



Kort bruksanvisning NeuroTrac MyoPlus Pro

(För version 1.6.64 eller nyare)

FÖRBEREDELSE

Fäst elektrodledningen i stimulators utgång (vit, märkt CH). Välj om du vill fästa referensledning med referenselektroden i den svarta, runda utgången (märkt REF) eller om du vill använda metallplattan på baksidan som referens (ifa EMG biofeedback skall användas). Anslut vald prob eller elektrod till elektrodledningen, och placera proben/ elektroden (vaginal, analt eller på kroppen)



- 1) Slå på NeuroTrac MyoPlus Pro och tryck på ON/OFF.
- 2) HOME (eller MODE) är tillbaka-knappen och för dig tillbaka till startskärmbilden på displayen.
- 3) Använd «touch»-metoden för att navigera på skärmen
- 4) Använd THRS-knappen till att ställa in tröskelvärde vid användning av EMG og ETS.
- 5) Tryck START (+) knappen för att starta programmet du har valt. Tryck + mA-knappen och – mA-knappen för att justera strömintensiteten från 0 til 90 mA.
- 6) Tillbaka eller ESC-knappen används till att gå tillbaka till, föregående skärmbild.
- 7) SET-knappen används för att gå till nästa fas om du använder ett program med flera faser.

SKALL DU ANVÄNDA ELEKTROSTIMULERING ELLER ETT KOMBINATIONSPROGRAM MED ELEKTROSTIMULERING OCH EMG BIOFEEDBACK (Valmöjligheter inom «Program»)?



Tryck på PROGRAM (lila). (Illustrationen till vänster överensstämmer inte helt med skärmbilden på stimulatorn).



Du kommer till de 6 förhandsinställda elektrostimuleringsprogrammen (fasta elektrostimuleringsprogrammen vänster i bild) Önskar du inte att använda någon av dessa, tryck på pilen överst i högra hörnet och du ser de 10 anpassade program med preferenser (till höger i bild). Välj det program du önskar, och tryck på denna. Du kommer då till denna skärmbild:



De grå fyrkanterna nedanför till vänster illustrerar antal faser i programmet och typ av fas som är:



Kontinuerlig stimulering

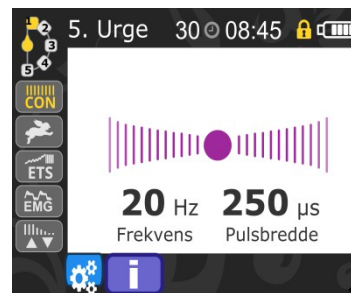


Intermittent stimulering



EMG Feedback

I översta linje finner du information om programmet du använder, total återstående tid, återstående tid av den fas du använder, låssymbol och batteriinfo.



På skärmen visas el.stim-parameter när det stimuleras (Hz och μ s). Nederst till höger visas mA vid elstim och uV för biofeedback (Syns inte på bilden)

Genom att trycka på *kugghjulet* får du tillgång till inställningar i programmet och kan göra ändringar i dessa (se nedanför). Detta gäller **endast** för de anpassade/öppna programmen. Tryck på ikonen /märkl «i» så kan du läsa om programmet.

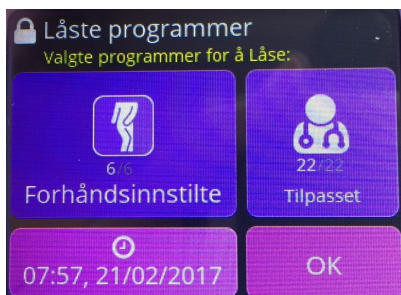
...Vidare om *Inställningar*:

Om du trycker på *kugghjulen* kan parametrarna för varje fas ändras/ställas in. Du kommer då till skärmbilden som visas till höger. Välj faser du önskar och ändra med att trycka på 1-5 överst. Syns endast 1-2 faser trycker du bara på +-tangenter och flera faser kan ställas in. Trycker du på 1 (som här) blir färgen blå/lila, och då utförs ändringen i fas1. Använd skrållinjen till höger för att få med alla parametrar som kan ställas /ändras. Tryck på *Färdig* när du är färdig och du är tillbaka till skärmbilden ovan.



Du startar programmet genom att trycka på vit +-knapp och stimuleringen startar. Tryck upp till önskad stimuleringsstyrka genom att trycka +/- knappen. Använder du ett program med intermittent stimulering mäts vilovärdet i muskulaturen i paustiden. Har programmet en fas med EMG biofeedback, tryck på lila startknappen på skärmen när du är klar att träna.

LÅSNING AV STIMULATORN

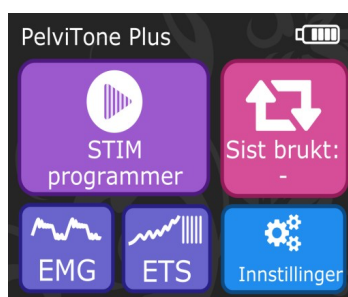


Önskar du att låsa stimulatorn, görs detta genom att försiktigt trycka i hålet i batterifacket (stimulatorn måste vara påslagen).

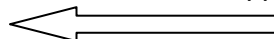
Skall du låsa stimulatorn i ett av de **förhandsinställda** programmen, trycker du på den lila fyrkanten där det står «Förhandsinställda». Alla program är avmarkerade som utgångspunkt, avmarkera gärna de som icke gäller. Tryck på den gula knappen «Alla» och alla markeringar försvinner. Tryck därefter på programmet du vill låsa, Om det är avmarkerat. Tryck "Färdig".

Ifall du skall låsa stimulatorn till ett av de **anpassade** programmen, trycker du på fyrkanten överst till höger. Proceduren upprepas här. Du låser upp stimulatorn genom att försiktigt trycka i hålet i 3 sekunder, och därefter trycker du i 3 sekunder på skärmen. Tryck på *Färdig* för att komma tillbaka till startskärmen.

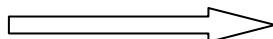
SKALL DU TRÄNA MED EMG BIOFEEDBACK?



TRYCK på *EMG* (hitter du inte startskärmen, tryck på vit MODE/HOME-knapp).



Du har 4 möjligheter till träning med EMG Biofeedback



Öppen display

Här kan du kontinuerligt övervaka eller se din bäckenbottensmuskulaturaktivitet i form av en graf. Ställ in ditt tröskelvärde genom att trycka på det lila markerade siffran på den vertikala axeln, och gå upp eller ned i tröskelvärdet genom att trycka på pilknappen upp eller ned (lätta tryck ändrar tröskelvärdet minimalt, håller du pilknappen nere kommer tröskelvärdet öka/minka snabbare). Skärmen visar din aktivitet när du kniper och vilar. Det är möjligt att ta pauser. Genom att trycka på verktygssymbolen, kan du ändra inställningar som volym, automatisk/manuell tröskelinställning, tröskelvärde (för exempel ljudsignal över eller under tröskelvärde) och filterinställning (smal / bred). Se goda råd om inställning av tröskelvärdet i huvudmanualen.

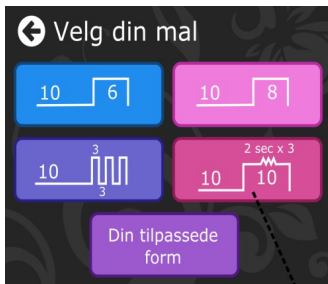


Knip / Vila

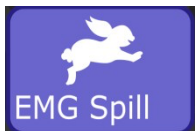
Här kan du lägga in olika Knip/Vila-program. Standard Knip/Vila-program är inlagt med 6 sek knip, 10 sek vila upprepat 5 gånger. Du kan ändra detta, samt andra parametrar, genom att trycka på *kugghjulen*. Du ställer tröskelvärdet på samma sätt som beskrivs under **Öppen display**. Genom att trycka på *verktygssymbolen*, kan du ändra inställningar som volym, automatisk/manuell tröskelinställning, återkoppling och filterinställning. Du startar programmet genom att trycka på *Start*.



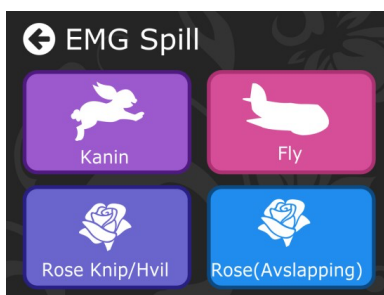
Mallar



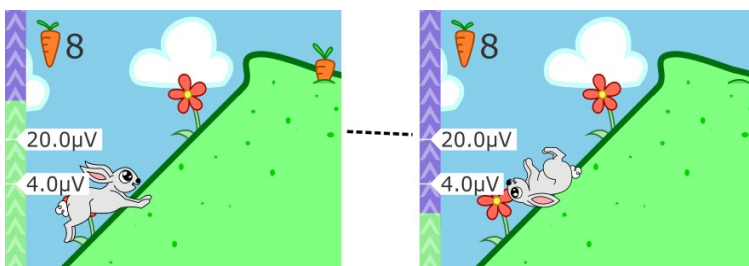
Här har vi lagt in de vanligste mallarna för Knip/Vila. Välj en av dessa, och försök att följa den gula grafen när du kniper/vilar (dina egna försök syns i form av en röd graf). Genom att trycka på *kugghjulen* kan du ändra antal försök (standardförsök som är inlagd är 5), du kan även ändra linjebreddden på den gula grafen som du skall följa. Du ställer tröskelvärde på samma sätt som beskrevs under **Öppen display**. Genom att trycka på *verktygssymbolen*, kan du ändra inställningar som volym, automatisk/manuell tröskelinställning, återkoppling och filterinställning. Du startar programmet genom att trycka på *Start*.



EMG Spill



Här har vi lagt in 4 spel som vi kallar: Kanin, Flyg, Ros (Knip/Vila) och Ros (Avslappning). Principen är det samma som under Knip/Vila, men istället för en graf som visar dina muskelrörelser, så används här olika illustrationer. Under *Inställningar* ställer du in antal försök, nedre och övre tröskelvärde, kniptid, vilovärdet etc.



SKALL DU TRÄNA MED ETS (EMG-TRIGGAD STIMULERING) ?



TRYCK på *ETS* (mörk lila/blå) (Ser du inte startskärmen, tryck på vit MODE/HOME-knapp).

Här har vi lagt in elektrostimulering i **Knip/Vila**, dvs. elektrostimuleringen startar när du har nått ett visst värde (tröskelvärde) på ditt egna knip. Du ställer in olika värden på både knip/vila-programmet och elektrostimuleringen genom att trycka på *kugghjulen*. Du ställer tröskelvärdet på samma sätt som beskrivs under **Öppen display**. Genom att trycka på *verktygssymbolen*, kan du ändra inställningar som volym, automatisk/manuell tröskelinställning, återkoppling och filterinställning. Du startar programmet genom att trycka på *Start*.

Se huvudanvändarmanualen för stimulatorn för försiktighetsregler, kontraindikationer, inställningar och mer avancerad bruk i behandling/statistik och avläsningsmöjligheter. Kontakta gärna oss om du behöver hjälp.

Översikt över de fasta och anpassade program i MyoPlus Pro

Under ser du en översikt över de fasta programmen i MyoPlus Pro:

Program	Tid (min)	Frekvens	Pulsbredd	Stimulering	Paus	Ramp-up	Ramp-down
1. Smärta (1 Fas)	20	3 Hz	150 µS	Kontinuerlig	Nej	-	-
2. Tibialis (1 Fas)	25	2 Hz	175 µS	Kontinuerlig	Nej	-	-
3. Ansträngning (4 Faser)	30 / 8	Fas 1: 20 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,6 sek	1,0 sek
	30 / 8	Fas 2: 30 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,6 sek	1,0 sek
	30 / 8	Fas 3: 40 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,6 sek	1,0 sek
	30 / 6	Fas 4: 50 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,6 sek	1,0 sek
	Totalt: 30						
4. Urge (3 Faser)	30 / 10	Fas 1: 10 Hz	250 µS	Kontinuerlig	Nej	-	-
	30 / 10	Fas 2: 10 Hz	300 µS	Kontinuerlig	Nej	-	-
	30 / 10	Fas 3: 10 Hz	330 µS	Kontinuerlig	Nej	-	-
	Totalt: 30						
5. Blandning (4 Faser)	36 / 8	Fas 1: 20 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,6 sek	1,0 sek
	36 / 8	Fas 2: 50 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,6 sek	1,0 sek
	36 / 10	Fas 3: 10 Hz	250 µS	Kontinuerlig	Nej	-	-
	36 / 10	Fas 4: 10 Hz	250 µS	Kontinuerlig	Nej	-	-
	Totalt: 36						
6. Work Out (3 Faser)	15 / 5	Fas 1: 20 Hz	250 µS	10 sek	12 sek	1,4 sek	1,8 sek
	15 / 5	Fas 2: 35 Hz	250 µS	10 sek	12 sek	1,0 sek	1,4 sek
	15 / 5	Fas 3: 50 Hz	250 µS	6 sek	12 sek	0,6 sek	0,8 sek
	Totalt: 15						

Översikt över de anpassade programmen i MyoPlus Pro.
Dessa kan ändras.

Program	Tid (min)	Frekvens	Pulsbredd	Stimulering	Paus	Ramp-up	Ramp-down
1.Anpassad (1 fas)	20	3 Hz	150 µS	Kontinuerlig	-	-	-
2.Anpassad (1 Fas)	20	5 Hz	175 µS	Kontinuerlig	-	-	-
3.Anpassad (1 Fas)	30	20 Hz	200 µS	Kontinuerlig	-	-	-
4.Anpassad (1 Fas)	30	20 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,8 sek	1,2 sek
5.Anpassad (3 Faser)	10	Fase 1: 20 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,8 sek	1,2 sek
	10	Fase 2: 50 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,8 sek	1,2 sek
	4	Fase 3: 50 Hz	250 µS	4 sek	4 sek	0,8 sek	0,8 sek
	Totalt: 24						
6.Anpassad (1 Fas)	20	10 Hz	275 µS	Kontinuerlig	-	-	-
7.Anpassad (2 Faser)	20	Fase 1: 20 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,8 sek	1,2 sek
	20	Fase 2: 10 Hz	275 µS	Kontinuerlig	-	-	-
	Totalt: 40						
8.Anpassad (3 Faser)	18	Fase 1: 20 Hz	250 µS	10 sek	10 sek	1,8 sek	1,2 sek
	4	Fase 2: 50 Hz	250 µS	4 sek	4 sek	0,8 sek	0,8 sek
	20	Fase 3: 10 Hz	275 µS	Kontinuerlig	-	-	-
	Totalt: 42						
9.Anpassad (5 Faser)	4	Fase 1: 50 Hz	250 µS	4 sek	4 sek	0,8 sek	0,8 sek
	12	Fase 2: EMG	-	10 sek	8 sek	-	-
	1.3	Fase 3: EMG	-	4 sek	4 sek	-	-
	20	Fase 4: 30 Hz	250 µS	12 sek	10 sek	1,8 sek	1,2 sek
	10	Fase 5: 3 Hz	175 µS	Kontinuerlig	-	-	-
	Totalt:47min, 30 sek						
10.Anpassad (1 Fas)	20	2 Hz	330 µS	Kontinuerlig	-	-	-

AB Medifa, Björkhagsvägen 21, 756 46 UPPSALA info@medifa.se

Kontakt: Martina 070-305 37 35, Ulrika 076-922 33 32

www.medifa.se