

BRUKSANVISNING NEUROTRAC[®] SIMPLEX

EMG BIOFEEDBACK-APPARAT
FÖR TRÄNING AV
BÄCKENBOTTENMUSKULATUR



Medifa
MC

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning

EMG BIOFEEDBACK-APPARAT FÖR TRÄNING AV BÄCKENBOTTENMUSKULATUR	1
INNEHÅLLSFÖRTECKNING.....	1
INTRODUKTION	2
INNAN DU ANVÄNDER APPARATEN.....	3
KONTRAIKATIONER OCH FÖRHÅLLNINGSGREGER.....	4
BATTERI	5
LADDNING AV BATTERI.....	5
PROBER OCH HUDELEKTRODER	5
RENGÖRING AV PROB	5
PROBER OCH HUDELEKTRODER ÄR ENDAST FÖR PERSONLIGT BRUK.	5
DET HÄR ÄR NEUROTRAC SIMPLEX.....	6
KOM I GÅNG MED NEUROTRAC SIMPLEX	7
EMG INSTÄLLNINGAR	9
BEHANDLINGSPERIOD.....	9
TILLBEHÖR OCH HANTERING	10
BATTERI:	10
LEDNINGAR:.....	10
SJÄLVHÄFTANDE HUDELEKTRODER:.....	10
VAGINAL / ANAL PROB:	10
SPECIFIKATIONER:	10
RENGÖRING OCH DESINFICERING AV NEUROTRAC® SIMPLEX.....	11
FELSÖKNING	11
KUNDSERVICE	11
FAKTA OM PALEBLUE BATTERIER.....	12

Introduktion

NeuroTrac[®] Simplex är en EMG (elektromyografisk) biofeedback-apparat. Det betyder att en sensor i apparaten tar emot signaler från bäckenbotten eller övrig muskulatur.

NeuroTrac[®] Simplex omsätter dessa signaler i mikrovolt (uV), vilket indikerar spänningsnivån och styrkan i bäckenbottenmuskulaturen eller annan muskulatur. Med NeuroTrac[®] Simplex är det lättare att kontrollera avslappning/knip i bäckenbotten och/eller övrig muskulatur i kroppen.

Du kan följa framstegen allt eftersom muskulaturen blir starkare, uthålligare och/eller mer avspänd. Framsteg som är motiverande. En avslappnad bäckenbotten visar mätvärden mellan 2 - 8 uV. Värdet på ett knip varierar. Höga värden kan tyda på att du använder hjälpmuskler i mage, lår och säte eller att du håller andan. I början kan din knipstyrka mycket väl ligga under 20 uV. Det viktigaste är att träna målinriktat mot ökad styrka och uthållighet och/eller bättre avslappning i bäckenbotten eller övrig muskulatur.

Om du har några frågor angående användningen av apparaten kan du antingen kontakta din läkare eller sjuksköterska/fysioterapeut som har rekommenderat dig att använda NeuroTrac[®] Simplex. Om du har frågor rörande själva apparaten kontakta AB Medifa.

Läkare eller terapeut:	AB Medifa: info@medifa.se
Telefon Ulrika: 076-922 33 32	Telefon Martina: 070-305 37 35

Lycka till!

Innan du använder apparaten

- Apparaten skall endast användas enligt anvisning av fysioterapeut eller läkare.
- Kontakterna på apparatens ledningar ska endast kopplas till hudelektroder. Det medför fara att sticka in dessa i tex väggkontakt.
- Låt inte apparaten utsättas för vatten eller annan vätska.
- Använd inte apparaten i närheten av brandfarliga gaser/vätskor
- Ha apparaten avslagen när ledningar kopplas i och ur.
- Om uppladdningsbara batterier används: använd 9 V PP3 Nickel Metal Hybrid (Ni-MH) eller Nickel-Cadmium (Ni-Cd), kontrollera att batteriladdaren är CE-märkt.
- Försök aldrig att koppla apparaten direkt till en batteriladdare eller andra elektriska apparater.
- Vaginala/anala prober och hudelektrodena är för personligt bruk.
- Apparaten används och förvaras otillgängligt för barn.
- Använd inte apparaten i ansiktet, om du inte är särskilt anvisad till detta av terapeut.

Type BF (Body Floating) apparat.

Kontraindikationer och förhållningsregler

Läs hela bruksanvisningen innan du använder apparaten.

Apparaten skall inte användas under följande villkor:

- Vid menstruation (vid användning av vaginala prober).
- Vid symptom på urinvägsinfektion.
- Gravida kan tryggt använda EMG biofeedback i samråd med läkare.
- Användare med nedsatt mental kapacitet eller fysisk kompetens där det finns risk att apparaten inte hanteras på ett tillfredsställande sätt.
- På hudområden som är bedövade eller som har nedsatt sensibilitet (kan provas ut under försiktighet i samarbete med läkare eller terapeut).
- Vid bilkörning eller vid hantering av särskilt känslig utrustning
- Försiktighet vid skadat lymfsystem: kan orsaka ödem men kan även ge god effekt
- Är du osäker på hur du ska använda apparaten, kontakta din läkare eller terapeut. Du kan även kontakta AB medifa, info@medifa.se

Batteri

Om du använder NeuroTrac® Simplex med uppladdningsbart batteri, kontrollera att batteriet är laddat. Batteriet placeras i batterifacket på baksidan av apparaten. Använd batteriet till dess det är helt urladdat. Du märker att ett batteri är urladdat genom att apparaten stängs av eller att den inte slår på. NeuroTrac® Simplex har en symbol i displayen som blinkar när batteriet börjar bli urladdat.

Laddning av batteri

Om NeuroTrac® Simplex levererats med batteriladdare och ett uppladdningsbart batteri: Laddaren har plats för två batterier, placera batteriet i det ena facket på laddaren, anslut laddaren till ett eluttag. Det tar ca. 15 timmar att ladda ett batteri, och laddaren stängs av automatiskt, du kan säkert lämna batteriet i laddaren, till exempel över natten. Du kan samtidigt ladda två batterier av samma typ som det medföljande.

Prober och hudelektroder

Standardprober är Periform+ (vaginalprob) och Anuform (analprob) som även den kan användas som en vaginalprob och hudelektroder 50 x 50 mm som är den vanligaste storleken. För prober: elektrodytorna är tillverkade av medicinskt kirurgiskt stål, med en låg inkapslad koncentration av nickel. Hudelektroder finns i många olika storlekar (se www.medifa.se).

Rengöring av prob

Proberna rengörs med tvål i ljummet vatten och torkas av med en handduk.

Prober och hudelektroder är endast för personligt bruk.

Prober

Följande prober finns som alternativ:

1. Periform - Vaginalprob

2) Anuform - analprob





3) Hudelektrod 50 x 50 mm. Hudelektroder finns i många olika storlekar.

Det här är NeuroTrac Simplex

Batterisymbol

Tröskelvärde

Pil upp indikerar att du ska knipa (pil ner att du ska vila)

Skärmen visar hur många knip som återstår (I) samt återstående sekunder av knipet.

PÅ/AV

Plusknappen för att öka tröskelvärdet eller till att ändra olika parametrar när du skapar ett program.

Start/ESC-knappen startar valt program. Ett tryck på Start/ESC tar dig tillbaka till hemskärmen.

För att justera tröskelvärdet automatiskt tryck SET i 3 sekunder och spänn musklerna, enheten ställer in den lämpligaste skalan.

Styrkan på knipet (evt vilovärdet) visas på skärmen, mätt i uV.

Lysdioder som är inställt efter tröskelvärde. Grönt indikerar att du är över tröskelvärdet.

Minusknappen för att minska tröskelvärdet eller för att ändra olika parametrar när du skapar ett program.

Tryck SET, 3 sekunder för att justera parametrar, såsom arbete/vila, antal försök, etc.

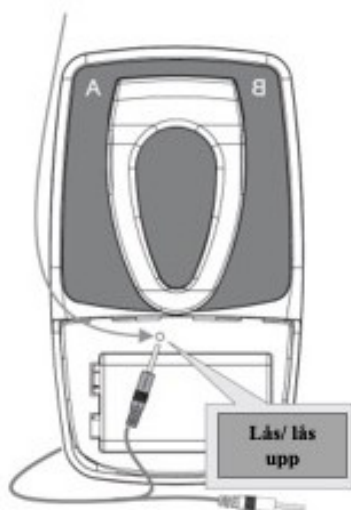


Kom i gång med NeuroTrac Simplex

1. Ta av batteriluckan. Sätt in ett 9 volt batteri och sätt tillbaka luckan.
2. Fäst referens- och EMG ledningarna i apparatens kanalutgångar på apparatens ovansida. Ledningsfärger är inte av betydelse.
3. Ta fram din vaginala/ anala) prob eller hudelektroden. Ta även fram hudelektroden/referenselektroden, låt den vara kvar på plastfilmen.
4. Fäst ledningarna på proben eller hudelektroden och på referenselektroden till vardera pinne i änden av ledningen.
5. Använd rikligt med gel på proben.
6. Placera proben i vaginan/rektum eller hudelektroden där du blivit anvisad av din läkare eller terapeut
7. Placera referenselektroden tex på handen. Kasta inte plastfilmen. Elektroden placeras åter på plastfilmen efter avslutat träningspass.
8. Slå på NeuroTrac® Simplex genom att trycka en gång på ON/OFF.
9. Ställ in tröskelvärde, mikrovolt (μV). Du gör detta genom att spänna bäckenbottenmuskulaturen eller annan muskulatur under 5 sekunder och därefter läsa av toppvärdet. Värdena på skärmen kan variera. Ta 40% av toppvärdet. Tex om värdena varierar mellan 25-30 μV , ta 40 % av 30 μV = 12 μV som ditt tröskelvärde. Detta värde är olika för olika personer beroende på hur stark/svag muskulaturen är.
10. Sätt tröskelvärde genom att trycka på + eller – knapparna märkta **THRS**.
11. **Sätt önskade värden genom att trycka och hålla ner SET-knappen till dess att det börjar att blinka på skärmen.** Tryck på +/- knapparna för att ändra varje parameter. VOL = volym på ljudsignal, WRK = aktiv kniptid i sekunder, RST = vilotid i sekunder, TRS = antal repetitioner.
12. Placera gärna apparaten bredvid dig så att du kan koncentrera dig på träningen. Slappna av i bäckenbotten eller annan muskulatur med lugna mag-andningar så att spänningvärdet (μV) blir så lågt som möjligt.
13. Programmet startas genom att trycka på START / ESC -knappen. För att avsluta programmet när det är färdigt, trycker du på START / ESC -knappen, eller ON/OFF knappen.

14. När träningen är avslutad kan du läsa av EMG statistik genom att göra följande: Lås up apparaten som beskrivet nedan, tryck på SET knappen och du ser WAV="work average", genomsnittligt knipvärde. Tryck vidare på SET knappen och du ser RAV="rest average", genomsnittligt vilovärde, vidare OST="onset average", genomsnittlig responstid för muskelarbete, RLS="release average", genomsnittlig responstid för muskelavslappning.
15. När du avslutat avläsningen av statistiken, kan du antingen trycka vidare på SET knappen för att se resultaten igen eller trycka på ESC knappen för att lämna statistikfunktionen. Du förlorar då statistikupplysningen. Om apparaten kopplats till en dator kan statistiken lagras.
16. Viktig: Ta inte bort ledningarna när apparaten är påslagen.
Fäst referenselektroden på plastfilmen efter användning och lägg tillbaka den i påsen. Stäng påsen. Proben rengörs och torkas innan den förvaras i originalförpackningen.

Om parametrarna inte kan ändras när du trycker på SET knappen, måste enheten låsas upp. Använd änden på en av ledningarna och tryck in den i det lilla hålet på baksidan av apparaten under batteriluckan. Om ett hänaglås visas på skärmen är apparaten låst och måste låsas upp.



EMG inställningar

För att ändra inställningar, tryck SET-knappen i 3 sekunder.

Den första parametern är VOL (ljudvolym). För att ändra värde, använd +/- knappar. För att gå till nästa inställning, tryck SET. För att spara nya inställningar, tryck på ESC eller OFF.

EMG Värden	Skärm	Tillgängliga inställningar
Ljudstyrka	VOL	Typiskt värde: 4
Arbete	WRK	Intervall: [sek]: 2-99 Typiskt värde: 5. Detta är den tid under vilken patienten ska hålla musklerna sammandragna över tröskelnivå.
Vila	RST	Värdeintervall: [sek]: 2-99. Typiskt värde: 5. Detta är den tid under vilken patienten ska hålla musklerna avslappnade under tröskelnivå, helst under 1 uV.
Antal Försök	TRS	Värdeintervall: 2-99. Typiskt värde: 5. Sätter antalet repetitioner av arbete/vila.
Audio biofeedback typ	FAB FBL FCO FOF	Välj bland följande: FAB - EMG-pip kommer endast att höras över Tröskelnivån. FBL - EMG-pip kommer endast att höras under Tröskelnivån. FCO - EMG-pip kommer att höras över och under tröskeln FOF - inga EMG-pip. Typisk inställning: FAB.
Anslutning PC	DON DOF	Välj bland följande: DON: - slå PÅ för att aktivera anslutning av PC-programvara. DOF: - stäng AV för att spara batterier. Typisk inställning: DON.
EMG Filter	WDE NRW	Välj bland följande: WDE (typisk inställning) - brett filter - din EMG-avläsning kommer att vara känsligare och kommer att ta upp hjärtslag. NRW - smalt filter - din EMG-avläsning kommer att filtreras för att minska hjärtslagstopparna på EMG-avläsningen. Använd smalt filter om elektroderna är nära hjärta (bröst, rygg, armar, vaginalt eller rektalt).

Behandlingsperiod

Vi rekommenderar daglig träning om din terapeut inte gett andra instruktioner. Lyssna dock till din kropp. Upplever du ömhet, stelhet eller smärtor, rekommenderar vi en paus tills dess du är redo att återuppta behandlingen. Upplever du fortfarande smärtor eller blödningar, ber vi dig att kontakta din terapeut.

Tillbehör och hantering

Batteri:

- * För att byta batteri, öppnar du batteriluckan på baksidan av apparaten genom att skjuta den nedåt.
- * Ta ur batteri från apparaten om den inte används under en längre tidsperiod.
- * Använd helst ett PP3 alkaliskt batteri.

Ledningar:

- * hantera ledningarna försiktigt så att de inte skadas.
- * Undersök ledningarna innan varje behandling.
- * Undvik att dra/ vrida eller bryta ledningarna.
- * Var nogga med att förvara ledningarna i medföljande väska efter användning.

Självhäftande hudelektroder:

- * Placera hudelektroderna åter på plastfilmen efter användning.
- * Förvaras torrt i originalförpackning.
- * Kan med fördel förvaras i kylskåp.

Vaginal / Anal prob:

- * Vi rekommenderar att du använder vaginal (tex Periform) eller anal prob (tex Anuform) prob.
- * Proberna är personliga, tvättas innan och efter användning och förvaras i originalförpackning.

Specifikationer:

1. NeuroTrac[®] Simplex är en enkanalsapparat.
2. EMG 0,2 til 2000 μ V RMS (kontinuerlig)
3. Känslighet: 0.1 μ V RM
4. Noggrannhet: 4 % av μ V värde + / -0,3 μ V vid 200 Hz
5. Arbete / vila: 2–99 sekunder
6. Antal repetitioner: 1–99
7. Batteri: PP3 Alkaline, 9V.
8. Förväntad genomsnittlig batterilivslängd (av standard 800 mAh , alkalisk): ca.40 timmar .
9. Låg batteriindikation på 7,4 volt + / - 0,2 volt. Apparaten slår av sig automatisk 10 minuter efter sista knapptrycket.
10. Förväntad livslängd är 5 år. Försiktig användning och underhåll förlänger livslängden.

Fysiska mått: Längd 128,5mm, Bredd 64mm, Djup 28,3 mm. Vikt: 150g.

Rengöring och desinficering av NeuroTrac® Simplex

Apparat, kablar och uppladdningsbart batteri (Använd engångshandskar)

Mekanisk rengöring: synligt smutsig apparat avtorkas med tvålvatten.

Desinficering: Detta steg medför desinficering och dödar bakterier, virus och svamp. Avtorkad stimulator desinficeras med Antibac 75% våtservett, alternativt med torkduk mättad med Antibac ytdesinfektion 75%. Var särskilt noggrann med utsatta områden såsom knappar och ojämna ytor (använd gärna bomullspinnar/Topz). Ingen efterbehandling krävs.

Felsökning

Upplever du problem med EMG mätningarna ber vi dig att göra följande:

1. EMG biofeedbackmätningen blir instabil om du inte använder referens/hudelektrod.
2. Kontrollera ledningen för skador. Försök med en ny ledning.
3. Kontrollera elektroderna. Pröva en ny hudelektrod eller en ny prob.
4. Slå av eller lägg bort telefon, dator, trådlöst nätverk. Dessa kan störa EMG signalerna i NeuroTrac® Simplex.

Kundservice

Vi tar gärna emot kommentarer och frågor angående NeuroTrac® Simplex och försöker hjälpa er på bästa sätt. Har du frågor om apparaten, kontakta oss på tel: 070- 305 3735, info@medifa.se

Besök gärna vår hemsida www.medifa.se där hittar du mer information om användning och behandling med NeuroTrac® Simplex.

AB Medifa är svensk återförsäljare för Quintet AS.

Quintet AS har sedan starten 1999 verkat för att erbjuda kvalitetsprodukter, spetskompetens, rådgivning och service inom uroterapi. De är Miljöcertifierade. Alla produkter är CE-märkta. Vilket betyder att de följer kraven inom EU/EES direktiv avseende säkerhet och hälsa.



Postadress: Björkhagsvägen 26, 756 46 Uppsala
Telefon: 076-922 33 32 alt 070 305 37 35 E-mail: info@medifa.se
www.medifa.se

Fakta om Pale Blue batterier

Pale Blue Li-Ion uppladdningsbart 9V-batteri

Pale Blue tillverkar laddningsbara batterier som kan laddas via USB -anslutningar. Batterierna levererar konstant effekt från full till låg. Pale Blue batterier har ljusindikatorer som visar när batterierna är fulladdade. 9V-batteriet kan användas i minst 1000 laddningscykler och är både ett kostnads- och miljöbesparande alternativ till konventionella engångsbatterier. Laddningskabel med 2 laddpunkter ingår i paketet. Laddningstiden på ca 2h kan variera beroende på strömmen på din USB -port.

Ett annorlunda uppladdningsbart batteri.

Med vår avancerade uppladdningsbara litiumteknologi laddar Pale Blue batterier 5x snabbare än konventionella Ni-MH uppladdningsbara batterier. Pale Blue batterier ger högre effekt och mer konsekvent effekt genom deras användningscykel.

Fördelar:

- Snabbladdande litiumbatteri: 1000+ laddningscykler, efter det minst 80% av kapaciteten
- Praktisk Micro USB -laddningsport: Anslut bara en mikro -USB -kabel eller använd den medföljande kabeln för att ladda två batterier samtidigt.
- Inbyggd LED-laddningsindikator: Pale Blue batterierna låter dig veta när de är fulladdade.
- Inbyggd smart teknik ger säker laddning: Inga fler batterier vilka förstör dyra elektroniska enheter!

Vad ingår:

- 2 x Pale Blue 9V -batterier
- 1 laddningskabel för samtidig laddning av båda batterierna

Tekniska specifikationer:

- Kemi: Litiumjon
- Effekt [W-h]: 4 Wattimmar
- Spänning: 9V
- Kapacitet: 450 mAh
- Laddningstid: Under 2 timmar (beroende på laddarens specifikationer)
- Cykelbetyg: 1000+ cykler
- Laddningskabel: USB till 2 Micro USB
- Indikator för laddningsstatus: Röd grön lysdiod
- Skyddskrets: Integrerad säkerhetskrets skyddar batteri och enhet
- Överhettningsskydd: Vid maximal effekt kommer batteriet inte att överhettas, detta är en del av skyddskretsen.
- Andra säkerhetsskydd: Skyddar mot överbelastning, läckage, kortslutning, överspänning och hög temperatur
- Certifieringar: IEC 62133, CE, FCC, PSE, UN38.3, RoHS, REACH -Driftstemperatur Range: -20c -> 60c, (-4F-> 140F)
- Självladdning: Vilande/självladdningsegenskaperna hos Pale Blue batterier är mycket låga. Detta är en av fördelarna med ett litiumjonbatteri med en styrkrets, jämfört med ett alkaliskt eller NiMh -batteri, där cellen laddas ur direkt i kretsen (ingen styrkrets). Batterilivslängden i vilande läge beror delvis på miljön. Höga omgivningstemperaturer och högre luftfuktighet ökar det inre avloppet.
- Celler per batteri: 2
- Litiuminnehåll: 0,3 g
- Individuell batterivikt: 28 g

