

Elektrostimulering med en NeuroTrac Contenance-apparat

Hinder för användning

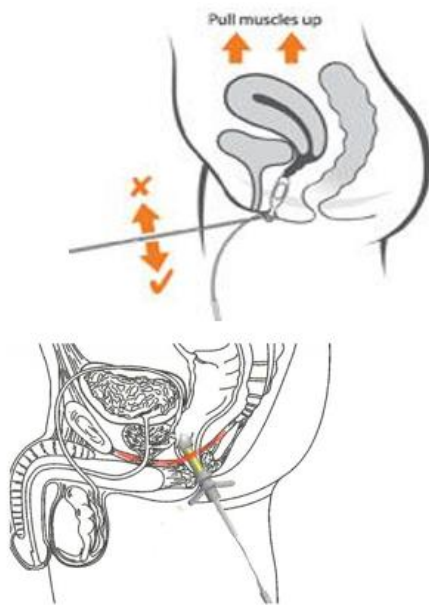
- Pacemaker
- Annan stimulator i kroppen
- Graviditet
- Menstruation, eller blödning från ändtarmen
- Feber, inflammationer i bäckenbottenområdet (urinvägs-, svampinfektion eller vaginit m.m.)
- Tumörer på verkningsområdet för stimuleringen
- Det har gått mindre än 2 mån. sedan strålbehandling

Ärenden som eventuellt uppkommer när stimulatorn används

- Urineringsbehovet kan öka tillfälligt, men det jämnar i regel ut sig inom några dagar. Om behovet är kraftigt, kan man ta en paus i behandlingen i ett par dagar och sedan kan behandlingen inledas på nytt.
- Vattenbaserad gel ska användas som medium.
- Om slemhinnorna i det behandlade området blir irriterade eller överkänsliga av användningen av den interna elektroden, kan stimuleringsbehandlingen sättas på paus ett par dagar.
- Stimuleringen ska inte orsaka smärta eller öka den!

Placering av elektroden: bred med rena händer ut gel/vattenbaserat glidmedel så att det täcker elektrodens metallytor och spets. Du kan placera elektroden i stående, sittande eller liggande ställning, så att metallytorna placeras på sidorna och **ledningen uppåt**.

- **I vaginan:** placera in elektroden i vaginan försiktigt och långsamt på ovan nämnda sätt. Tryck in elektroden djupare, tills den smalaste delen sitter i vaginans mynning. Basdelen med ledningar ska vara utanför. Rätt sammandragningsteknik kan kontrolleras med en indikationssticka. Vid behov får du närmare anvisningar om detta.
- **I ändtarmen:** placera elektroden i ändtarmen försiktigt och långsamt på ovan nämnda sätt. Spänn musklerna lätt, som om du skulle tömma tarmen och tryck samtidigt in elektroden djupare. Elektrodens smalaste del ska finnas i ändtarmsmynningen och den ringformade basdelen med ledningar ska vara utanför.



OBS! En elektrod som används i ändtarmen **får inte** placeras i vaginan på grund av infektionsrisken, i det fallet att stimuleringsbehandling genomförs på bägge sätten. Använd stimulatorn enligt de anvisningar som du har fått.

Bruksanvisning

Sätt fast apparatens ledning i elektroden och placera elektroden i vaginan eller ändtarmen enligt anvisningarna ovan. Sätt fast ledningens andra ända i apparaten, i kanal A - märkt med bokstäverna A och B på baksidan av apparaten. Starta genom att trycka på ON/OFF-knappen (i mitten nedanför bildskärmen), så att apparatens bildskärm aktiveras.



1. Apparaten är färdigt inställd på det program som du använder. Om du behöver använda flera program, kan du byta från ett program till ett annat **med hjälp av PRG-knappen**. Du ska hålla en minst några minuters paus mellan programmen. Handla i enlighet med de anvisningar du har fått.
2. Justera lämplig intensitet med +/- -knapparna från den kanals sida som du använder. Öka intensiteten med en klickning i gången, tills strömmen känns i bäckenbotten. Öka intensiteten så att strömmen känns tydligt. Den får emellertid inte orsaka smärta eller kännas obekvämt. Intensiteten justeras enligt hur det känns, eftersom vävnaderna antingen vänjer sig eller blir överkänsliga för stimulans under stimuleringen. **Öka inte intensiteten automatiskt** till den nivå som du använde senast, eftersom känslnivån kan variera till och med inom ett dygn.

3. Stimuleringen är individuellt programmerad och kan vara fortlöpande eller periodiserad, beroende på vad man vill uppnå. **Vid muskelövningar eller vid lugnande av urinblåsan** ska du dra samman musklerna i bäckenbotten med relativt kraftig styrka när strömmen känns och slappna av under pausen. **Smärta/överspänning**; håll musklerna i bäckenbotten avslappnade och koppla stimuleringen antingen till vila eller till aktiv verksamhet.
4. Den kvarvarande stimuleringstiden syns på apparatens bildskärm och upphör automatiskt. Strömintensiteten (mA) syns i vänstra nedre hörnet av bildskärmen (kanal A). Stäng av apparaten efter användning genom att trycka på ON/OFF-knappen (i mitten nedanför bildskärmen).
5. Lösgör ledningen försiktigt från apparaten. Skölj elektroden under rinnande vatten och tvätta den omsorgsfullt med handdiskmedel. Skölj på nytt och torka med ett papper. Förvara elektroden luftigt så att den torkar bra före följande användning. Lämna inte apparaten åtkomlig för barn eller keldjur.
6. Apparaten fungerar med ett 9 v batteri, som ska bytas om batterisymbolen mellan talen på övre raden på bildskärmen blinkar. Apparaten fungerar inte om ledningarna inte är ordentligt fästa. Kontrollera detta före användning.

Program som du kan använda

Muskelträning / lindring av smärt- eller överspänningstillstånd / lugnande av urinblåsan / stimulering av känseln

_____ : behandlingstid _____ min upprepning _____

Muskelträning / lindring av smärt- eller överspänningstillstånd / lugnande av urinblåsan / stimulering av känseln

_____ : behandlingstid _____ min upprepning _____

Obs. _____
