

Zasady bezpieczeństwa stosowania elektrostymulatorów TENS / EMS

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA STOSOWANIA ELEKTROSTYMULATORÓW TENS / EMS

1. Przeciwwskazania - NIE używaj elektrostymulatora, jeśli:

- masz wszczepiony rozrusznik serca lub inny implant elektroniczny,
- jesteś w ciąży (chyba że lekarz wyraźnie zaleci inaczej),
- cierpisz na padaczkę,
- masz choroby serca lub poważne zaburzenia krążenia,
- masz nowotwory lub świeże rany/chirurgiczne blizny,
- chorujesz na zakrzepice żylną,
- nie czujesz bodźców czuciowych w miejscu aplikacji elektrod.

2. Ogólne zasady bezpieczeństwa

- Stosuj się do instrukcji obsługi dołączonej do urządzenia.
- Nie używaj urządzenia w pobliżu wody (np. w łazience).
- Nie stosuj urządzenia podczas snu, prowadzenia pojazdu, kąpieli, gotowania ani innych czynności wymagających pełnej uwagi.
- Nie modyfikuj elektrod ani urządzenia.
- Nie stosuj w pobliżu szyi, głowy, oczu, serca ani na uszkodzoną skórę.

3. Zasady aplikacji elektrod

- Przed użyciem umyj i osusz skórę.
- Umieszczaj elektrody symetrycznie na mięśniach, nie na stawach czy kościach.
- Nie nakładaj elektrod na metalowe implanty ani w ich bezpośrednim sąsiedztwie.
- Jeśli elektrody przestają się kleić - wymień je.

4. Podczas użytkowania

- Zaczynaj od niskiej intensywności impulsów, stopniowo ją zwiększając.
- Nie przekraczaj zalecanego czasu sesji (np. 20-30 minut).

- W razie odczuwania bólu, pieczenia lub zawrotów głowy - natychmiast przerwij sesję.
- Nie zdejmuj elektrod ani nie zmieniaj ustawień podczas działania.

5. Utrzymanie i przechowywanie

- Po użyciu oczyść elektrody zgodnie z instrukcją.
- Przechowuj urządzenie w suchym, chłodnym miejscu, poza zasięgiem dzieci.
- Wyjmij baterie, jeśli urządzenie nie będzie używane przez dłuższy czas.

6. W przypadku dzieci i osób starszych

- Użycie tylko pod nadzorem osoby dorosłej lub specjalisty.
- Nie stosować u dzieci bez wcześniejszej konsultacji z lekarzem.

7. Skontaktuj się z lekarzem, jeśli:

- masz wątpliwości co do stosowania urządzenia,
- zauważysz nietypowe reakcje skórne lub pogorszenie stanu zdrowia,
- chcesz używać urządzenia w kontekście rehabilitacji konkretnej choroby.