–40°C (41°F–104°F) con umidità relativa del 15–90%
Condizioni di stoccaggio	0°C–40°C (32°F–104°F) con umidità relativa del 0–90%
Dimensioni	ca. 235 x 115 x 20 mm
Peso	82 g

Salvo modifiche tecniche.
Il numero di serie si trova sul dispositivo.
Questo dispositivo è conforme alla norma europea EN60601-1-2 (gruppo 1, classe B, corrispondenza a CISPR 11, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-8) e necessita di precauzioni d'impiego particolari per quanto riguarda la compatibilità elettromagnetica. Apparecchiature di comunicazione mobili e portatili ad alta frequenza possono influire sul funzionamento di questo dispositivo. Per informazioni più dettagliate, rivolgersi al Servizio clienti oppure consultare la parte finale delle istruzioni per l'uso.
Per questo dispositivo non sono necessari il collaudo funzionale e l'addestramento secondo il § 5 della direttiva per gestori di apparecchi medici (MPBetreibV, Medizinprodukte-Betreiberverordnung).
Inoltre, non è necessario eseguire controlli tecnici di sicurezza secondo il § 6 di tale direttiva.

14. INDICAZIONI SULLA COMPATIBILITÀ ELETTROMAGNETICA
⚠ AVVERTENZA
- Il dispositivo è idoneo per l'utilizzo in qualsiasi ambiente riportato nelle presenti istruzioni per l'uso, incluso l'ambiente domestico.
- In determinate circostanze, in presenza di disturbi elettromagnetici, il dispositivo può essere utilizzato solo limitatamente. Ne possono conseguire ad es. messaggi di errore o un guasto del display/dispositivo.
- Evitare di utilizzare il presente dispositivo nelle immediate vicinanze di altri dispositivi o con dispositivi in posizione impilata, poiché ciò potrebbe determinare un funzionamento non corretto. Laddove si renda tuttavia necessario un utilizzo di questo tipo, è opportuno tenere sotto controllo questo dispositivo e gli altri dispositivi in modo da assicurarsi che funzionino correttamente.
- L'utilizzo di altri accessori diversi da quelli stabiliti dal produttore del dispositivo o in dotazione con il dispositivo può comportare la comparsa di significative emissioni elettromagnetiche di disturbo o ridurre la resistenza del dispositivo alle interferenze elettromagnetiche e determinare un funzionamento non corretto dello stesso.
- Tenere gli apparecchi di comunicazione RF (compreso le periferiche come cavi di antenne o antenne esterne) ad almeno 30 cm di distanza da tutti i componenti del dispositivo, inclusi tutti i cavi inclusi nella fornitura. La mancata osservanza può ridurre le prestazioni del dispositivo.
- La mancata osservanza può ridurre le prestazioni del dispositivo.

15. GARANZIA / ASSISTENZA
Per ulteriori informazioni sulla garanzia e sulle condizioni di garanzia, consultare la scheda di garanzia fornita.
Salvo errori e modifiche

TÜRKÇE

Bu kullanım kılavuzunu dikkatlice okuyun, ileride kullanmak üzere saklayın, diğer kullanıcıların erişebilmesini sağlayın ve içindeki yönergelere uyun.

1. ÜRÜN ÖZELLİKLERİ
EM 55 Plus Menstrual Relax nedir?
Adet döngüsünden önce ve döngü sırasında birçok kadında kramp benzeri karın ağrıları veya kuvvetli regl ağrıları görülür. Ayrıca endometriozis gibi rahatsızlıklar da birçok kadında karın ağrısına neden olur. Çoğu zaman ağrılar o kadar şiddetlidir ki kadınlar bir an önce bu ağrılardan kurtulabilmeyi diler. Yenilikçi Menstrual Relax cihazı, adet döneminde yaşanan veya endometriozis sonucu oluşan ağrıların hafifletilmesi için geliştirilmiş, ısıtma fonksiyonlu, kendiliğinden yapışan bir TENS cihazıdır. Kullanılan TENS teknolojisi sayesinde Menstrual Relax ile ağrı, tam olarak bulunduğu noktada tedavi edilebilir. Menstrual Relax cihazında toplam 15 yoğunluk kademesi vardır.
Şikayetlerin daha da memnun edici şekilde hafiflemesini sağlamak için ilave olarak bir ısıtma fonksiyonu da mevcuttur. Tıbbi kalitede olan silikon lastiğinden üretilmiş şık tasarımlı Menstrual Relax, çok ince ve esnek olmakla beraber tedavi edilecek vücut bölgesine mükemmel şekilde uyum sağlar. Şarj edilebilir pil, enerjinin etkin şekilde kullanıldığı 20 dakikalık uygulamaların yapılmasını sağlar (bir pil şarjı ile 6 uygulama yapılabilir).
TENS nedir ve neler yapabilir?
TENS, transkutan elektriksel sinir stimülasyonu ifadesinin kısaltmasıdır ve sinirlerin cilt üzerinden elektriksel olarak uyarıldığı bir uygulamadır. TENS, belirli nedenlerden kaynaklanan ağrıların tedavisinde kliniksel olarak ispatlanmış, etkili ve ilaç tedavisine dayanmayan, doğru uygulandığında yan etkileri olmayan bir yöntemdir. Tedaviyi kendiniz de kolayca uygulayabilirsiniz. Ağrı hafifletici ve bastırıcı etki, sinir liflerine iletilen ağrının baskılanması ve vücudun kendisi tarafından üretilen ve merkezi sinir sistemine etki eden endorfinlerin daha yüksek miktarda salgılanması sayesinde elde edilir. Bu yöntem, bilimsel olarak kanıtlanmış ve tıbben onaylanmıştır.
TENS kullanımını mantıklı kılan her klinik tablo, sizi tedavi eden doktor tarafından açıklığa kavuşturulmalıdır. Doktorunuz size, kendi kendinize uygulayabileceğiniz TENS tedavisinin faydalanma dair bilgiler de verecektir. TENS cihazı kullanımının adet dönemi sancılarını hafiflettiği ve endometriozis ağrılarını dindirdiği klinik olarak test edilmiş ve onaylanmıştır.
TENS cihazları, vücuda cilt üzerinden akım verilmesi ile çalışır. Burada aktarım aracı işlevi gören jel pedler doğal bir aşınmaya maruz kalır. Jel pedlerle yeterli temas artık mümkün olmuyor ve Menstrual Relax cilt yüzeyini tümüyle kaplayacak şekilde yapışmıyorsa pedler değiştirilmelidir. Aksi halde kısmen yükselen akım yoğunluğu ciltte tahrişe neden olabilir.

2. TESLİMAT KAPSAMI
Teslimat kapsamını kontrol ederek karton ambalajın dıştan hasar görmemiş ve içeriğin eksiksiz olduğundan emin olun. Cihazı kullanmadan önce, cihazda ve aksesuarlarında görünür hasarlar olmadığından ve tüm ambalaj malzemelerinin çıkarıldığından emin olun. Şüpheli durumlarda kullanmayın ve satıcınıza veya belirtilen müşteri hizmetleri adresine başvurun.
1x Menstrual Relax, 4x kendiliğinden yapışan jel ped, 1x USB-C kablosu, 1x bu kullanım kılavuzu

3. İŞARETLERİN AÇIKLAMASI
Cihazın üzerinde, kullanım kılavuzunda, ambalajında ve model etiketinde aşağıdaki simgeler kullanılmıştır:

	Elektrikli ve elektronik atık cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edilmelidir
Pb Cd Hg	Zararlı madde içeren pilleri evsel atıklarla birlikte bertaraf etmeyin
	UYARI Yaralanma tehlikelerine veya sağlığınızla ilgili tehlikelere yönelik uyarı
	DİKKAT Cihazda ve aksesuarlarda meydana gelebilecek hasarlara yönelik güvenlik uyarısı
	Cihaz tarafından 5 saniyelik aralıklarla 10 mA üzerinde efektif çıkış değerleri üretilebilir.
	Not Önemli bilgilere yönelik not
	Üretici
	Üretim tarihi
	Uygulama parçalarının izolasyon tipi: BF Galvanik izolasyonlu uygulama parçası (F, floating anlamındadır), B tipi kaçak akımlara yönelik gereklilikleri karşılar
	Elektrikli implantlar (örn. kalp pili) takılıysa kullanılmamalıdır
	Kalbe yakın bölgede kullanılmamalıdır
	CE işareti Bu ürün, yürürlükteki Avrupa Birliği yönergelerinin ve ulusal yönergelerin gerekliliklerini karşılamaktadır.
IP22	**IP sınıfı** Cihaz 12,5 mm ve daha büyük yabancı cisimlere ve eğimli bir şekilde damlayan suya karşı korumalıdır
	Son kullanım tarihi
	Kullanım kılavuzunu dikkate alın Çalışmaya ve/veya cihazı ya da makineleri kullanmaya başlamadan önce kılavuzu okuyun
Storage	İzin verilen depolama sıcaklığı ve hava nemi
Operating	İzin verilen çalışma sıcaklığı ve hava nemi
Transportation	İzin verilen taşıma sıcaklığı ve hava nemi
	Ambalaj bileşenlerini ayırın ve belediyenin kurallarına uygun olarak bertaraf edin.
B A	Ambalaj malzemesinin tanımlanması için kullanılan işaret. A = Malzeme kısaltması, B = Malzeme numarası: 1-7 = Plastikler, 20-22 = Kağıt ve karton
	Ürünü ve ambalaj bileşenlerini ayırın ve belediyenin kurallarına uygun olarak bertaraf edin.
SN	Seri numarası
MD	Tıbbi ürün
REF	Ürün numarası
#	Tip numarası
	İthalatçı simgesi

4. TENS KULLANIM AMACI
Cihaz, TENS (transkutan elektrikli sinir stimülasyonu) teknolojisi yardımıyla ağrıların tedavi edilmesi amacıyla tasarlanmıştır.
Hedef grup
Bu cihaz profesyonel sağlık tesislerinde kullanılmak üzere değil, kullanıcının kendisi tarafından ev ortamında kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Uygulama tüm yetişkinler için uygundur.
Klinik fayda:
Adet döneminde yaşanan sancıların ve endometriozis sonucu oluşan ağrıların hafifletilmesi.
Endikasyonlar
- Kadınlardaki regl ağrıları
- Endometriozis kaynaklı ağrılar
Kontrendikasyonlar:
- Stimülasyon
  - baş üstünde veya etrafında,
  - doğrudan gözler üzerinde,
  - ağzı kapatacak şekilde,
  - boynun ön tarafında (özellikle karotis sinüs),
  - göğüs üzerinde ve sırtın üst kısmında,
  - kalbin üzerinden geçecek şekilde yerleştirilmiş elektrotlarla uygulanmamalıdır.
- Kalbin yakınında kullanılmamalıdır. Stimülasyon elektrotları, (kaburga ve göğüs kemiğinden oluşan) ön göğüs kafesinin herhangi bir yerine ve özellikle de her iki büyük göğüs kasına uygulanmamalıdır. Cihaz burada ventriküler fibrilasyon riskini arttırabilir ve kalbin durmasına neden olabilir (bkz. Bölüm 5 Genel uyarılar).
- Cihazı aşağıdaki bölgelerde/durumlarda KULLANMAYIN:
  - Kafatası kemiğinde, ağız, orofarenks ve gırtlak bölgesinde,
  - Boyun/şah damarı bölgesinde,
  - Genital bölgede.
  - Elektrikli implantlar takılıysa (örn. kalp pili).
  - Metal implant mevcutsa (örn. bakır spiral).
  - İnsülin pompası kullanıcılarında.
  - Yüksek ateşte (örn. > 39 °C).
  - Bilinen veya akut kardiyak aritmilerin ve diğer kardiyak uyarım ve iletim bozukluklarının olduğu durumlarda.
  - Cihazı akut veya kronik olarak hastalanmış (yaralı veya iltihaplanmış) ciltte kullanmayın (örn. ağrılı ve ağrısız iltihaplanma, kızarıklık, kaşıntı (örn. alerji), yanık, sıyrık, şişme ve açık ve iyileşme sürecinde olan yaralar ve ameliyat sonrasında iyileşmekte olan yaralar).
  - Nöbetli hastalıklarda (örn. epilepsi).
  - Hamilelik sırasında.
  - Mevcut kanser hastalıklarında.
  - Daha kuvvetli kas kontraksiyonlarının iyileşme sürecine zarar verebileceği ameliyatlardan sonra.
  - Aynı zamanda yüksek frekanslı bir ameliyat cihazına bağlı olunduğunda.
  - Mide-bağırsak sisteminde akut veya kronik hastalıklar olması durumunda.

⚠ Uyarı! İstenmeyen yan etkiler
- Ciltte tahriş

5. GENEL UYARILAR
⚠ Genel uyarılar
Cihazın kullanımı, tıbbi muayenenin ve tedavinin yerine geçmez. Bu nedenle her türlü ağrı veya hastalıkta her zaman önce doktorunuza danışın! Cihazı kullanmadan önce aşağıdaki durumlarda tedavinizi yapan doktora danışın:
- Akut hastalıklar, özellikle yüksek tansiyon rahatsızlığı veya riski, kan pıhtılaşması bozuklukları, tromboembolik hastalıklara yatkınlık veya kötü huylu yeni oluşumlarda.
- Tüm cilt hastalıklarında veya açık yaralarda.
- Vücudun herhangi bir yerinde nedeni tespit edilmemiş kronik ağrıların olması durumunda.
- Diyabet.
- Ağrının daha az hissedilmesine neden olan tüm duyusal bozukluklarda (örn. metabolizma bozuklukları).
- Aynı zamanda uygulanan tıbbi tedavilerde.
- Stimülasyon uygulaması ile meydana gelen şikayetlerde.
- Aynı elektrot yerinde uzun süreli stimülasyon nedeni ile kalıcı cilt tahrişlerinde.
Menstrual Relax cihazını sadece:
- İnsanlarda kullanın.
- Geliştirilme amacına uygun ve bu kullanım kılavuzunda belirtilen şekilde kullanın. Amacına uygun olmayan her türlü kullanım tehlikeli olabilir.
- Harici kullanım içindir.
- Sadece cihazla birlikte teslim edilen ve sonradan sipariş edilebilen orijinal yedek parçaları kullanın, aksi halde garanti geçerliliğini yitirir.
- Bu cihaz kısıtlı fiziksel, algısal ve akli becerileri nedeniyle ya da tecrübesizlik ve/veya bilgisizliklerinden dolayı cihazı kullanamayacak durumda olan kişiler tarafından, cihazı güvenliklerinden sorumlu olabilecek yetkinlikte bir kişinin gözetimi veya cihazın nasıl kullanılacağına ilişkin direktifleri olmadan kullanılmamalıdır.
- Çocuklar cihazla oynamamalıdır.
- Cihaz ticari kullanım için değil, yalnızca evde/kişisel amaçlarla kullanılmak üzere tasarlanmıştır.
Genel güvenlik önlemleri
- Banyo gibi nem oranı yüksek olan yerlerde veya banyo yaparken ya da duş alırken kullanılmamalıdır.
- Alkol tüketiminden sonra kullanılmamalıdır.
- Nadir durumlarda çok hassas olan ciltlerde meydana gelebilecek olan yaralanmaları önlemek için elektrotları her zaman yavaşça çekerek ciltten ayırın.
- Cihazı ısı kaynaklarından uzak tutun ve rahatsız edici akım pikleri meydana gelebileceğinden (cep telefonu gibi) kısa dalga veya mikrodalga cihazlarının yakınında (~1 m) kullanmayın.
- Cihazı doğrudan güneş ışığına veya yüksek sıcaklıklara maruz bırakmayın.
- Cihazı darbelerden, tozdan, kirden ve nemden koruyun.
- Cihazı asla suya veya başka sıvılara daldırmayın.
- Cihaz, kendi kendinize uygulama yapmak için uygundur.
- Hijyenik nedenlerle elektrotlar sadece tek bir kişide kullanılmalıdır.
- Cihazın doğru şekilde çalışmaması, kendinizi rahatsız hissetmeniz veya ağrıların söz konusu olması durumunda uygulamayı derhal durdurun.
- Elektrotları çıkarmak veya yerlerini değiştirmek isterseniz, istenmeyen stimülasyonları önlemek için önce cihazı kapatın.
- Menstrual Relax cihazında değişiklik yapmayın (örn. keserek). Bu durum akım yoğunluğunu arttırır ve tehlikeli olabilir (elektrotlar için önerilen maks. çıkış değeri 9 mA/cm² kadardır, efektif akım yoğunluğunun 2 mA/cm² değerinin üzerinde olduğu durumlarda çok daha dikkatli olunmalıdır).
- Elektrotların cilde tamamen temas ettiğinden emin olun.
- Elektrotlar yıprandığında, akımın tüm yüzeye düzgün şekilde dağılması artık garanti edilemeyeceğinden ciltte tahriş meydana gelebilir. Bu nedenle elektrotlar değiştirilmelidir.
- Cihazı uyurken, araç kullanırken veya aynı anda bir makineye kumanda ederken kullanmayın.
- Öngörülmeyen bir reaksiyonun (örn. düşük yoğunluğa rağmen daha kuvvetli kas kontraksiyonu) tehlikeli olabileceği aktiviteler sırasında kullanmayın.
- Stimülasyon esnasında kemer tokası veya kolye gibi metal objelerin elektrotlara temas etmemesine dikkat edin. Uygulama bölgesinde takı veya piercing (örn. göbek deliği piercingi) taşıyorsanız bunları cihazı kullanmadan önce çıkarmalısınız; aksi halde noktasal yanmalar meydana gelebilir.
- Olası tehlikeleri önlemek için cihazı çocuklardan uzak tutun.
- Bu cihazı, vücudunuza elektrikli impulslar veren başka cihazlarla aynı anda kullanmayın.
- Kolay tutuşabilir maddelerin, gazların veya patlayıcı maddelerin yakınında kullanmayın.
- Uygulamayı ilk dakikalarda oturarak veya yatarak yapın, böylece ender de olsa bazı durumlarda görülebilen vagal reaksiyon (halsizlik) nedeniyle gereksiz yaralanma riskini önlemiş olursunuz. Halsizlik hissi başladığında derhal cihazı kapatın ve bacaklarınızı yüksekte tutun (yakl. 5-10 dakika).
- Cilde önceden yağlı kremler veya merhemler uygulanması tavsiye edilmez; bunun sonucunda elektrot yıpranması çok fazla artar ve rahatsızlık verici akım pikleri oluşabilir.
- Çocukları ambalaj malzemesinden uzak tutun (boğulma tehlikesi!).
- Cihazı kuru bir yerde muhafaza edin (sadece kapalı alanlarda kullanın). Yangın ve/veya elektrik çarpması tehlikesini önlemek için, ünite yüksek neme ve suya karşı korunmalıdır.
- Menstrual Relax cihazının gerçek sıcaklığı, cildin durumu, yaş, ağrının yeri gibi faktörlere bağlı olarak değişiklik gösterebilir.
- Isının çok yüksek hissedilmesi halinde uygulamayı derhal durdurun. TENS uygulamasına ısıtma fonksiyonunu kullanmadan devam edebilirsiniz.
- Yemek yedikten sonra Menstrual Relax cihazını kullanmaya başlamak için en az bir saat bekleyin.

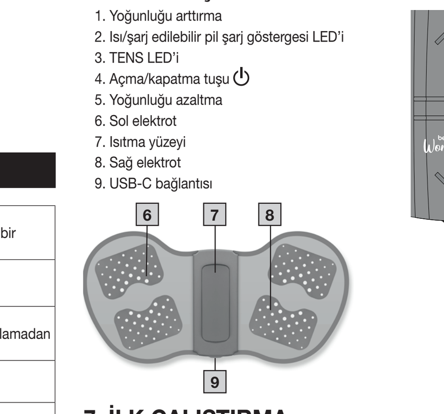
ⓘ Jel pedler maks. 20 uygulamada kullanılmalıdır (cilt tipine ve yapısına bağlı olarak bu durum önemli ölçüde değişebilir).
- Jel pedleri temiz ve kuru cilt üzerinde kullanın, losyon veya yağlı krem kullanımından kaçının
- Açık yaralar üzerinde uygulama yapmayın
- Hassas ciltler için doktorunuza danışın

Hasar
- Şarj edilebilir pil hücresindeki sıvı cilde veya gözlere temas ederse, ilgili yeri suyla yıkayın ve bir doktora başvurun.
- Hasar durumunda cihazı kullanmayın ve satıcınıza veya belirtilen müşteri hizmetleri adresine başvurun.
- Cihazın etkin şekilde çalışmasını garanti etmek için cihaz düşürülmemeli veya parçalanmamalıdır.
- Cihazda yıpranma veya hasar belirtileri olup olmadığını kontrol edin. Bu tür belirtiler mevcutsa veya cihaz usulüne uygun olmayan bir şekilde kullanıldıysa, cihaz yeniden kullanılmadan önce üreticiye veya yetkili satıcıya gösterilmelidir.
- Arıza veya hatalı çalışma durumunda cihazı hemen kapatın.
- Cihazı kesinlikle kendi başınıza açmaya ve/veya onarmaya çalışmayın. Onarımlan sadece müşteri hizmetlerinin veya yetkili satıcının yapmasını sağlayın. Bu husus dikkate alınmazsa garanti geçerliliğini yitirir.
- Amacına uygun olmayan ve yanlış kullanım sonucu oluşabilecek hasarlar için üretici sorumluluk kabul etmez.

⚠ UYARI
Şarj edilebilir pillerin kullanımıyla ilgili açıklamalar
- Şarj edilebilir pil hücresindeki sıvı cilde veya gözlere temas ederse, ilgili yeri suyla yıkayın ve bir doktora başvurun.
- Nefes borusuna kaçma tehlikesi! Küçük çocuklar şarj edilebilir pilleri yutabilir ve bunun sonucunda boğulabilir. Bu nedenle şarj edilebilir pilleri küçük çocukların erişemeyeceği yerlerde saklayın!
- Şarj edilebilir pilin akması halinde cihazı tutmadan önce mutlaka bir koruyucu eldiven giyin.
- Şarj edilebilir pilleri aşırı ısıya karşı koruyun.
- Patlama tehlikesi! Şarj edilebilir pilleri ateşe atmayın.
- Şarj edilebilir pilleri parçalarına ayırmayın, açmayın veya parçalamayın.
- Sadece kullanım kılavuzunda belirtilen şarj cihazlarını kullanın.
- Şarj edilebilir piller kullanılmadan önce doğru şekilde şarj edilmelidir. Doğru şarj için, üreticinin açıklamalarına veya bu kullanma kılavuzunda bilgilere daima uyulmalıdır.
- Şarj edilebilir pili ilk kullanımından önce tamamen şarj edin (bkz. Bölüm 6).
- Şarj edilebilir pilin ömrünü mümkün olduğunca uzatmak için en az 6 ayda bir tamamen şarj edin.

⚠ DİKKAT
- Cihazı sert darbelere karşı koruyun.
- Hasarlıysa veya düzgün çalışmıyorsa cihazı kullanmayın. Bu durumlarda müşteri hizmetlerine başvurun.
- Cihazı doğrudan güneş ışığına veya yüksek sıcaklıklara maruz bırakmayın.
- Cihazı tozdan, kirden ve nemden koruyun. Cihazı asla suya veya başka sıvılara daldırmayın.
- Cihazı, kurutma makinesi veya fırın gibi diğer ısıtıcı cihazların, ısıtma elemanlarının yakınında veya üzerinde kullanmayın ve rahatsız edici akım pikleri meydana gelebileceğinden (cep telefonu gibi) kısa dalga veya mikrodalga cihazlarının yakınında (~1 m) kullanmayın.
- Şüpheli durumlarda cihazı kullanmayın ve satıcınıza veya belirtilen müşteri hizmetleri adresine başvurun.
- Arıza veya hatalı çalışma durumunda cihazı hemen kapatın.
- Cihazı asla kendiniz açmaya ve/veya onarmaya çalışmayın.
- Onarımları sadece müşteri hizmetlerinin veya yetkili satıcının yapmasını sağlayın. Bu uyarı dikkate alınmadığı takdirde garanti geçerliliğini yitirir.

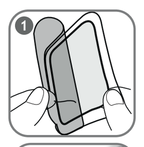
6. CİHAZ AÇIKLAMASI
1. Yoğunluğu arttırma
2. Isı/şarj edilebilir pil şarj göstergesi LED'i
3. TENS LED'i
4. Açma/kapatma tuşu ⏻
5. Yoğunluğu azaltma
6. Sol elektrot
7. Isıtma yüzeyi
8. Sağ elektrot
9. USB-C bağlantısı



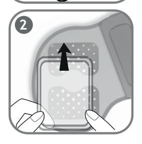
7. İLK ÇALIŞTIRMA
Şarj edilebilir pilin şarj edilmesi
ⓘ **Not**
Menstrual Relax cihazını ilk kez çalıştırmadan önce cihazı en az 2 saat şarj etmeniz gerekir. Bunun için aşağıdakileri yapın:

1. Menstrual Relax cihazındaki mikro USB-C bağlantı noktasının kapağını açın.
2. Cihaz ile birlikte teslim edilen mikro USB-C şarj kablosunu bir USB elektrik adaptörüne (çıkış: maks. 5V/2A, teslimat kapsamına dahil değildir) ve Menstrual Relax cihazına bağlayın.
3. Ardından elektrik adaptörünü uygun bir prize takın.
4. Şarj işlemi sırasında şarj edilebilir pilin şarj göstergesi LED'i yeşil renkte yanıp söner. Menstrual Relax tümüyle şarj edildiğinde şarj edilebilir pilin şarj göstergesi LED'i sürekli olarak yeşil renkte yanar.

ⓘ **Not**
Menstrual Relax şarj edilirken uygulama yapılması mümkün değildir.
Şarj işlemi sırasında cildin elektrotlarla temas etmemesine dikkat edin.
Jel pedlerin yapıştırılması
1. Koruyucu tabakalardan birini dikkatlice çıkarın.

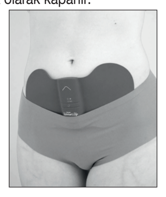


2. Jel pedi özenli bir şekilde Menstrual Relax cihazına yapıştırın ve ikinci koruyucu tabakayı dikkatlice çekerek çıkarın. Jel pedin kenarlarının Menstrual Relax cihazından taşmamasına dikkat edin. Her elektroda bir jel ped yapıştırın.



⚠ UYARI
Koruyucu tabakayı dikkatli ve yavaş bir şekilde çıkarın. Kendiliğinden yapışan jel pedlerin zarar görmediğinden emin olun, aksi halde tabakanın üzerindeki hasarlar ve pürüzler ciltte tahrişe neden olabilir.

8. KULLANIM
Uygulamayı başlatma
ⓘ **Not**
Menstrual Relax cihazında, maksimum 43°C seviyesine kadar ısı oluşumuna olanak veren bir ısı kademesi ve TENS uygulaması için 15 yoğunluk kademesi mevcuttur. Cihaza alışana kadar ilk uygulamalarda düşük yoğunluk kademelerinden başlamanızı öneririz. Menstrual Relax cihazında otomatik kapanma özelliği mevcuttur. 20 dakikalık uygulama süresinin ardından cihaz otomatik olarak kapanır.

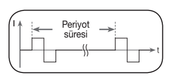


1. Menstrual Relax cihazını alt karın bölgenize yapıştırın. Pedleri, ağrının oluştuğu yere göre istediğiniz şekilde takabilirsiniz. Elektrotların kalça kemikleriyle temas etmemesine dikkat edin.
2. Pedi açmak için açma/kapatma tuşuna ⏻ kısa süre basılı tutun. Isı LED'i yeşil renkte yanıp söner ve Menstrual Relax cihazı ısınmaya başlar. Isı LED'i turuncu renkte yanıp sönüyorsa, Menstrual Relax cihazını "Şarj edilebilir pilin şarj edilmesi" bölümünde açıklanan şekilde şarj edin.
3. Elektrikli kas stimülasyonunu (TENS) kapatmak için açma/kapatma tuşuna ⏻ tekrar kısa süre basın. TENS LED'i yanıp söner. Stimülasyonu başlatmak için ∧ tuşuna bir kez basın. En düşük yoğunluk aktif olur.
4. TENS fonksiyonunu ısıtma olmadan kullanmak istiyorsanız tekrar açma/kapatma tuşuna ⏻ basın. Şimdi sadece TENS LED'i yanıp söner ve ∧ tuşuna basarak stimülasyonu başlatabilirsiniz.
5. ∧/∨ tuşlarıyla istediğiniz yoğunluk kademesini seçin.
6. Menstrual Relax cihazını kapatmak için açma/kapatma tuşunu ⏻ 3 saniye süreyle basılı tutun. Isı LED'i ve TENS LED'i söner.
7. Menstrual Relax cihazını vücudunuzdan ayırmadan önce cihazı kapatın. Uygulamanız bittikten sonra Menstrual Relax cihazını alt karın bölgenizden dikkatlice çekerek ayırın. Jel pedleri korumak için koruyucu tabakalarını tekrar takın.

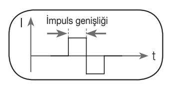
⚠ UYARI!
Tedavi sırasında rahatsızlık hissedilmesi halinde tedavinin zamanında durdurulabilmesi için kumanda ünitesine hızlıca erişilebildiğinden emin olun.
Uygulama ile ilgili bilgiler
- Uygulamalar arasında en az 30 dakika mola verin.
- Menstrual Relax cihazını sizi rahatsız hissettirmeyecek sıklıkta kullanın. Menstrual Relax fonksiyonlarının artık sizi rahatlatmadığını düşünüyorsanız uygulamayı kesin.
- Menstrual Relax cihazında, cihazın vücutla temas edip etmediğini tespit eden bir Body-Loose fonksiyonu mevcuttur. Vücutla yeterli temas sağlanamadığında cihazdan bip sesi duyulur ve cihaz kendiliğinden kapanır. Cihaz vücuda yerleştirilmiş olmasına rağmen hala bip sesi çıkarıyorsa, jel pedleri temizleyin ve cihazı tekrar çalıştırmayı deneyin. Sürekli bir bip sesi duyuluyorsa jel pedleri değiştirin.
- Jel pedlerin yapışma kuvveti azaldığında pedleri hemen değiştirin. Menstrual Relax cihazını ancak jel pedleri değiştirdikten sonra tekrar kullanın. Aksi halde jel pedlerin eşit bir şekilde yapışmaması ciltte yaralanmaya neden olabilir.
- Rahatsız edici akım pikleri hissederseniz Menstrual Relax cihazını kapatın ve hafifçe yerini değiştirin.
- Menstrual Relax cihazını kullandığınızda adet kanamanızda kayda değer bir artış olduğunu gözlemlerseniz cihazı kullanmayı bırakın.

⚠ UYARI!
Elektrotlar göğüs kafesinin ön cephesinde kullanılmamalıdır.
Programlar
Döngü	1	2	3
İmpuls genişliği	100 µs	250 µs	75 µs
İmpuls frekansı	100 Hz	8 Hz	85 Hz
Döngü süresi	120 sn	120 sn	160 sn

İmpuls frekansı
Frekans, bir saniyedeki tek impuls sayısını Hz (Hertz) cinsinden gösterir. Frekans, periyot süresinin tersi alınarak hesaplanabilir.



İmpuls genişliği
İmpuls genişliği, tek impuls süresini mikro saniye cinsinden gösterir. İmpuls genişliği ayrıca akımın nüfuz etme derinliğini de belirler ve genel olarak şu kural geçerlidir: Daha büyük kas kütlesi için daha büyük impuls genişliği gereklidir.



9. TEMİZLİK VE BAKIM
⚠ UYARI
- Cihazı kullandıktan sonra yumuşak ve hafif nemli bir bez ile silin. Cihaz çok kirliyse, bezi hafif sabunlu su ile nemlendirebilirsiniz.
- Cihazın içine su kaçmamasına dikkat edin. Yine de içine su kaçacak olursa cihazı ancak tamamen kuruduktan sonra tekrar kullanın.
- Yapışkan elektrotların mümkün olduğunca uzun süre yapışık kalmasını garanti etmek için bunları tüy bırakmayan nemli bir bezle dikkatli bir şekilde temizleyin.
- Temizleme için kimyasal veya aşındırıcı temizlik maddeleri kullanmayın.

10. AKSESUARLAR VE YEDEK PARÇALAR
Yedek parçalar ve aksesuarlar için www.beurer.com adresini ziyaret edin veya ülkenizdeki ilgili servis adresine başvurun (servis adresi listesini inceleyin). Yedek parçaları ve aksesuarları mağazalarda da bulabilirsiniz.

Tanım	Ürün veya sipariş numarası
1 x kendiliğinden yapışan jel ped seti	110.008
1 x USB-C kablosu	110.009

11. SORUNLARIN GİDERİLMESİ
Sorun	Olası neden	Çözüm
Cihaz açma/kapatma tuşuna basınca açılmıyor.	Şarj edilebilir pil boşalmış olabilir.	Şarj edilebilir pili tamamen şarj edin. Cihaz hala açılmıyorsa müşteri hizmetleriyle irtibata geçin.
Cihaz vücutta durmuyor.	Jel pedler kirlenmiş veya yıpranmış olabilir. Cildinizin cihazı yerleştirdiğiniz bölümü yeterince temiz olmayabilir.	Jel pedin yapışkan yüzeyini lif bırakmayan nemli bir bezle temizleyin. Jel pedler hala sıkı bir şekilde yapışmıyorsa pedler değiştirilmelidir. Her kullanımdan önce cildinizi temizleyin, uygulamadan önce cilt kremleri veya bakım yağları kullanmayın. Cildin tıraş edilmesi, jel pedlerin yapışma kuvvetini arttırabilir.
Hissedilebilir bir stimülasyon yok.	Jel pedler kirlenmiş veya yıpranmış olabilir. Şarj edilebilir pilin şarj edilmesi gerekebilir.	Jel pedlerin uygulama bölgesine sıkıca yapıştığından emin olun. Şarj edilebilir pil neredeyse boşalmış. Şarj edilebilir pili tamamen şarj edin.
Jel pedler rahatsız edici bir his veriyor.	Jel pedler yıpranmış. Bunlar, eşit ve tam yüzeyli bir akım dağıtımı sağlayamadığından ciltte tahrişe neden olabilir.	Jel pedleri değiştirin.
Uygulama bölgesinde ciltte kızarıklıklar oluyor.	Jel pedin altında oluşan ancak hızlıca geçen kızarıklık tehlikeli değildir, bunlar TENS ve ısı nedeniyle ilgili bölgedeki kan dolaşımının artması nedeniyle oluşabilir.	Uygulamayı hemen durdurun ve cildin normale dönmesini bekleyin. Ancak ciltteki tahriş devam ederse ve kaşınma başlarsa veya iltihaplanma olursa, cihazı tekrar kullanmadan önce doktorunuza danışın. Yapışkan yüzeye karşı bir alerji söz konusu olabilir.
Isıtma yüzeyinin altında kalan cilt bölümü kızarır.	Menstrual Relax ısıtma yüzeyinin altında kalan bölümün kızarması, ısınan dokulardaki kan dolaşımının hızlanmasıyla açıklanabilir.	Cilt uygulamadan kısa süre sonra normale dönecektir. Ancak ciltteki kızarıklık devam ederse ya da kaşınma veya iltihaplanma başlarsa cihazı tekrar kullanmadan önce doktorunuza danışın.
Menstrual Relax cihazı çok ısınıyor.		Isıtma fonksiyonunu sona erdirmek ve sadece TENS fonksiyonunu kullanmak için açma/kapatma tuşuna ⏻ basın.

12. BERTARAF ETME
Kullanılmış, şarjı tamamen boşalmış şarj edilebilir piller özel işaretli toplama kutularına atılarak, özel çöp alma yerlerine veya elektrikli cihaz satıcılarına teslim edilerek bertaraf edilmelidir. Şarj edilebilir pillerin bertaraf edilmesi, yasal olarak sizin sorumluluğunuzdadır.
Bu işaretler, zararlı madde içeren şarj edilebilir pillerin üzerinde bulunur:
Pb = Pil kurşun içerir,
Cd = Pil kadmiyum içerir,
Hg = Pil cıva içerir.
Çevreyi korumak için, kullanım ömrü dolan cihaz evsel atıklarla beraber bertaraf edilmemelidir. Bertaraf etme işlemi, ülkenizdeki uygun atık toplama merkezleri aracılığıyla yapılabilir. Cihazı, elektrikli ve elektronik atık cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edin. Bertaraf işlemiyle ilgili sorularınız olduğunda bölgenizdeki yetkili makamlarla iletişime geçin.

13. TEKNİK VERİLER
Ad ve model	EM 55
Tip	EM 50
Çıkış dalga biçimi	Bifazik dikdörtgen impulslar
Darbe süresi	75-250 µs
Darbe frekansı	8-100 Hz
Çıkış gerilimi	Maks. 80 Vpp (1000 Ω için)
Isı kademeleri	1 (en fazla 43 °C)
Çıkış akımı	Maks. 80 mApp (1000 Ω için)
Gerilim beslemesi	Lityum polimer şarj edilebilir pil, 1000 mAh
Uygulama süresi	20 dakika, ardından cihaz otomatik olarak kapatılır
Yoğunluk	0 ila 15 arasında ayarlanabilir
Çalışma koşulları	5°C – 40°C (41°F – 104°F) bağıl nem oranı %15–90
Depolama koşulları	0°C – 40°C (32°F – 104°F) bağıl nem oranı %0–90
Ölçüler	Yakl. 235 x 115 x 20 mm
Ağırlık	82 g

Teknik değişiklik hakkı saklıdır.
Seri numarası cihazın üzerindedir.
Bu cihaz EN60601-1-2 Avrupa normuna uygundur (Grup 1, Sınıf B, CISPR 11, IEC 61000-4-2, IEC 61000-4-3, IEC 61000-4-8 ile uyumluluk) ve elektromanyetik uyumluluk ile ilgili özel önlemlere tabidir. Lütfen taşınabilir veya mobil yüksek frekanslı iletişim sistemlerinin bu cihazı etkileyebileceğini dikkate alın. Ayrıntılı bilgileri belirtilen müşteri servisi adresinden talep edebilir veya kullanım kılavuzunun son kısmında bulabilirsiniz.
Bu cihaz için Tıbbi Ürün İşletici Yönetmeliği'nin (MPBetreibV) 5. maddesi uyarınca fonksiyon testi ve bilgilendirme gerekli değildir.
Aynı şekilde, Tıbbi Ürün İşletici Yönetmeliği'nin 6. maddesi uyarınca güvenlikle ilgili kontrollerin de gerçekleştirilmesi gerekli değildir.

14. ELEKTROMANYETİK UYUMLULUK İLE İLGİLİ BİLGİLER
⚠ UYARI
- Cihaz, konutlar da dahil olmak üzere bu kullanım kılavuzunda belirtilen tüm ortamlarda çalıştırılabilir.
- Elektromanyetik parazit olan ortamlarda cihazın fonksiyonları duruma bağlı olarak kısıtlanabilir. Bunun sonucunda örneğin hata mesajları görülebilir veya ekran/cihaz devre dışı kalabilir.
- Bu cihaz başka cihazların hemen yanında veya başka cihazlarla üst üste koyularak kullanılmamalıdır, aksi halde cihazın hatalı çalışması söz konusu olabilir. Bahsedilen şekilde kullanım kesinlikle kaçınılmazsa, gerektiği gibi çalıştıklarından emin olmak için bu cihaz ve diğer cihazlar gözlemlenmelidir.
- Bu cihazın üreticisinin belirttiği veya sağladığı aksesuarlar haricindeki aksesuarların kullanılması, elektromanyetik parazit emisyonlarının artmasına veya cihazın elektromanyetik uyumluluğunun azalmasına neden olabilir ve cihazın hatalı çalışmasına yol açabilir.
- Taşınabilir RF iletişim cihazlarını (anten kabloları veya harici antenler gibi çevresel olanlar da dahil), teslimat kapsamında yer alan kablolardan ve tüm cihaz parçalarından en az 30cm uzakta tutun. Bunun dikkate alınmaması cihaz performansının olumsuz etkilenmesine neden olabilir.
- Bunun dikkate alınmaması cihaz performansının olumsuz etkilenmesine neden olabilir.

15. GARANTİ/SERVİS
Garanti ve garanti koşulları ile ilgili ayrıntılı bilgileri cihazla birlikte verilen garanti broşüründe bulabilirsiniz.
Hata ve değişiklik hakkı saklıdır

100.59_EM55_2023-03-13_02_IM1a_BEU