

proactive™  
Physiotherapy • Physiothérapie

# thera3

Appareil de physiothérapie 3-dans-1



## Instructions

**Veillez lire ce manuel en entier  
avant d'utiliser cet appareil pour la première fois.**

Rev1.0812  
P/N 862-715430

Questions? Commentaires?  
1-800-363-2381 [www.amgmedical.com](http://www.amgmedical.com)

AMG Medical Inc.  
Montréal, QC H4T 1V5 • 1-800-363-2381  
Alpharetta, GA 30022 • 1-866-321-4846

## TABLE DES MATIÈRES

<b>INTRODUCTION</b> .....	<b>3</b>
• Qu'est-ce que la douleur ?	
• Comment fonctionne la neurostimulation?	
• Comment fonctionne la stimulation musculaire?	
<b>CONSIGNES DE SÉCURITÉ</b> .....	<b>4</b>
• Indications et contre-indications • Avertissements et précautions	
• Réactions possibles	
<b>COMPOSANTES</b> .....	<b>5</b>
• Composantes et pièces • Écran • Fonctions des touches	
<b>MODE D'EMPLOI</b> .....	<b>8</b>
• Marche à suivre complète	
<b>CRÉER VOTRE PROPRE PROGRAMME</b> .....	<b>11</b>
<b>PROGRAMMES PRÉ-RÉGLÉS</b> .....	<b>12</b>
• TENS (neurostimulation transcutanée)	
• EMS (stimulation musculaire)	
• MASSAGE	
<b>NETTOYAGE ET ENTRETIEN</b> .....	<b>16</b>
• Nettoyage de l'appareil et des accessoires	
• Entretien et réparation	
<b>DÉPANNAGE</b> .....	<b>18</b>
<b>RANGEMENT</b> .....	<b>19</b>
<b>MISE AU REBUT</b> .....	<b>19</b>
<b>GARANTIE</b> .....	<b>20</b>
<b>SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES</b> .....	<b>20</b>
<b>GUIDE DE POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES</b> .....	<b>21</b>

## INTRODUCTION

Cet appareil peut être utilisé pour soulager la douleur, pour stimuler les muscles ou pour le massage. Deux canaux indépendants et réglables, pouvant chacun être relié à une paire d'électrodes qui transmettent des pulsions électriques, dont les paramètres et l'intensité peuvent être ajustés selon vos besoins.

### 1. Qu'est-ce que la douleur ?

La douleur est un avertissement : elle indique la présence d'une lésion. Cette sensation est importante parce que sans elle, la lésion qui la cause passerait inaperçue et pourrait s'aggraver. Toutefois, la douleur persistante (chronique), une fois diagnostiquée, ne présente aucun avantage et réduit la qualité de vie.

### 2. Comment fonctionne la neurostimulation (TENS) ?

La neurostimulation transcutanée (TENS) est la transmission de petites pulsions électriques, à travers la peau, jusqu'aux nerfs périphériques sous-jacents. On distingue deux approches : la **méthode traditionnelle (à haute fréquence)**, qui vise à bloquer le signal de la douleur afin qu'il n'atteigne pas le cerveau, et la méthode à **basse fréquence**, qui cherche à stimuler la production d'endorphines (l'antidouleur naturel sécrété par le corps) à l'aide de pulsions courtes et répétées. Pour en savoir plus, consultez votre médecin ou votre physiothérapeute. Peu importe la méthode utilisée, il a été démontré que la neurostimulation peut aider à gérer la douleur et, ainsi, vous donner une meilleure qualité de vie.

### 3. Comment fonctionne la stimulation musculaire ?

Lors d'une contraction musculaire régulière, le système nerveux (central et périphérique) transmet des signaux électriques aux muscles, ce qui les fait se contracter. La stimulation musculaire (EMS) crée le même effet, mais à l'aide d'une source de courant extérieure (le stimulateur, par les fils et électrodes), afin d'entraîner une contraction musculaire involontaire. Cela peut permettre de maintenir le tonus musculaire sans pratiquer d'activité physique, et ainsi aider à prévenir l'atrophie.

## CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- 1. Cet appareil est recommandé pour :** soulagement symptomatique de la douleur réfractaire, post-traumatique ou post-chirurgicale.
  - Amélioration de la circulation sanguine locale
  - Soulagement des spasmes musculaires
  - Stimulation musculaire suivant une chirurgie, afin de prévenir la thrombose
  - Prévention ou retardement de l'atrophie par inactivité
  - Maintien ou amélioration de l'amplitude articulaire.
- 2. Ne pas utiliser dans les cas suivants :** Douleur dont la source n'est pas diagnostiquée
  - Lésion cancéreuse dans la zone à traiter
  - Enflure, infection, inflammation ou éruption cutanée (ex. : phlébite, varices, etc.)
  - Présence d'un défibrillateur ou stimulateur cardiaque
  - Épilepsie
  - Problèmes sérieux de circulation artérielle dans les membres inférieurs
  - Hernie abdominale ou inguinale
  - La sécurité de l'utilisation de cet appareil durant la grossesse n'a pas été établie.

### ATTENTION

Pour usage externe seulement. Les effets à long terme d'une utilisation fréquente de cet appareil sont inconnus. Il ne doit être utilisé que sous la supervision continue d'un professionnel de la santé. Ne jamais utiliser près de la thyroïde ou du sinus carotidien : cela pourrait causer des difficultés liées à la respiration, au rythme cardiaque ou à la pression artérielle. Ne pas utiliser lorsque branché à un appareil chirurgical à haute fréquence ou près d'un appareil à ondes courtes ou à micro-ondes. Ne jamais utiliser dans un endroit humide comme la salle de bains. Ne jamais placer les électrodes sur la poitrine ou à travers le thorax : cela pourrait augmenter le risque de fibrillation ventriculaire, d'arythmie ou un arrêt cardiaque. Ne jamais utiliser près des yeux, des organes génitaux, du cœur ou de parties du corps dont la sensibilité est réduite. Cet appareil ne doit jamais être utilisé par une personne qui ne coopère pas ou qui souffre de déficience cognitive, émotive ou intellectuelle. Tenir hors de la portée des enfants.

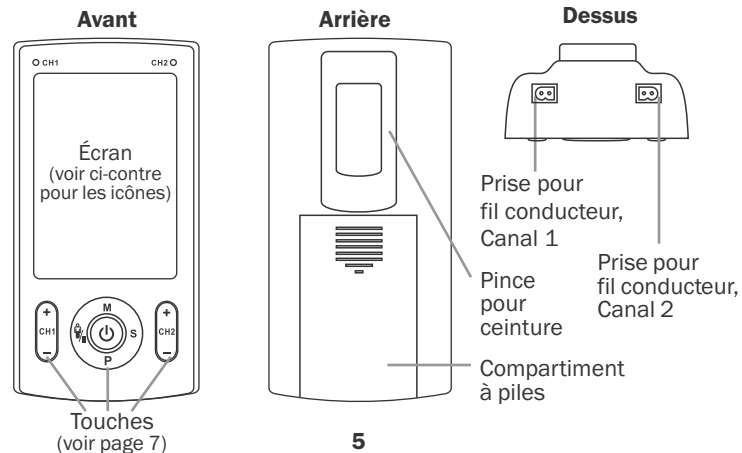
#### 4. Précautions

- Ne pas ajuster les contrôles de l'appareil lorsque vous conduisez un véhicule ou opérez de la machinerie.
- Toujours éteindre l'appareil avant de manipuler les électrodes.
- Utilisez cet appareil seulement avec des électrodes et fils ProActive<sup>MC</sup>.
- L'utilisation à long terme d'électrodes au même endroit peut irriter la peau. Utiliser selon les directives de votre médecin.
- Ne jamais utiliser dans une pièce où des aérosols ou de l'oxygène pur sont administrés. Ne pas utiliser en présence de substances hautement inflammables, de gaz ou d'explosifs.
- Placer les électrodes seulement sur une peau propre, sèche et saine.
- Tenir les électrodes séparées durant le traitement. Un contact entre les électrodes pourrait causer un traitement inefficace ou des brûlures cutanées.

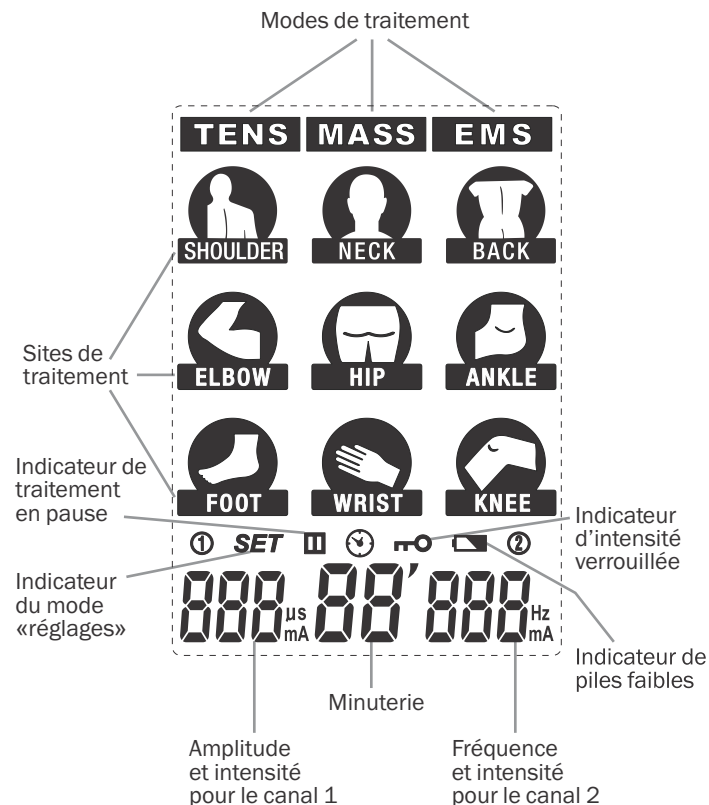
#### 5. Réactions adverses possibles

Irritation cutanée ou brûlure sous l'électrode. Réaction allergique au gel de l'électrode.

#### COMPOSANTES

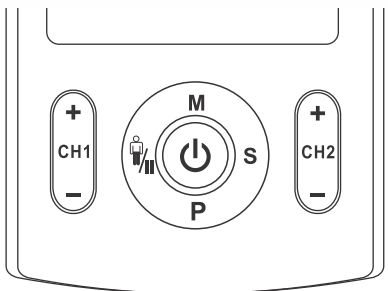


#### Icônes



## MODE D'EMPLOI

### Touches



- Power**
- Allume et éteint l'appareil
  - En mode traitement, arrête le traitement
  - Permet de sortir des modes « mémoire » et « réglages »

- U1/U2**
- En mode « sélection d'utilisateur » permet de sélectionner U1 ou U2
  - En mode « mémoire », permet de consulter les données ou de les effacer complètement.
  - En mode « traitement », permet de faire une pause ou de reprendre le traitement.

- M**
- En mode « attente », permet de choisir le mode de traitement

- P**
- En mode « attente », permet de choisir un programme
  - Appuyez et maintenez la touche **P** pour accéder au mode « réglages ».

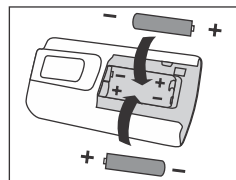
- S**
- Appuyez sur **S** pour confirmer l'utilisateur
  - En mode « attente », permet de choisir un mode de traitement. Dans ce mode, appuyez sur **S** pendant 3 secondes pour accéder au mode « mémoire »
  - En mode « mémoire », appuyez sur **S** pendant 3 secondes pour effacer les données.

- CH1**
- Augmente / diminue l'intensité pour le canal 1
  - En mode « réglages », CH1- permet de passer au prochain paramètre

- CH2**
- Augmente / diminue l'intensité pour le canal 2
  - En mode « réglages », permet de régler les paramètres

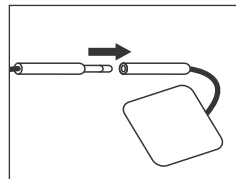
### 1. Installez les piles

Faites glisser le couvercle du compartiment à pile. Placez 4 piles AAA dans le compartiment, en respectant les polarités (+ et -). Refermez le couvercle.



### 2. Branchez les électrodes

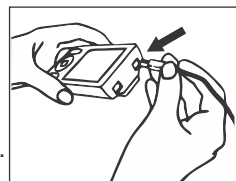
Insérez les connecteurs du fil dans ceux des électrodes. Assurez-vous que les tiges de métal sont complètement recouvertes.



### 3. Branchez les fils à l'appareil

Vous pouvez utiliser cet appareil avec 2 paires d'électrodes à la fois (canaux 1 et 2) ou avec une seule paire d'électrode (1 canal). Assurez-vous que l'appareil est éteint avant de brancher les fils dans les prises situées sur le dessus.

**Attention :** utilisez toujours les fils qui sont fournis avec l'appareil.



### 4. Placez les électrodes sur la peau

Assurez-vous d'abord que la peau sur laquelle les électrodes seront apposées est propre et sèche. Placez les électrodes exactement à l'endroit indiqué par votre médecin. Elles doivent être bien en contact avec la peau, de façon uniforme, afin de permettre un bon contact.

Voir la page 21 pour notre guide de placement des électrodes et les recommandations de position corporelle pendant le traitement.

### Attention:

- Nettoyez et asséchez bien la zone à traiter avant d'appliquer les électrodes sur la peau.
- N'allumez pas l'appareil lorsque les électrodes ne sont pas appliquées sur la peau. Ne jamais ajuster, replacer ou retirer les électrodes pendant que l'appareil est en marche.
- Utilisez toujours, au minimum, des électrodes carrées de 4 cm x 4 cm (ou plus grandes).

### 5. Allumez l'appareil



Lisez d'abord en entier les mises en garde et contre-indications énumérées dans ce manuel avant d'utiliser cet appareil pour la première fois. Appuyez sur . L'appareil entrera en mode « sélection d'utilisateur » (figure I). Choisissez U1 ou U2 à l'aide de la touche , puis appuyez sur **S** pour continuer.



Figure I

### 6. Sélectionnez le mode et site de traitement

Appuyez sur **M** pour sélectionner TENS (neurostimulation), MASSAGE ou EMS (stimulation musculaire). Le mode choisi clignotera (figure II). Appuyez ensuite sur **S** pour choisir le site de traitement, qui clignotera une fois sélectionné (figure II).

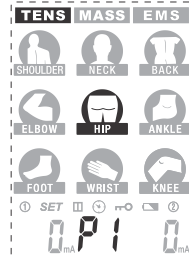


Figure II

### 7. Sélectionnez le programme de traitement

Appuyez sur **P** pour sélectionner le programme de traitement pour le site choisi. L'écran affichera le numéro du programme (figure II).

Voir à la page 12 pour plus de détails sur les différents programmes pré-enregistrés et réglables par l'utilisateur.




### 8. Réglez l'intensité et débutez le traitement

Appuyez sur **CH1+** ou **CH2+** pour augmenter l'intensité du canal correspondant, et **CH1-** / **CH2-** pour la diminuer. L'écran affichera l'intensité choisie et le temps restant (figure III).




Figure III

### IMPORTANT

- L'intensité peut être ajustée jusqu'à 90mA (1 niveau à la fois).
- Toujours éteindre l'appareil avant de retirer les électrodes.
- L'appareil comporte une fonction de verrou, qui s'active 20 secondes après la dernière touche, afin d'empêcher que l'intensité soit à nouveau modifiée. Ce verrou est représenté à l'écran par le symbole . Appuyez sur **CH1-** ou **CH2-** pour déverrouiller l'appareil.
- L'appareil s'arrête de lui-même lorsque la minuterie est à zéro.
- En tout temps, appuyez sur  pour arrêter le traitement et retourner en mode « attente ». Pour faire une simple pause, appuyez plutôt sur , puis sur cette même touche pour continuer le traitement. Si l'appareil est verrouillé, appuyez d'abord sur **CH1-** ou **CH2-**.
- Si l'amplitude dépasse 10mA et qu'un circuit ouvert est détecté, l'appareil ramène automatiquement l'amplitude à 0mA.

### 9. Pour consulter la mémoire

Les paramètres utilisés (numéro de traitement, programme, site de traitement, intensité moyenne, temps) sont gardés en mémoire après chaque utilisation, jusqu'à un maximum de 30 traitements. Ensuite, les données les plus anciennes sont effacées pour faire place aux nouvelles. Pour consulter la mémoire, appuyez sur la touche **S** pendant 3 secondes. Appuyez ensuite sur  pour consulter les données et sur **CH1** pour naviguer d'un enregistrement à l'autre.

## Notes :

- Appuyez sur **U** pour retourner au mode « attente ». L'appareil retourne aussi à ce mode après 30 secondes d'inactivité.
- Pour effacer les données en mémoire, appuyez sur **S** pendant 3 secondes. Le nombre de traitements enregistrés clignotera à l'écran. Pour les effacer, appuyez sur **U**. Pour garder les données et retourner en mode « attente », appuyez sur **U**.

## 10. Pour éteindre l'appareil

Appuyez sur **U** et maintenez la touche enfoncée. Lorsqu'aucun traitement n'est en cours, l'appareil s'éteint de lui-même après 3 minutes d'inactivité.

## 11. Indicateur de pile faible

Remplacez les piles dès que possible. L'appareil continuera toutefois de fonctionner pour un certain temps.

## POUR CRÉER VOTRE PROPRE PROGRAMME

Allumez l'appareil, choisissez le mode TENS ou EMS et appuyez sur **P** pour choisir le programme U1. Appuyez et tenez ensuite la touche **P** pour accéder au mode « réglages ». Vous pourrez alors régler la durée de l'impulsion de 50 à 350µs, la fréquence de 1 à 150 Hz et le temps de traitement de 5 à 90 min.

### 1. Sélectionnez les paramètres

Appuyez d'abord sur **CH1-** pour naviguer jusqu'au paramètre voulu.

### 2. Réglez chaque paramètre

Appuyez ensuite sur **CH2+** ou **CH2-** pour régler le paramètre selon vos besoins, puis appuyez sur **U** pour confirmer et retourner au mode « attente ». Utilisez ensuite **CH1+** et **CH2+** pour ajuster l'amplitude de chaque canal.

**NOTE :** pour changer les paramètres, appuyez sur **P** de nouveau et maintenez la touche enfoncée.

## PROGRAMMES PRÉ-RÉGLÉS – MODE TENS

Note : le temps de traitement est de 30 minutes.

Programme Site de traitement	P1		P2		U1 (réglage du fabricant)		
	Fré- quence (Hz)	Durée (µs)	Fré- quence (Hz)	Durée (µs)	Fré- quence (Hz)	Durée (µs)	Forme d'onde
SHOULDER (épaule)	2 ~ 80	100 ~ 200	50	200	2 ~ 125	100 ~ 200	Impulsion simple modulée
NECK (cou)	2	180	80	70 ~ 180	80	180	Continue
BACK (dos)	80 / 2	180	80	70 ~ 180	100	330 / 200	Amplitude modulée
ELBOW (coudé)	2	180	80	70 ~ 180	2 ~ 125	100 ~ 200	Impulsion simple modulée
HIP (hanche)	100	330 / 200	125	330 / 200	80	330 / 200	Amplitude modulée
ANKLE (cheville)	2 ~ 60	100 ~ 200	2 ~ 8	300	2 ~ 40	100 ~ 200	Impulsion simple modulée
FOOT (pied)	80	70 ~ 180	80	70 / 180	2 ~ 100	100 ~ 200	Impulsion simple modulée
WRIST (poignet)	50	200	65	200	2 ~ 80	100 ~ 200	Impulsion simple modulée
KNEE (genou)	50	350	2	180	80	200	Salves accélé- rées alternantes

## PROGRAMMES PRÉ-RÉGLÉS – MODE EMS

Note : le temps de traitement est de 30 minutes.

Programme Site de traitement	P1		P2		U1 (réglage du fabricant)		
	Fré- quence (Hz)	Durée (µs)	Fré- quence (Hz)	Durée (µs)	Fré- quence (Hz)	Durée (µs)	Forme d'onde
SHOULDER (épaule)	80	150	50	200	40	200	Synchrone
NECK (cou)	1	50	2 ~ 60	100 ~ 200	2 ~ 8	300	Impulsion simple modulée
BACK (dos)	50	350	65	350	80	150	Synchrone
ELBOW (coudes)	50	150	50	200	50	350	Synchrone
HIP (hanche)	65	350	40	200	50	350	Synchrone
ANKLE (cheville)	50	200	65	200	50	200	Synchrone
FOOT (pied)	50	200	50	200	65	200	Synchrone
WRIST (poignet)	50	200	50 / 8	200	50	350	Asynchrone
KNEE (genou)	50	350	50	350	40	350	Synchrone

## PROGRAMMES EN MODE MASSAGE (PRÉ-RÉGLÉS SEULEMENT)

Note : le temps de traitement est de 30 minutes.

Programme	Phase	Fréquence (Hz)	Durée (µs)	En marche (s)	Au repos (s)	
						Programme
P1	1	8	100	4	/	
	P2	1	25	30 ~ 220	3,5	1,0
		2	25	30 ~ 220	2,5	0,9
		3	33	30 ~ 220	1,9	0,9
		4	43	30 ~ 220	1,3	0,8
		5	53	200	0,9	0,7
	6	69	200	0,7	0,6	
	7	79	200	0,5	0,5	
	8	69	200	0,7	0,6	
	9	53	200	0,7	0,6	
	10	43	30 ~ 220	1,3	0,8	
	11	33	30 ~ 220	1,9	0,9	
	12	25	30 ~ 220	2,5	0,9	
13	25	30 ~ 220	3,5	1		
P3	1	83	50 ~ 220	4	1	
	2	100	50 ~ 220	3,8	0,8	
	3	111	50 ~ 220	3,1	0,72	
	4	118	50 ~ 220	2,6	0,6	
	5	132	50 ~ 220	2,3	0,6	

Site de traitement	Programmes disponibles
Shoulder (épaule)	P1, P2, P3, P4
Neck (cou)	P2, P3, P4
Back (dos)	P1, P2, P3
Elbow (coudes)	P2, P3
Hip (hanche)	P1, P2, P3, P4
Ankle (cheville)	P3, P4
Foot (pied)	P3, P4
Wrist (poignet)	P2, P3
Knee (genou)	P1, P2



## PROGRAMMES EN MODE MASSAGE (PRÉ-RÉGLÉS) - SUITE

Note : le temps de traitement est de 30 minutes.

Programme	Phase	Fréquence (Hz)	Durée (µs)	En marche (s)	Au repos (s)
P3	6	118	50 ~ 220	2,6	0,6
	7	111	50 ~ 220	2,8	0,7
	8	100	50 ~ 220	3,3	0,
P4	1	147	30 ~ 220 ~ 150	12,0	1,0
	2	169	30 ~ 220 ~ 150	10,3	0,9
	3	196	30 ~ 220 ~ 150	8,5	0,6
	4	237	30 ~ 220 ~ 150	6,8	0,6
	5	285	30 ~ 220 ~ 150	5,1	0,4
	6	290	30 ~ 220 ~ 150	5,7	0,5
	7	238	30 ~ 220 ~ 150	6,3	0,5
	8	197	30 ~ 220 ~ 150	8	0,6
	9	191	30 ~ 220 ~ 150	8,5	0,7
	10	168	30 ~ 220 ~ 150	9,1	0,8
	11	150	30 ~ 220 ~ 150	10,8	0,9

## NETTOYAGE ET ENTRETIEN

### 1. Stimulateur

Retirez toujours les piles avant de nettoyer le stimulateur.

Essayez le boîtier du stimulateur à l'aide d'un chiffon doux et légèrement humide. Si le boîtier est très sale, utilisez plutôt un chiffon légèrement imbibé d'eau savonneuse.

Ne jamais utiliser de détergents chimiques ou abrasifs pour nettoyer cet appareil.

### 2. Électrodes

- N'utilisez cet appareil qu'avec les fils conducteurs et électrodes vendues avec cet appareil ou sous la marque ProActive, en suivant les instructions de votre médecin ou physiothérapeute pour le placement des électrodes et pour les réglages de l'appareil.
- Nous recommandons d'utiliser des électrodes carrées de 4cm x 4cm ou plus grandes, avec surface autoadhésive en gel.
- Inspectez vos électrodes avant chaque utilisation et remplacez-les lorsque nécessaire. Réutiliser les mêmes électrodes trop longtemps peut entraîner une irritation légère de la peau, une stimulation inefficace ou une mauvaise adhésion de l'électrode.
- Entre chaque utilisation, rangez les électrodes dans le sac refermable dans un endroit frais et sec. Vous pouvez aussi, entre chaque application, déposer quelques gouttes d'eau sur leur surface adhésive (attention de ne pas saturer la surface) puis les laisser sécher pour conserver les électrodes plus longtemps.

### Électrodes réutilisables et autoadhésives

Prise pour fil conducteur



### 3. Pour nettoyer les fils conducteurs

Essayez les fils conducteurs à l'aide d'un chiffon humide. Pour éviter qu'ils s'emmêlent et pour les faire durer plus longtemps, nous recommandons de les recouvrir de poudre talc.

#### 4. Entretien

- Ne tentez jamais de réparer vous-même le stimulateur ou ses accessoires. Communiquez plutôt avec nous au 1-800-363-2381.
- Le fabricant ne sera pas tenu responsable de dommages résultant d'entretien ou réparation de l'appareil par une personne non autorisée.
- Avant chaque traitement, vérifiez d'abord que l'appareil et ses accessoires sont en bon état. Remplacez les fils conducteurs et électrodes lorsque cela est nécessaire.

## DÉPANNAGE

Si l'appareil ne fonctionne pas correctement, consultez le tableau ci-dessous. Si aucune des solutions proposées ne fonctionne, l'appareil devra être réparé.

Problème	Cause possible	Solution
L'écran ne s'allume pas	Mauvais contact avec les piles	1) Remplacez les piles 2) Vérifiez que les piles sont installées correctement, en respectant les polarités, et que les contacts sont en bon état
	Stimulation faible ou inexistante	Remplacez et re-branchez les électrodes
Stimulation faible ou inexistante	Les électrodes sont sèches ou sales	Re-placez et re-branchez les électrodes
	Les électrodes sont mal positionnées	Re-placez et re-branchez les électrodes
	Fils usés ou endommagés	Remplacez les fils
Stimulation inconfortable	Intensité trop élevée	Diminuez l'intensité
	Les électrodes sont trop rapprochées	Re-placez les électrodes
	Électrodes ou fils usés ou endommagés	Remplacez les fils
	Les électrodes sont trop petites	Utilisez des électrodes d'au moins 16 cm <sup>2</sup> (4 cm x 4 cm ou 1.5" x 1.5")
Courant intermittent	Consultez la section « programmes » de ce manuel	Assurez-vous de lire le manuel en entier
	Choix de programme	Certains programmes semblent intermittents, ce qui est normal. Voir les tableaux en page 12 pour les détails.
	Fils	1) Vérifiez que les fils sont bien branchés 2) Diminuez l'intensité et tournez les fils dans les prises à 90°. Remplacez les fils si le problème persiste 3) Si le problème persiste même avec de nouveaux fils, communiquez avec le service à la clientèle au: 1-800-363-2381

## GARANTIE LIMITÉE

AMG Médical inc. garantit le stimulateur contre les défauts de fabrication ou de matériel pour une période d'un (1) an, le reçu de vente établissant la date d'achat. Cette garantie est valide pour l'utilisateur original seulement. Toute altération, utilisation abusive ou impropre ainsi que tout dommage accidentel annule la présente garantie. La réparation de cet appareil sous garantie n'allonge pas cette dernière. Pour réparations sous garantie, communiquez avec nous au 1-800-363-2381, entre 8h et 17h HNE.

- Sont exclus de la présente garantie :
  - A) Tout dommage résultant d'une utilisation inappropriée et/ou du non-respect des instructions d'utilisation ;
  - B) Tout dommage résultant d'une tentative de réparation ou de modification de ce dernier par un tiers ;
  - C) Tout dommage résultant du transport de l'appareil entre l'utilisateur et le fabricant ;
  - D) Les accessoires, qui sont sujets à l'usure normale.
- Cette garantie exclut aussi les dommages conséquents, directs ou indirects, pouvant être causés par cet appareil et cela même si une demande de réparation de l'appareil sous garantie est acceptée.

## SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

- Matériau : ABS
- Sortie : deux canaux indépendants
- Alimentation : 4 piles AAA
- Forme d'onde : impulsion rectangulaire biphasé
- Durée de l'impulsion : 30-350µs.
- Fréquence : 1-290Hz
- Temps de traitement : 5 à 90min
- Intensité : ajustable de 0 à 90mA (à 1000 ohm)
- Conditions d'utilisation : 5 °C à 40 °C, avec une humidité relative de 30%~85% et une pression atmosphérique de 700 hpa à 1060 hpa
- Conditions d'entreposage : 10 °C à 50 °C, humidité relative de 10%~90%, et pression atmosphérique de 700 hpa à 1060 hpa
- Dimensions : 117 x 60 x 25 mm (sans attache-ceinture)
- Poids : 110 g (sans les piles), 140 g (avec les piles)

Problème	Cause possible	Solution
Stimulation inefficace	Électrodes mal positionnées	Re-placez les électrodes
	Inconnue	Communiquez avec votre médecin
Rougeurs sur la peau ou douleur lancinante	Usage répétitif des électrodes au même endroit	Re-placez les électrodes. Cessez immédiatement le traitement si vous ressentez un inconfort
	Les électrodes sont mal apposées	Assurez-vous que le contact entre la peau et les électrodes est bon
	Les électrodes sont sales	Nettoyez la surface sous les électrodes avec un linge non pelucheux légèrement humide, ou remplacez les électrodes. Nettoyez les fils comme décrit dans ce manuel.
	La surface de l'électrode est endommagée	Remplacez l'électrode endommagée
Le courant cesse de passer durant le traitement	Les électrodes ne sont plus sur la peau	Fermez l'appareil et ré-installez les électrodes
	Un fil est débranché	Fermez l'appareil et re-branchez le fil
	Les piles sont faibles	Remplacez les piles

## RANGEMENT

- Retirez les piles si vous prévoyez ne pas utiliser l'appareil durant une longue période.
- Rangez l'appareil dans un endroit sec, à l'abri de la chaleur, du soleil et de l'humidité.
- Ne placez jamais d'objet lourd sur l'appareil.




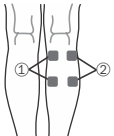
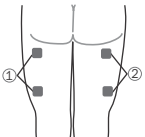
## MISE AU REBUT

Les piles usées, après leur vie utile, doivent être jetées dans un contenant spécialement prévu à cet effet, aux endroits désignés pour la collecte de déchets dangereux ou chez votre détaillant d'appareils électroniques.

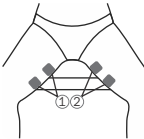
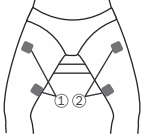
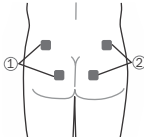

À la fin de sa vie utile, disposez de cet appareil en respectant la directive 2002/96/EC DEEE (déchet d'équipements électriques et électroniques). Communiquez avec votre détaillant pour en savoir plus.



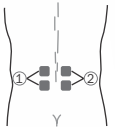
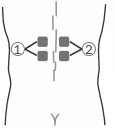
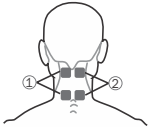
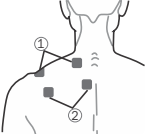
## GUIDE DE POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES

Groupe musculaire	Positionnement des électrodes	Posture et phase volontaire de la contraction musculaire
Arcade plantaire		Asseyez-vous, les pieds à plat sur le sol  Contractez vigoureusement les muscles de l'arcade plantaire, comme pour planter vos orteils dans le sol
Péroniers		Asseyez-vous, les pieds à plat sur le sol  Contractez vigoureusement vos muscles en exerçant une forte pression sur le sol avec votre gros orteil, tout en essayant de relever vos autres orteils
Tibial antérieur		Asseyez-vous, les pieds retenus par un meuble afin d'empêcher la flexion des chevilles  Contractez votre muscle tibial antérieur tout en tentant vigoureusement de relever vos orteils contre un objet qui empêche ce mouvement
Mollets		Asseyez-vous de telle façon que votre dos et vos pieds sont soutenus fermement. Cette position s'obtient facilement en s'asseyant dans un cadre de porte  Contractez vigoureusement vos mollets, tout en tentant de pousser vigoureusement le bout de votre pied contre un objet qui empêche ce mouvement
Ischio-jambiers		Couchez-vous sur le ventre, en utilisant un moyen confortable pour tenir vos chevilles en place  Contractez vigoureusement les muscles à l'arrière de vos cuisses (ischio-jambiers) tout en tentant de fléchir vos genoux

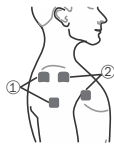
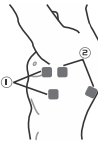

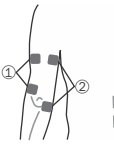

## GUIDE DE POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES

Groupe musculaire	Positionnement des électrodes	Posture et phase volontaire de la contraction musculaire
Adducteurs		Asseyez-vous et placez un objet rigide (mais confortable) entre vos genoux  Contractez fermement vos adducteurs en tentant de ramener vos genoux ensemble
Quadriceps		Asseyez-vous. Vous pouvez entreprendre le traitement de deux façons : <ul style="list-style-type: none"> <li>• statique – immobilisez vos genoux</li> <li>• dynamique – pour ajouter un mouvement au traitement, en utilisant un objet pour créer une résistance</li> </ul> Contractez vigoureusement vos quadriceps en tentant d'écartier vos jambes
Fessiers		Couchez-vous sur le ventre ou tenez-vous debout. <b>Important</b> : ce type d'exercice requiert une très bonne qualité musculaire et ne convient pas à tous. Si vous obtenez souvent de mauvais résultats avec cette technique, utilisez plutôt l'appareil de manière classique.  Contractez vigoureusement vos muscles fessiers tout en tentant de ramener vos cuisses vers votre dos
Abdominaux		Couchez-vous sur le dos (vous pouvez surélever légèrement votre dos). La phase volontaire peut être abordée de 2 façons : <ul style="list-style-type: none"> <li>• statique, pour amorcer la contraction</li> <li>• dynamique, pour compléter le traitement avec des redressements assis. Dans ce cas, assurez-vous de toujours avoir les genoux pliés afin de ne pas accentuer la courbe lombaire (lordose)</li> </ul> Contractez vigoureusement vos abdominaux, tout en tentant de relever votre tête et vos épaules

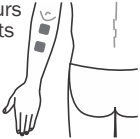
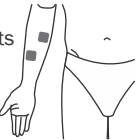
## GUIDE DE POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES

Groupe musculaire	Positionnement des électrodes	Posture et phase volontaire de la contraction musculaire
Bas du dos		Asseyez-vous. <b>Important:</b> ce traitement requiert une bonne force musculaire. Si vous obtenez souvent de mauvais résultats avec cette technique, utilisez plutôt l'appareil de manière classique ou placez les électrodes de façon à combiner la stimulation du bas du dos à celle des érecteurs du rachis. Dans ce cas, placez toujours les électrodes au niveau des muscles dorsaux, tel qu'illustré.  Contractez vigoureusement vos muscles en tentant de vous tenir aussi droit que possible
Érecteurs du rachis		Asseyez-vous  Contractez vigoureusement vos muscles en tentant de vous tenir aussi droit que possible
Muscles cervicaux		Asseyez-vous  Contractez vigoureusement vos muscles en tentant de vous tenir aussi droit que possible
Trapèzes		Asseyez-vous  Contractez vigoureusement vos muscles en tentant de hausser vigoureusement les épaules

## GUIDE DE POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES

Groupe musculaire	Positionnement des électrodes	Posture et phase volontaire de la contraction musculaire
Deltoïdes		Asseyez-vous sur un fauteuil et placez vos coudes à l'intérieur des accoudoirs afin de créer une résistance au mouvement  Contractez vigoureusement vos deltoïdes tout en essayant de pousser les accoudoirs vers l'extérieur avec vos coudes
Grands dorsaux		Asseyez-vous sur un fauteuil et placez vos coudes à l'extérieur des accoudoirs afin de créer une résistance au mouvement  Contractez vigoureusement vos grands dorsaux tout en essayant de pousser les accoudoirs vers l'intérieur avec vos coudes
Pectoraux		Asseyez-vous et joignez les paumes de vos mains. <b>ATTENTION : placer les électrodes de cette façon augmente le risque de fibrillation cardiaque</b>  Contractez vigoureusement vos pectoraux tout en pressant fermement vos paumes l'une contre l'autre
Triceps		Asseyez-vous, les avant-bras et les mains appuyés sur des accoudoirs  Contractez vigoureusement vos triceps en poussant fermement vos paumes dans les accoudoirs
Biceps		Asseyez-vous, les avant-bras placés sur des accoudoirs, les paumes vers le haut et les coudes retenus contre les accoudoirs afin d'éviter qu'ils plient ou bougent  Contractez vigoureusement vos biceps en tentant de ramener vos paumes sur vos épaules

## GUIDE DE POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES

Groupe musculaire	Positionnement des électrodes	Posture et phase volontaire de la contraction musculaire
Extenseurs des doigts		Asseyez-vous dans un fauteuil, l'avant-bras et la paumes sur un accoudoir, et la main fermement attachée à celui-ci Contractez vigoureusement vos extenseurs des doigts tout en tentant de lever la main
Flexeurs des doigts		Asseyez-vous dans un fauteuil, l'avant-bras sur un accoudoir, et placez un objet résistant à la pression dans votre paume afin que vos doigts soient légèrement pliés Contractez vigoureusement vos muscles flexeurs des doigts tout en tentant de serrer l'objet fermement entre vos doigts