

Sähköstimulaatio Pericalm – laitteella

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Käyttöesteet:

- Sydämen tahdistin
- Muu kehoon asennettu stimulaattori
- Raskaus
- Kuukautiset, tai peräaukon verinen vuoto
- Kuume, lantionpohjan alueen tulehdukset (virtsatie-, hiiva- tai emätintulehdus ym.)
- Kasvaimet stimulaation vaikutusalueella
- Sädehoidosta on kulunut aikaa vähemmän kuin 2kk

Stimulaattorin käytön aikana mahdollisesti ilmeneviä asioita:

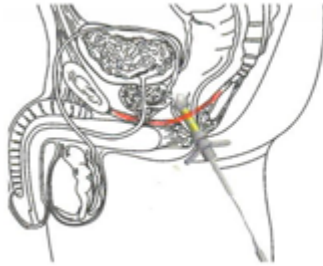
- Tihentynyttä virtsaamisen tarvetta tilapäisesti, mutta se tasaantuu tyypillisesti muutaman päivän kuluessa. Mikäli se on voimakasta, voidaan pitää pari päivää taukoa ja aloittaa uudelleen.
- Geeliä on käytettävä väliaineena.
- Mikäli hoidettavan alueen limakalvot ärtyvät tai herkistyvät sisäisen elektrodin käytöstä, voidaan stimulaatiosta pitää parin päivän tauko.
- Stimulaation ei ole tarkoitus aiheuttaa tai lisätä kipua!

Elektrodin asettaminen: sivele puhtain sormin geeliä kattavasti elektrodin metallipinnoille ja kärkeen. Voit asettaa elektrodin seisten, istuen tai makuulla siten, että sen metallipinnat tulevat sivuille ja johto ylöspäin.

- Emättimeen: aseta elektrodi emättimeen varovasti ja hitaasti em. tavalla. Työnnä elektrodia syvemmälle, kunnes kapein kohta jää emättimen suulle. Kanta johtoineen jää ulkopuolelle. Indikaatitikkulla voi tarkistaa supistuksen oikeaa tekniikkaa. Tarvittaessa saat tästä lisäohjeita.



- **Peräaukkoon:** aseta elektrodi peräaukkoon varovasti ja hitaasti em. tavalla. Ponnista kevyesti, kuten ulostaisit ja työnnä elektrodiä samalla syvemmälle. Elektroodin kapein kohta jää peräaukon suulle ja rengasmaisen kanta johtoineen ulkopuolelle.



Peräaukossa käytettävää samaa elektrodiä ei saa laittaa emättimeen infektoriskin vuoksi, mikäli stimulaatiohoitoa toteutetaan molemmiin tavoin. Käytä stimulaattoria saamiesi ohjeitten mukaisesti.

Käyttöohje

Kiinnitä laitteen johto elektrodiin ja aseta elektrodi paikoilleen emättimeen tai peräaukkoon edellä ohjatulla tavalla. Kiinnitä johdon toinen pää laitteeseen, kanava A:n kohdalle – merkitty kirjaimin A ja B laitteen taakse. Käynnistä painamalla ON/OFF näppäintä johdon juuresta, jotta laitteen näyttö aktivoituu.



1. Laite on säädetty valmiiksi käyttämäsi ohjelman kohdalle. Mikäli sinun tulee käyttää useampaa, voi ohjelmasta toiseen siirtyä PRG-näppäimen avulla. Ohjelmien välillä tulee pitää vähintään muutaman minuutin tauko. Toimi saamiesi ohjeiden mukaisesti.
2. Sääda virran voimakkuus sopivaksi +/- -näppäimillä, käyttämäsi kanavan puolelta. Lisää virtaa painallus kerrallaan, kunnes virta tuntuu lantionpohjassa. Lisää voimakkuutta siten, että virta tuntuu selkeästi. Kipua tai epä mukavuutta se ei kuitenkaan saa aiheuttaa. Virran voimakkuutta säädellään tuntemuksen mukaan, sillä kudokset joko tottuvat, tai herkistyvät ärsykkeelle stimulaation aikana. Älä lisää virtaa automaattisesti sille tasolle, missä olet sitä viimeksi käyttänyt, sillä tuntotaso voi vaihdella vuorokaudenkin sisällä.
3. Stimulaatio on yksilöllisesti ohjelmoitu ja voi olla jatkuvaa, tai jaksotettua tavoitteesta riippuen. Lihasharjoittelussa tai virtsarakon rauhoituksessa supista lantionpohjan lihaksilla kohtalaisella voimalla, kun virta tuntuu ja rentoutua tauon aikana. Kipu/

ylijännitystila; pidä lantionpohjan lihakset rentoina ja liitä stimulaatio ohjeen mukaan joko lepoon, tai aktiiviseen toimintaan.

4. Jäljellä oleva stimulaatioaika näkyy laitteen näytöllä ja päättyy automaattisesti. Virran voimakkuus näkyy (mA) näytön vasemmassa alanurkassa (kanava A). Käytön jälkeen sammuta laite painamalla ON/OFF – näppäimestä, johdon juuresta.
5. Irrota johto varovasti laitteesta. Huuhtelee elektrodi juoksevan veden alla ja pese käsitiskiaineella huolellisesti. Huuhtelee uudelleen ja kuivaa paperiin. Säilytä elektrodi ilmavasti, jotta se kuivuu hyvin seuraavaa käyttöä varten. Älä jätä laitetta lasten tai lemmikkien ulottuville.
6. Laite toimii 9v patterilla, joka vaihdetaan, mikäli näytön ylärivillä lukemien välissä vilkkuu patterin symboli. Laite ei toimi, mikäli johdot eivät ole huolellisesti kiinnitettyinä. Tarkista tämä ennen käyttöä.

Käytössäsi oleva ohjelma /ohjelmat:

Liihasharjoittelu / kivun- tai ylijännitetilän lievitys / virtsarakon rauhoitus / tunnon stimulointi

_____ : hoitoaika _____ min toisto _____

Liihasharjoittelu / kivun- tai ylijännitetilän lievitys / virtsarakon rauhoitus / tunnon stimulointi

_____ : hoitoaika _____ min toisto _____

Huom. _____

