

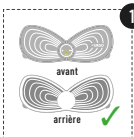
GUIDE D'UTILISATION	<b>FR</b>	<b>PATCH URGO ELECTROTHERAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE</b> .....	2
USER MANUEL	<b>EN</b>	<b>URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH</b> .....	11
GEBRUIKERSHANDLEIDING	<b>NL</b>	<b>URGO NAVULBARE PATCH ELEKTROTHERAPIE PIJNLIJKE MENSTRUATIE</b> .....	20
GEBRAUCHSANWEISUNG	<b>DE</b>	<b>URGO WIEDERAUFLADBAREN TENS-PATCH FÜR REGELSCHMERZEN</b> .....	29
MANUAL DE USO	<b>ES</b>	<b>URGO PARCHE ELECTROTHERAPIA PARA MENSTRUACIONES DOLOROSAS RECARGABLE</b> .....	38
GUIA DE UTILIZAÇÃO	<b>PT</b>	<b>URGO EMPLASTRO DE ELETROTHERAPIA RECARREGÁVEL PARA CÓLICAS MENSTRUAIS</b> .....	47
GUIDA ALL'USO	<b>IT</b>	<b>URGO CEROTTO ELETTOTERAPIA MESTRUAZIONI DOLOROSE RICARICABILE</b> .....	56
INSTRUKCJA OBSŁUGI	<b>PL</b>	<b>URGO ELEKTROSTYMULATOR DO ŁADOWANIA NA BOLESNE MIESIĄCZKOWANIE</b> .....	65
NÁVOD K POUŽITÍ	<b>CZ</b>	<b>URGO ELEKTROTHERAPIE BOLESTIVÁ MENSTRUACE DOBÍJECÍ NÁPLAST</b> .....	74

Lisez attentivement la notice avant utilisation, en respectant les consignes qui y figurent. Prenez connaissance des précautions d'emploi et contre-indications.



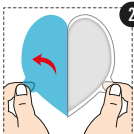
Il est recommandé de charger complètement le patch avant la première utilisation.

Utilisez uniquement le câble fourni et un chargeur secteur certifié CE avec les paramètres de sortie (output) suivants : 5V et 0,3 - 2 A (imprimés sur le chargeur). **Ne pas utiliser des chargeurs à charge rapide.**



### 1 IDENTIFICATION DES FACES DU PATCH

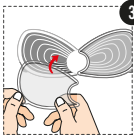
Sur une table, placez le patch de façon à ce que la face arrière soit face à vous (boîtier de commande contre la table).



### 2 PRÉPARATION DE LA RECHARGE DE GEL ADHÉSIF

Ouvrez le sachet et prenez une recharge de gel adhésif. Une recharge correspond à la partie droite du patch et l'autre à la partie gauche. Retirez délicatement le film de protection bleu, en vous assurant que le gel adhésif reste bien en place sur le film de protection transparent.

Si besoin, vous pouvez maintenir le gel avec votre doigt. Conservez le film de protection bleu pour le replacer sur le patch après chaque utilisation.

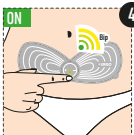


### 3 APPLICATION DES GELS SUR LE PATCH

A l'aide du film de protection transparent, positionnez correctement le gel sur le patch en vous assurant que la languette du gel soit superposée à celle du patch. Procédez de la même façon avec l'autre gel en reprenant les étapes 2 et 3. Une fois les deux gels positionnés sur les circuits électriques, retirez les 2 films de protection transparents en vous assurant que les gels restent sur le patch (maintenez les gels avec votre doigt si besoin).

1 paire de gels adhésifs = environ 30 utilisations.

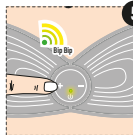
(Remarque : vous pouvez jeter les films de protection transparents.)




### 4 APPLICATION ET MISE EN ROUTE DU PATCH

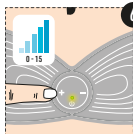
Appliquez le patch sur la zone douloureuse, comme indiqué sur le schéma, et appuyez brièvement sur le bouton  : 1 bip sonore se produit et 1 lumière verte s'allume.

Vous êtes sur le PROGRAMME 1. Si vous ne voyez pas de lumière verte ni n'entendez de bip, cela veut dire que le patch est complètement déchargé. Rechargez le patch à l'aide du câble fourni.





### 5 SÉLECTION DU PROGRAMME

Ce patch contient 3 programmes. Chaque programme dure 30 minutes. Pour plus de détails reportez-vous à la notice complète. Par défaut, le PROGRAMME 1 est sélectionné automatiquement lors de la mise en route du patch : ce programme est recommandé en première intention. Pour changer de programme, appuyez longuement sur le bouton  (env. 3 secondes, jusqu'à entendre une série de bips) : 2 bips sonores indiquent que le programme 2 est enclenché. Relâchez le bouton. Un nouvel appui prolongé fera passer au programme 3 : 3 bips sonores. Pour démarrer la stimulation, passez à l'étape suivante.

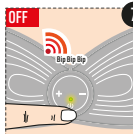


### 6 DÉMARRAGE DE LA STIMULATION ET RÉGLAGE DE L'INTENSITÉ

Après avoir sélectionné votre programme, appuyez une fois et brièvement sur le bouton  pour démarrer la stimulation.


Régulez l'intensité en appuyant brièvement sur les boutons  et . Si la sensation ressentie est douloureuse, diminuez l'intensité.

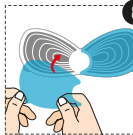
15 niveaux d'intensité sont disponibles.



### 7 ARRÊT DU PATCH

Au bout de 30 minutes, l'appareil s'éteint automatiquement.

Si vous souhaitez éteindre l'appareil avant l'écoulement des 30 minutes, appuyez brièvement sur le bouton  : 3 bips sonores et 3 signaux lumineux indiquent l'arrêt de l'appareil.



### 8 RANGEMENT DU PATCH

Avant de retirer le patch, vérifiez qu'il n'est plus en marche. Retirez alors doucement le patch en vous assurant que les gels restent sur le circuit électrique (maintenez les gels avec votre doigt si besoin). Laissez les gels en place sur le patch et couvrez-les avec les films de protection bleus conservés. Votre patch est prêt pour une future utilisation. Rangez le patch dans la boîte de transport. Pour les utilisations suivantes, retirez les films de protection bleus et reportez-vous directement à l'étape 4.

Démonstration de l'application du patch sur :  
www.urgo.fr ou www.urgomoon.com ou via le code QR



Besoin d'aide ?  
  03 80 447 457



**REMARQUE :** Lorsque votre patch n'adhère plus suffisamment à la peau, il faudra humidifier les gels pour prolonger leur durée de vie, comme conseillé dans la notice.



## URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE

FR

### SOMMAIRE

#### CONTENU DE L'EMBALLAGE

1. PRÉSENTATION DU PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE
2. PRÉPARATION AVANT UTILISATION
3. UTILISATION
4. ZONES D'APPLICATION CONTRE-INDIQUÉES / CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES / PRÉCAUTIONS D'EMPLOI
5. NETTOYAGE
6. STOCKAGE
7. QUESTIONS / RÉPONSES
8. ÉLIMINATION
9. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES
10. GARANTIE

Veuillez lire attentivement cette notice et la conserver à des fins de consultation ultérieure.  
Assurez-vous de la rendre accessible aux autres utilisateurs et respectez les informations qu'elle contient.

#### Contenu de l'emballage :



1 Électrostimulateur rechargeable



1 Câble USB de recharge



1 Guide d'utilisation



1 Boîte de transport

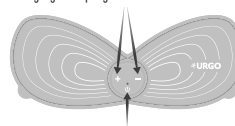


2 Paires de gels adhésifs\*

\* 1 paire de gels adhésifs : environ 30 utilisations selon le type de peau / pilosité

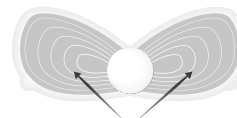
■ **Électrostimulateur** : L'électrostimulateur (Le patch) est composé d'une gomme silicone fine et flexible.

Réglage des programmes et de l'intensité



Bouton marche/arrêt

FACE AVANT

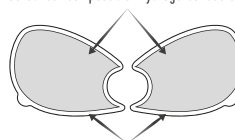


Circuit électrique

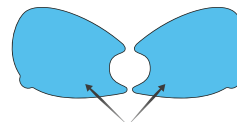
FACE ARRIÈRE

■ **Gel adhésif** : La surface adhésive est composée d'un hydrogel conducteur.

Gel adhésif composé d'un hydrogel conducteur



Film de protection



Film de protection

Vous pouvez trouver ces gels adhésifs en vente en pharmacie.  
Assurez-vous d'acheter les gels compatibles avec le patch URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE.

■ **Électrode** : C'est l'ensemble constitué par un circuit électrique et un gel.

■ **Câble USB pour le rechargement** :



Pour toute demande, contactez le service consommateur :

**Distributeur en FRANCE :**  
Laboratoires URGO HEALTHCARE  
42 rue de Longvic  
21300 Chenôve - FRANCE  
Une question ? 03 80 447 457 - contact@urgo.fr

**Distributeur en BELGIQUE :**  
URGO SA/NV  
Chaussée de Ruisbroek 76  
1180 Bruxelles - BELGIQUE  
Une question ? contact@urgo.be

## 1. PRÉSENTATION DU PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE

Le PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE fonctionne avec la technologie TENS.

### 1.1 Qu'est-ce que l'électrothérapie (TENS) et en quoi consiste-t-elle ?

La **technologie médicale TENS** (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation traduit en français par : neurostimulation électrique transcutanée) procure le **soulagement de la douleur** à l'aide d'un courant électrique d'une intensité spécifiquement adaptée. Cette méthode **non médicamenteuse** est utilisée quotidiennement dans les **Centres Antidouleur**.

Quelle que soit la pathologie, l'électrothérapie réduit ou supprime la douleur mais ne traite pas la cause.

Le courant électrique est transmis par des électrodes (le circuit électrique avec le gel) placées à la surface de la peau. Il crée une excitation électrique des nerfs. La douleur est atténuée grâce à deux **actions** :

- **IMMÉDIATE** : la diminution de la transmission de la douleur vers la moelle épinière, autrement dit : effet "PORTE" (GATE CONTROL).
- **DURABLE** : l'augmentation de la sécrétion des endorphines, hormones antidouleur naturelles sécrétées par le cerveau.

Le traitement par l'électrothérapie permet de soulager immédiatement et durablement la douleur.

Tous les programmes d'électrothérapie sont efficaces : ils ont été prouvés de manière scientifique, la technologie est approuvée par le corps médical.

### 1.2 Indications

Avant d'utiliser l'électrothérapie, l'origine et la raison de vos douleurs pendant les règles doivent avoir été diagnostiquées par votre médecin. Votre pharmacien ou votre médecin peuvent vous donner des instructions sur la façon d'effectuer un auto-traitement par électrothérapie.

Assurez-vous de ne pas utiliser ce patch sur une zone non-autorisée (cf. PARTIE 4.1 " ZONES D'APPLICATION CONTRE-INDIQUÉES "). Appliquez l'appareil uniquement sur une peau saine et propre, sans crème ou lotion grasse.

Il est recommandé que le patch soit utilisé chez les personnes mentalement ou physiquement déficientes sous la supervision d'un adulte responsable.

Le **PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE** est indiqué pour les douleurs pelviennes (du bas du ventre) chroniques (ex. endométriose) (programme 3) et pour les dysménorrhées primaires, c'est-à-dire les règles douloureuses qui ne sont causées par aucun trouble gynécologique sous-jacent (programmes 1 et 2). La douleur commence un peu avant ou au début des règles et, la plupart du temps, dure d'un à trois jours. Elle se manifeste par des crampes au bas-ventre qui s'étendent parfois jusqu'à la région lombaire.

### 1.3 Comment choisir son programme et régler l'intensité ?

3 programmes sont disponibles et chacun comporte 15 niveaux d'intensité. Chaque programme dure 30 minutes. Le patch s'éteint automatiquement à la fin d'un programme.

Vous devez augmenter l'intensité jusqu'à ce que la sensation de stimulation électrique procurée par le patch soit ressentie fortement sans jamais devenir douloureuse. Si la stimulation devient douloureuse, il

faut diminuer l'intensité. Le programme que vous choisissez ne doit pas vous provoquer :

- de sensations douloureuses pendant la séance.
- de contractions musculaires importantes (si le patch provoque des contractions, diminuez l'intensité et si cela n'est pas suffisant, éteignez le patch et repositionnez-le en le déplaçant de quelques centimètres).
- de sensations de brûlures électriques.

Chaque programme peut être réglé avec une intensité comprise entre 1 et 15. Commencez toujours la stimulation à une faible intensité et augmentez-la progressivement, jusqu'à **trouver celle qui vous procurera le meilleur soulagement**. Selon le programme utilisé, cette intensité pourra varier. Le système nerveux s'accoutume très vite au courant. Pendant les 5 premières minutes d'un programme ou après plusieurs utilisations vous pouvez constater que votre sensibilité à la stimulation diminue, cela est tout à fait normal. N'hésitez pas à réajuster l'intensité pour retrouver un niveau de stimulation plus fort, mais toujours indolore.

- Le ressenti de la stimulation électrique est différent selon les personnes. **Il est donc recommandé d'ESSAYER CHAQUE PROGRAMME afin d'identifier celui qui vous offre le meilleur soulagement et le meilleur confort.** Selon le type de douleur que vous souhaitez soulager avec votre PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE, le programme qui vous convient le mieux peut être différent.

### Description des 3 programmes d'électrothérapie proposés par ce patch :

Programme	1.	2.	3.
Mode	Combiné.	Conventionnel continu.	Conventionnel discontinu.
Avantages	<ul style="list-style-type: none"><li>• Soulagement rapide et durable de la douleur</li><li>• Évite l'effet d'accoutumance.</li></ul>	Soulagement rapide de la douleur.	Soulagement rapide de la douleur.
Les effets ressentis	Alternance de sensations de picotements vifs et de pulsations associées aux micro-contractions des muscles.	Sensation de picotements vifs.	Sensation de picotements vifs.
Comment ça marche ?	Ce programme utilise le mode TENS conventionnel à différentes fréquences (60 Hz, 80 Hz et 100 Hz) en mode CONTINU et DISCONTINU. La stimulation à haute fréquence en DISCONTINU avec une périodicité fixe (2 Hz) est un mode BURST qui active simultanément 2 mécanismes de soulagement de la douleur : l'effet "PORTE" (GATE CONTROL) et la production d'endorphines.	Il s'agit d'une stimulation électrique haute fréquence (100 Hz) qui excite directement les nerfs sensitifs, bloquant ainsi la transmission du signal "douleur" au cerveau. La douleur est soulagée grâce à l'effet dit "PORTE" (GATE CONTROL).	Il s'agit d'une stimulation électrique haute fréquence (85 Hz) qui excite directement les nerfs sensitifs, bloquant ainsi la transmission du signal "douleur" au cerveau. La douleur est soulagée grâce à l'effet dit "PORTE" (GATE CONTROL).
Durée (min)	30	30	30

Programme	1.	2.	3.
Type de courant	Bidirectionnel.		
Fréquence (Hz) <sup>1</sup>	Phase 1 : 100 Hz Phase 3 : 80 Hz Phase 5 : 60 Hz	Phase 2 : 100 Hz Phase 4 : 80 Hz Phase 6 : 60 Hz	100
Largeur d'impulsion, (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Mode <sup>3</sup>	DISCONTINU et BURST L'utilisation des 3 fréquences (60 Hz, 80Hz et 100Hz) en mode DISCONTINU et BURST permet de créer 6 différentes phases de stimulation qui durent 1 minute chacune et s'alternent durant le programme. Des courtes pauses (1 s) sont prévues à la fin de chaque phase pour rendre la stimulation plus confortable et agréable. <b>Phase 1 :</b> DISCONTINU (5 s ON et 1 s OFF) <b>Phase 2 :</b> BURST 2 Hz (Phase de travail = 0,25 s ; Phase de pause = 0,25 s) <b>Phase 3 :</b> DISCONTINU (5 s ON et 1 s OFF) <b>Phase 4 :</b> BURST 2 Hz (Phase de travail = 0,25 s ; Phase de pause = 0,25 s) <b>Phase 5 :</b> DISCONTINU (5 s ON et 1 s OFF) <b>Phase 6 :</b> BURST 2 Hz (Phase de travail = 0,25 s ; Phase de pause = 0,25 s) Durée totale de chaque phase = 1 min Temps de travail = 59s ; Temps de pause 1s.	CONTINU (pas de cycles)	DISCONTINU (3 secondes ON et 1 seconde OFF)
Graphique			
Autonomie de la batterie <sup>4</sup>	5 heures.	4 heures.	3 heures.

<sup>1</sup> **Fréquence (F)** – mesurée en Hertz (Hz). Il s'agit d'un indicateur qui donne le nombre de stimulations par seconde. Par exemple, une fréquence de 2 Hz signifie que vous recevrez 2 impulsions par seconde.

<sup>2</sup> **Largeur de l'impulsion (L)** – mesurée en microsecondes (µs). Il s'agit de la durée de chaque stimulus, exprimée en microsecondes (µs). Chaque seconde contient un million de microsecondes.

<sup>3</sup> **Mode CONTINU ou DISCONTINU :** CONTINU : il s'agit d'une stimulation sans interruption. DISCONTINU : le programme prévoit de courtes pauses entre les cycles pour rendre la stimulation plus confortable et agréable. Pour savoir comment mettre en marche les différents programmes et régler le niveau d'intensité, consultez la PARTIE 3 "UTILISATION".

<sup>4</sup> **Utilisation à la plus haute intensité.**

### Conseils d'utilisation :

Si vous le souhaitez, vous pouvez marcher et vaquer à vos occupations quotidiennes en portant le patch URGO Electrothérapie Règles Douloureuses Rechargeable. Tant que le patch reste bien collé cela ne doit pas poser de problème.

C'est à vous de choisir le ou les programmes qui vous conviennent le mieux en termes d'efficacité et de confort. Effectivement, de multiples facteurs vont jouer sur la perception sensorielle du programme (zone concernée, sensibilité de votre peau, masse graisseuse, niveau de pilosité sur la zone à traiter, humidité atmosphérique...). Les préférences d'une même personne peuvent également évoluer d'un jour à l'autre.

Pour les douleurs intenses qui nécessitent un **soulagement rapide**, utilisez de préférence les **PROGRAMMES 2 et 3** (conventionnel) en première intention.

Si la douleur est moins intense et pour obtenir un soulagement plus **durable**, utilisez de préférence le **PROGRAMME 1**.

Pour les douleurs pelviennes chroniques (ex. endométriose) utilisez de préférence le **PROGRAMME 3**.

**Nombre de séances :** autant que nécessaire en utilisant le ou les programmes qui vous procure(nt) le meilleur soulagement, en prenant soin de **retirer le patch entre chaque séance** afin de laisser reposer votre peau et **en espaçant les séances d'une demi-heure** si possible.

En cas d'irritation cutanée, arrêtez la stimulation et laissez reposer votre peau. Si l'irritation cutanée persiste et si vous ressentez une démangeaison ou une irritation, consultez votre médecin avant de reprendre l'utilisation.

## 2. PRÉPARATION AVANT UTILISATION

### AVANT CHAQUE UTILISATION :

- Assurez-vous d'appliquer le patch dans le respect des "CONTRE-INDICATIONS" de la PARTIE 4.
- Avoir la peau propre, sans crème ou lotion grasse. C'est ainsi que le patch pourra fonctionner au mieux.
- Ne pas appliquer le patch sur un vêtement.
- Pour un effet optimal, les électrodes du patch doivent être entièrement en contact avec la peau.
- Assurez-vous que le patch soit chargé avant de commencer la session : appuyez brièvement sur le bouton "⏻" : un bip sonore se fait entendre et une lumière verte s'allume. Si vous ne percevez ni la lumière verte, ni le bip sonore : cela signifie que votre patch est complètement déchargé.
- Ne pas utiliser lorsque l'appareil est en cours de chargement.

### CHARGEMENT DU PATCH :

- La lumière verte de l'appareil clignotera pendant le chargement et sera allumée en continu lorsque la charge sera terminée.
- Il est **recommandé de charger complètement le patch avant la première utilisation.**
  - Utilisez uniquement le câble fourni.
  - Utilisez une source d'alimentation appropriée : une prise électrique ou un port USB (par exemple celui d'un ordinateur portable ou tablette). Pour un chargement sur une prise électrique, utilisez uniquement un chargeur secteur certifié CE pour l'utilisation domestique avec les paramètres de sortie (output) suivants : 5,0V et 0,3 - 2 A (imprimés sur le chargeur).
  - Ne pas utiliser des chargeurs à charge rapide : ces types de chargeurs sont incompatibles avec le patch et peuvent endommager la batterie.
- Ne pas toucher les électrodes pendant la charge.
- Cet appareil contient une batterie au lithium. Si l'appareil surchauffe lors de la charge, arrêtez la charge et informez-en le distributeur.

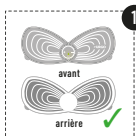
### POUR PRÉSERVER LA BATTERIE :

- Le patch doit être chargé et déchargé au moins tous les 3 mois.

### 3. UTILISATION

Retrouvez le mode d'emploi en vidéo sur [www.urgo.fr](http://www.urgo.fr) ou [www.urgomoon.com](http://www.urgomoon.com) ou via le code QR

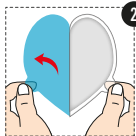
#### 3.1 Mise en marche du PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE



1

##### IDENTIFICATION DES FACES DU PATCH

Sur une table, placez le patch de façon à ce que la face arrière soit face à vous (boîtier de commande contre la table).



2

##### PRÉPARATION DE LA RECHARGE DE GEL ADHÉSIF

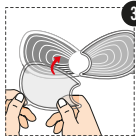
Pour l'application des gels, le patch doit être éteint.

Sortez les deux recharges de gels adhésifs en ouvrant le sachet à l'aide de l'encoche prévue à cet effet et sans utiliser de ciseaux.

Prenez une recharge de gel adhésif : une recharge correspond à la partie droite du patch et l'autre à la partie gauche. Retirez délicatement le film de protection bleu en vous assurant que le gel adhésif reste bien en place sur le film de protection transparent. (Si besoin, vous pouvez maintenir le gel avec votre doigt)

Vérifiez que le gel adhésif ne présente aucun défaut (partie du gel manquante, gel abîmé, etc.) au risque de provoquer des irritations cutanées lors de l'utilisation.

Conservez le film de protection bleu pour le replacer sur le patch après chaque utilisation.



3

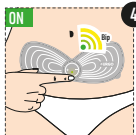
##### APPLICATION DES GELS SUR LE PATCH

À l'aide du film de protection transparent, positionnez correctement le gel sur le patch en vous assurant que la languette du gel soit superposée à celle du patch. Procédez de même avec l'autre gel en reprenant les étapes 2 et 3. Une fois les deux gels positionnés sur les circuits électriques, retirez les 2 films de protection transparents en vous assurant que les gels restent sur le patch (maintenez les gels avec votre doigt si besoin). **1 paire de gels adhésifs = environ 30 utilisations.**

(Remarque : vous pouvez jeter le film de protection transparent)

##### APPLICATION DU PATCH

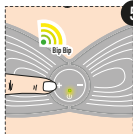
Appliquez le patch sur la zone douloureuse. Assurez-vous que votre peau est saine et n'a pas été traitée avec des crèmes ou des lotions grasses et qu'elle n'est pas particulièrement poilue. Appuyez fermement afin d'assurer un bon contact avec la peau.



4

##### MISE EN ROUTE DU PATCH

Pour allumer le patch, appuyez brièvement sur le bouton "ON" : 1 bip sonore se produit et 1 lumière verte s'allume. Vous êtes sur le PROGRAMME 1. Si vous ne voyez pas de lumière verte, ni n'entendez de bip, cela veut dire que le patch est complètement déchargé. Rechargez le patch à l'aide du câble fourni.



5

##### SÉLECTION DU PROGRAMME

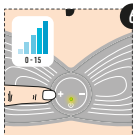
Ce patch contient 3 programmes. Chaque programme dure 30 minutes. Pour plus de détails, reportez-vous à la PARTIE 1.3 "PROGRAMMES" de cette notice. Par défaut le PROGRAMME 1 est sélectionné automatiquement lors de la mise en route du patch : ce programme est recommandé en première intention.

Pour changer de programme, appuyez longuement sur le bouton "+" (env. 3 secondes, jusqu'à entendre une série de bips) : 2 bips sonores indiquent que le PROGRAMME 2 est enclenché. Relâchez le bouton. Un nouvel appui prolongé fera passer au programme 3 : 3 bips sonores.

Pour revenir au programme précédent, appuyez longuement sur le bouton "-" (env. 3 secondes) jusqu'à entendre une série de bips.

Pour **démarrer la stimulation, passez à l'étape suivante.**

1 bip : Programme Combiné // 2 bips : Programme Conventionnel continu // 3 bips : Programme Conventionnel discontinu.



6

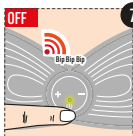
##### DÉMARRAGE DE LA STIMULATION ET RÉGLAGE DE L'INTENSITÉ

Après avoir sélectionné votre programme, appuyez une fois et brièvement sur le bouton "+" pour démarrer la stimulation. Réglez l'intensité en appuyant brièvement sur les boutons "+" et "-".

L'ajustement de l'intensité dépend des individus et de la zone à traiter. Augmentez progressivement l'intensité jusqu'à percevoir une sensation de stimulation électrique bien prononcée mais non douloureuse. Si la sensation ressentie est douloureuse, diminuez l'intensité. En effet, monter l'intensité de stimulation à un niveau trop élevé peut déclencher une douleur et des contractions musculaires qui sont indésirables et cela n'apporte pas d'efficacité supplémentaire. **15 niveaux d'intensité sont disponibles.**

Une fois que l'intensité a atteint le niveau le plus élevé ou le niveau le plus bas, la lumière LED et le bip sonore sont émis 2 fois au lieu d'1 fois.

❗ Si vous entendez une série de bips sonores en cours de séance alors que vous n'avez pas touché le patch et que le patch s'arrête de fonctionner : cela signifie que le patch n'est plus suffisamment en contact avec la peau. Il faut recoller le patch pour que les électrodes soient entièrement en contact avec la peau et redémarrer le programme en cours en appuyant brièvement sur le bouton "+". Votre programme reprendra, là où il s'est arrêté et vous devrez à nouveau régler l'intensité.

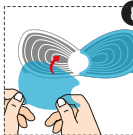


7

##### ARRÊT DU PATCH

Au bout de 30 minutes, l'appareil s'éteint automatiquement.

Si vous souhaitez éteindre l'appareil avant l'écoulement des 30 minutes, appuyez brièvement sur "OFF" : 3 bips sonores et 3 signaux lumineux indiquent l'arrêt de l'appareil.



8

##### RANGEMENT DU PATCH

Avant de retirer le patch, assurez-vous qu'il n'est plus en marche. Retirez alors doucement le patch en vous assurant que les gels restent sur le circuit électrique (maintenez les gels avec votre doigt si besoin). Laissez les gels en place sur le patch et couvrez-les avec les films de protection bleus conservés. Votre patch est prêt pour une future utilisation. Rangez le patch dans la boîte de transport. Pour les utilisations suivantes, retirez les films de protection bleus et reportez-vous directement à l'ÉTAPE 4.

### 3.2 Entretien et remplacement des gels adhésifs

#### ❗ Prolongation de la durée de vie des gels adhésifs

Lorsque le patch n'adhère plus suffisamment à la peau il est nécessaire d'humidifier les gels pour prolonger leur durée de vie. Déposez quelques gouttes d'eau sur toute la surface des gels, mais sans mouiller le boîtier de contrôle central.

- Veillez à ne pas laisser des débris sur la surface des gels (n'utilisez pas de mouchoir en papier).
- Attendez que les gels aient absorbé l'eau pour réutiliser le patch.

#### ❗ Remplacement des gels adhésifs

- Une paire de gels permet environ 30 utilisations.
- Pour retirer le gel adhésif, faites-le rouler sur lui-même avec vos doigts.
- Vérifiez qu'il ne reste pas de résidus sur les circuits électriques avant de repositionner un nouveau gel adhésif.
- Utilisez cet appareil uniquement avec les gels adhésifs compatibles avec le PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE. En cas de doute, demandez conseil à votre pharmacien.

### 3.3. Où utiliser le PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE ?



#### Douleurs abdominales

Le patch doit être placé directement sur la zone douloureuse : le bas du ventre sous le nombril.



#### Douleurs lombaires

Dans le cas de douleurs lombaires, veillez à positionner les circuits électriques de part et d'autre de la colonne vertébrale, de sorte que le boîtier de commande soit placé sur la colonne vertébrale.

Pour certaines localisations, en particulier pour les douleurs du bas du dos, l'aide d'une tierce personne peut être nécessaire.

## 4. ZONES D'APPLICATION CONTRE-INDIQUÉES / CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES / PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

L'utilisation de l'appareil ne remplace pas une consultation chez le médecin ou un traitement médical. En cas de doute, demandez toujours conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.

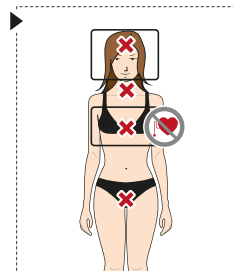
### ⚠️ 4.1 Zones d'application contre-indiquées

- Ne pas appliquer à proximité du cœur ou sur le torse, car les signaux électriques peuvent interférer avec les signaux électriques du cœur.
- Ne pas appliquer devant ou sur les côtés du cou (carotide, gorge), car l'électrostimulation pourrait déclencher des spasmes laryngés et pharyngés entraînant des troubles respiratoires. La stimulation de la carotide peut provoquer un ralentissement du rythme cardiaque ou une pression artérielle inhabituellement basse chez les personnes présentant des problèmes de vaisseaux sanguins.
- Ce patch n'est pas conçu pour une application sur la tête.
- Ne pas utiliser sur les parties génitales.

■ En résumé, ne pas utiliser le patch sur les zones suivantes :

### 4.2 Contre-indications médicales

- Si vous êtes porteuse d'un dispositif implanté (pacemaker, pompe à insuline, lecteur de glycémie, défibrillateur implanté ...), car le PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE peut interférer avec le fonctionnement de ces appareils.
- Si vous avez des lésions cutanées (peau irritée, éruption cutanée, plaie post opératoire, cicatrice récente, présence d'agrafes, plaie traumatique, brûlure...), ne pas appliquer sur les zones concernées, car l'électrostimulation pourrait aggraver l'irritation cutanée ou perturber la cicatrisation.
- Si vous avez des troubles de la sensibilité cutanée au niveau du bas ventre ou du dos, ne pas appliquer le patch pour éviter un risque de brûlure secondaire dû à un réglage trop élevé de l'intensité que vous ne contrôleriez pas par manque de sensibilité.
- Si vous avez un cancer, ne pas appliquer sur ou à proximité de la lésion cancéreuse ou infectée car le courant produit peut favoriser la propagation des cellules cancéreuses vers d'autres parties du corps.
- Ce dispositif n'est pas destiné et ne doit pas être utilisé par une femme enceinte.



### 4.3 Demandez un avis médical ou pharmaceutique

- En cas d'épilepsie ou suspicion d'épilepsie car l'électrostimulation pourrait favoriser la survenue de crises d'épilepsie.
- En cas de problèmes cardiaques car les signaux électriques peuvent interférer avec les signaux électriques du cœur.
- En cas de fièvre supérieure à 39°C qui altère votre vigilance.

### 4.4 Précautions d'emploi

- Ne pas utiliser cet appareil en conduisant (voitures, machines...), ou en cas d'activité où une stimulation électrique ou une contraction musculaire involontaire peuvent être dangereuses.
- Ne pas utiliser cet appareil pendant que vous dormez pour éviter un risque de douleur, d'inflammation ou de brûlure secondaire à un réglage de l'intensité trop élevé que vous ne contrôleriez pas par manque de vigilance.
- Ne pas utiliser cet appareil au niveau des zones comportant des agrafes, des implants ou tout élément métallique car ceci pourrait générer des brûlures ou des douleurs.
- Ne pas utiliser cet appareil dans un endroit très humide comme une salle de bain ou quand vous êtes dans votre bain ou sous la douche.
- Pour des raisons d'hygiène, ne pas partager l'utilisation des gels adhésifs avec d'autres personnes.
- Tenir hors de la portée et de la vue des enfants : ils ne doivent pas jouer avec l'appareil.

### 4.5 Effets indésirables

- Des rougeurs ou irritations cutanées bénignes, transitoires et normales peuvent survenir au niveau de la zone d'application lors de l'utilisation du patch. Elles s'expliquent par l'augmentation localisée du flux sanguin. Si c'est le cas, ne pas réappliquer le patch au même endroit tant que la rougeur persiste.
- Arrêtez le traitement en cas d'irritations cutanées persistantes, brûlures ou réaction allergique qui peuvent survenir au niveau de la zone d'application de l'appareil dues à la stimulation électrique ou au gel adhésif.
- Si vous ressentez d'autres effets indésirables, arrêtez d'utiliser l'appareil et signalez-les à votre médecin ou pharmacien.

#### 4.6 Interactions

- Ne pas utiliser cet appareil en présence d'un équipement électronique de surveillance (ex : moniteur cardiaque, alarme ECG) ou pendant la réalisation d'un électrocardiogramme ou d'un électroencéphalogramme. L'équipement électronique peut ne pas fonctionner correctement lorsque le patch est en marche.
- Soyez vigilant sur le risque potentiel de brûlures en cas de prise concomitante d'alcool, de médicaments antalgiques ou d'anti-inflammatoires dans la mesure où ceux-ci peuvent modifier votre sensibilité cutanée à la douleur. Cela n'est pas une contre-indication.

#### 5. NETTOYAGE

Après utilisation, si besoin, la face avant du patch peut être nettoyée avec un chiffon doux légèrement humidifié :

- Pour nettoyer le patch, assurez-vous que le câble USB de recharge est débranché.
- N'utilisez pas de détergent chimique ou d'abrasif. En cas de salissure importante du patch, vous pouvez éventuellement utiliser une solution légèrement savonneuse.
- Assurez-vous bien que de l'eau ne s'infiltre pas à l'intérieur. Si cela devait se produire, ne pas utiliser l'appareil avant qu'il ne soit complètement sec.
- La face arrière du patch, avec les gels adhésifs, ne nécessite pas de nettoyage.
- Le nettoyage et l'entretien doivent être effectués sous la supervision d'un adulte responsable si l'utilisateur est une personne mentalement ou physiquement déficiente.

#### 6. STOCKAGE

- Gardez cet appareil à l'abri de l'humidité, à l'abri de hautes températures et à l'abri de la lumière directe dans sa boîte de transport.
- Conservez les films de protection bleus pour les replacer sur le patch après chaque utilisation.

#### 7. QUESTIONS - RÉPONSES

Problèmes	Causes possibles	Que faire ?
Le patch n'émet pas de bip à l'allumage ou ne s'allume pas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le patch est complètement déchargé.</li> <li>• Le patch présente un problème de fonctionnement.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chargez le patch à l'aide du câble de charge fourni dans l'emballage.</li> <li>• Contactez le service consommateurs URGO, en France : 03 80 447 457 contact@urgo.fr et en Belgique : contact@urgo.be</li> </ul>
Vous ne ressentez aucune stimulation.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le niveau d'intensité est trop bas.</li> <li>• Le patch est déchargé.</li> <li>• Les gels ont besoin d'être ré-humidifiés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentez le niveau d'intensité à l'aide du bouton "⊕".</li> <li>• Chargez le patch à l'aide du câble de charge fourni dans l'emballage et d'un chargeur secteur certifié CE.</li> <li>• Humidifiez les gels comme indiqué dans la partie 3.2.</li> </ul>

Problèmes	Causes possibles	Que faire ?
Les électrodes vous envoient une sensation désagréable.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le niveau d'intensité utilisé est trop élevé.</li> <li>• Les gels adhésifs ne collent plus correctement ou sont endommagés et n'assurent plus un contact suffisant avec la peau.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baissez le niveau d'intensité à l'aide du bouton "⊖".</li> <li>• Commencez par nettoyer et sécher votre peau. Si votre patch n'adhère toujours pas correctement, humidifiez les gels comme indiqué dans la partie 3.2.</li> <li>• Si le problème persiste, remplacez les gels et vérifiez qu'ils recouvrent tout le circuit électrique de l'électrostimulateur avant de l'utiliser à nouveau.</li> </ul>
Un côté du patch envoie des stimulations plus fortes que l'autre.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chaque zone de votre corps peut réagir différemment.</li> <li>• Le patch n'adhère pas correctement à la peau.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si cela est désagréable, repositionnez le patch.</li> <li>• Vérifiez que le patch soit bien au contact de votre peau.</li> <li>• Commencez par nettoyer et sécher votre peau. Si votre patch n'adhère toujours pas correctement, humidifiez les gels comme indiqué dans la partie 3.2.</li> <li>• Si le problème persiste, remplacez les gels et vérifiez qu'ils recouvrent toute la surface du circuit électrique de l'électrostimulateur avant de l'utiliser à nouveau.</li> </ul>
Sans avoir appuyé sur les boutons, le patch émet une série de bips sonores en cours de séance.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le patch n'est plus suffisamment en contact avec la peau.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il faut recoller le patch pour que les électrodes soient entièrement en contact avec la peau et redémarrer le programme en cours en appuyant brièvement sur le bouton "⊕".</li> <li>• Votre programme reprendra là où il s'est arrêté et vous devrez à nouveau régler l'intensité.</li> </ul>
L'intensité diminue sans toucher au patch.	<p>Plusieurs causes possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le patch est peut-être décollé.</li> <li>• Le patch est déchargé.</li> <li>• Votre sensibilité à la stimulation a diminué car le système nerveux s'accoutume très vite au courant.</li> <li>• Les gels ont besoin d'être humidifiés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assurez-vous que le patch soit bien en contact, sur toute sa surface, avec la peau.</li> <li>• La batterie peut être presque déchargée, rechargez le patch à l'aide du câble fourni.</li> <li>• Vous pouvez vous être habituée à l'intensité pendant la séance, augmentez-la à l'aide du bouton "⊕".</li> <li>• Les gels ont besoin d'être humidifiés (voir partie 3.2).</li> </ul>
Le patch n'adhère pas correctement à la peau.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La présence de crème ou lait corporel diminue l'adhésivité des gels.</li> <li>• Les gels ont besoin d'être humidifiés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Commencez par nettoyer et sécher votre peau.</li> <li>• Si votre patch n'adhère toujours pas correctement, humidifiez les gels comme indiqué dans la partie 3.2.</li> <li>• Si le problème persiste, remplacez les gels et vérifiez qu'ils recouvrent tout le circuit électrique de l'électrostimulateur avant de l'utiliser à nouveau.</li> </ul>



Questions	Réponses
La zone de traitement devient rouge. Est-ce normal ?	Une rougeur cutanée temporaire sous les électrodes est bénigne et normale. Elle s'explique par l'augmentation localisée du flux sanguin. Il est possible que vous ayez retiré le patch trop rapidement de la peau, ce qui cause la rougeur. Essayez de retirer le patch plus doucement la prochaine fois. Si l'irritation cutanée persiste et que vous ressentez une démangeaison ou une irritation, une allergie peut en être la cause. Dans ce cas, consultez votre médecin avant de reprendre l'utilisation.
Peut-on appliquer le patch par-dessus des vêtements ?	Non, le démarrage du programme est bloqué, car le circuit électrique n'est pas fermé : les vêtements jouent un rôle de couche isolante et empêchent le circuit de se fermer. Le patch doit être en contact direct avec la peau.
Puis-je retirer le patch sans l'arrêter ?	Non, il faut tout d'abord arrêter le patch (appuyer sur le bouton " marche / arrêt ") puis, après avoir entendu les 3 bips sonores, retirer le patch.
Puis-je utiliser le patch en prévention des douleurs ?	Non. Le patch ne permet pas de prévenir la douleur. Utilisez-le dès les premiers symptômes.
Puis-je faire du sport avec le patch ?	Vous pouvez marcher et vaguer à vos occupations quotidiennes en portant le PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE. Pour ce qui est de faire du sport, tant que le patch reste bien collé cela ne doit pas poser de problème mais si vous transpirez ou bougez beaucoup, il est probable que l'adhérence du patch diminue et entraîne une diminution ou annule son efficacité.
Puis-je utiliser le patch en présence d'une personne qui porte un dispositif implanté électronique ou cardiaque ?	Oui.
Puis-je appliquer le patch sur une cicatrice de césarienne ?	Vous pouvez appliquer le patch sur une cicatrice de plus de 6 mois, si la cicatrice a moins de 6 mois nous vous conseillons de ne pas appliquer le patch.
Est-ce que je ressentirai les effets du patch de manière homogène si j'applique le patch sur une cicatrice ?	Pas obligatoirement, de petites fibres nerveuses superficielles peuvent avoir été endommagées et gêner les sensations relatives aux effets du patch. Quoiqu'il en soit, ne posez pas le patch sur des cicatrices datant de moins de 6 mois.
À partir de combien de temps après l'accouchement puis-je utiliser le patch ?	Vous pourrez appliquer le patch après 8 semaines. Mais dans le cas d'une cicatrice de césarienne inférieure à 6 mois, nous vous conseillons de ne pas appliquer le patch.
Pendant mes règles, j'ai souvent plus mal d'un côté que de l'autre, comment dois-je appliquer le patch dans ce cas ?	Dans ce cas, il faut appliquer le patch au plus près de la douleur. Cependant, même disposé au centre du ventre, le patch continuera d'être efficace contre les règles douloureuses.
Après avoir collé les gels sur les circuits électriques, je constate la présence de petites bulles d'air. Est-ce grave ?	Non, la présence de petites bulles d'air sur le circuit électrique n'entrave pas le bon fonctionnement du patch. Veillez à ce que le gel soit bien collé dans sa globalité.
Les gels adhésifs ont été légèrement abîmés en périphérie (par exemple, lors du retrait du film transparent) : est-ce que le patch fonctionnera moins bien ?	Même si les gels sont légèrement abîmés en périphérie, le patch fonctionnera correctement à condition que les circuits électriques soient bien recouverts.
Puis-je utiliser le chargeur secteur de mon téléphone portable ?	Oui, s'il est certifié et délivre le courant avec les paramètres de sortie (output) suivants : 5V et 0.3-2A (imprimés sur le chargeur).
Puis-je utiliser le chargeur rapide ?	Non, car le chargeur rapide n'est pas compatible avec le patch et peut l'endommager.
Puis-je utiliser le câble de mon téléphone portable ?	Non, utilisez le câble fourni dans l'emballage.

## 8. ÉLIMINATION

Dans l'intérêt de la protection de l'environnement, le PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères à la fin de sa durée de vie. L'élimination doit se faire par le biais des points de collecte des déchets d'équipements électriques et électroniques en vigueur. Veuillez éliminer l'appareil conformément à la directive européenne relative aux Déchets d'Équipements Électriques et Électroniques (DEEE). Pour toute question, adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.

## 9. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Modèle/type	PATCH URGO ÉLECTROTHÉRAPIE RÈGLES DOULOUREUSES RECHARGEABLE
Source de courant	Alimenté par une batterie interne Li-ion de 3,7 V
Forme d'onde	Impulsion onde rectangulaire biphasique
Durée de l'impulsion	0-200 µs (Micro secondes)
Fréquence de l'impulsion	1 - 100 Hz ± 15%
Poids	30 grammes
Arrêt automatique	30 minutes
Degré de protection contre les chocs électriques	Appareil de type BF
Type de protection contre les chocs électriques	Équipement à alimentation interne
Code IP	IP22 : L'appareil est protégé contre les corps étrangers ≥ 12,5 mm et contre les gouttes d'eau tombant à une inclinaison de 15°
Maximum voltage	Max. 16V +/- 20% (at 500 ohm load)
Temps de traitement	30 minutes
Intensité de sortie	0 - 15 niveaux, ajustable
Programmes	3 programmes
Durée de fonctionnement normale de la batterie	Autour de 240 minutes après une charge complète
Comportement de l'équipement pendant que la batterie interne rechargeable est en charge	La lumière clignote pendant la charge et reste fixe lorsqu'elle est chargée au maximum
Durée de vie normale de la batterie	Rechargeable 300 fois
Température ambiante normale de fonctionnement	5°C à 40°C
Température ambiante de stockage et de transport	-25°C à +70°C
Pression atmosphérique pour l'utilisation et le stockage	70 kPa - 106 kPa
Nombre d'utilisations des gels adhésifs	30 fois
Date d'expiration des gels adhésifs	Indiquée sur les gels adhésifs
Mode de fonctionnement	Continu / discontinu
Version du logiciel	AO
Temps requis pour que l'équipement réchauffe entre le moment où la température de stockage est minimale et le moment où il est prêt à l'utilisation	30 minutes
Temps requis pour que l'équipement refroidisse entre les utilisations de la température maximale jusqu'à ce qu'il soit prêt pour utilisation	15 minutes jusqu'à ce qu'il soit prêt
Câble USB de recharge... Utiliser un câble de sortie DC5V et un courant de sortie de 0,3 - 2,0 A pour le chargement	
Humidité ambiante normale de fonctionnement	15% RH - 90% RH
Humidité ambiante de stockage et de transport	0% RH - 90% RH
Surface des électrodes	48 cm2

**NOTE : NE DOIT PAS ÊTRE STÉRILISÉ.**

**Ne pas utiliser dans un ENVIRONNEMENT RICHE en OXYGÈNE : par exemple, il est interdit d'utiliser le patch dans une chambre à oxygène hyperbare ou dans un environnement de traitement à l'oxygène.**

Cet appareil est conforme aux normes européennes EN60601-1, EN60601-1-2, EN60601-1-11, et EN60601-2-10 et répond aux exigences de sécurité spéciales relatives à la compatibilité électromagnétique. Veuillez noter que les dispositifs de communication HF portables et mobiles sont susceptibles d'influer sur cet appareil. Plus de détails peuvent être adressés au service consommateur du pays.  
L'appareil est conforme aux exigences de la directive européenne 93/42/CE relative aux dispositifs médicaux.

## 10. GARANTIE

Les Laboratoires URGO HEALTHCARE s'engagent à remplacer l'appareil défectueux\* dans les 2 ans à compter de la date d'achat. Sont exclus de la garantie :

- Les dommages entraînés par un usage non-conforme : non-respect des consignes d'utilisation, utilisation non conforme à l'usage prévu initialement, conditions ambiantes anormales, conditions d'exploitation non adaptées, surcharge ou défaut d'entretien ou de soin.
- Les dommages entraînés par une utilisation commerciale.
- Les dommages sur des produits vendus d'occasion.
- Les produits transformés ou modifiés.

\*Ceci exclut les consommables (électrodes, et autres accessoires d'électrothérapie consommables) lorsque ceux-ci sont sujets à une usure normale.

Cette garantie vient compléter les obligations de garantie existantes et n'affecte en rien vos droits statutaires en tant que consommateur.

Pour faire valoir la garantie, votre demande devra être accompagnée d'une preuve d'achat (ticket de caisse).



CONSIGNE POUVANT VARIER LOCALEMENT > WWW.CONSIGNESDETRI.FR



	Interdit aux personnes portant un stimulateur cardiaque.		Appareil de type BF : tout dispositif en contact avec le patient, sauf les dispositifs pour application cardiaque.
	Craint l'humidité.	<b>IP22</b>	Indice de protection de l'appareil.
	Fabricant.		Représentant autorisé dans l'Union européenne.
<b>CE 1639</b>	Marquage CE, Certificat délivré par SGS Belgique.	<b>LOT</b>	Numéro de lot.
	Date de fabrication.		Date d'expiration : date après laquelle le produit ne peut plus être utilisé.
	Limite de température.		L'emballage du produit doit être recyclé.
	ATTENTION : lire la notice (précautions et mises en gardes importantes).		Consultez les instructions d'utilisation.
	Limitation d'humidité.		Produit faisant l'objet d'une consigne de tri en vue du recyclage.
	Conservez à l'abri de la lumière et du soleil.	<b>ROHS</b>	Restriction de l'utilisation de certaines substances dangereuses dans les équipements électriques et électroniques.
	Pour protéger l'environnement, l'appareil ne doit pas être jeté avec les déchets ménagers à la fin de sa vie. Il doit être éliminé via les points de collecte des déchets d'équipements électriques et électroniques existants.		

Date de marquage CE : 2021  
Dernière révision de la notice : 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**  
Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao  
Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Distributeur en FRANCE :**  
Laboratoires URGO HEALTHCARE  
42 rue de Longvic  
21300 Chenôve - FRANCE  
Une question ? **03 80 447 457** - contact@urgo.fr

**Distributeur en BELGIQUE :**  
URGO SA/NV  
Chaussée de Ruisbroek 76  
1180 Bruxelles - BELGIQUE  
Une question ? contact@urgo.be


Type : PL-029C/PL-013 - article N° 533082

**CE 1639**

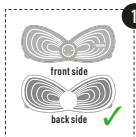
# QUICK START GUIDE BEFORE FIRST USE

## URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH

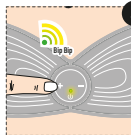
Read this manual carefully and comply with the instructions given in it. Read warnings and contraindications carefully.

 **It is recommended to fully charge the patch before first use.**

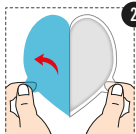
Use only the cable supplied and a CE-certified mains charger with the following output parameters: 5V and 0.3 - 2 A (printed on the charger). **Do not use fast chargers.**



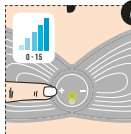
- 1 IDENTIFICATION OF THE PATCH FACES**  
On a table, place the back side of the patch in front of you (control box against the table).



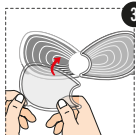
- 5 PROGRAM SELECTION**  
**3 programs** are available. Each program lasts **30 minutes**. For more details please refer to the manual. When you turn on the patch **PROGRAM 1** is selected by default: this program is recommended for 1<sup>st</sup> use. **To change the program, press the + button for a long time** (approx. 3 seconds, until you hear a series of beeps): 2 beeps indicate that program 2 is activated. Release the button. A further prolonged press will switch to program 3: 3 beeps.  
**To start the stimulation, go to the next step.**



- 2 ADHESIVE GEL REFILL PREPARATION**  
Open the bag and take a refill of adhesive gel. One refill corresponds to the right part of the patch and the other to the left part. Remove carefully the blue protective film, **making sure that the adhesive gel remains firmly in place on the transparent protective film**.  
If necessary, you can retain the gel with your finger. Keep the blue protective film you will need it to put it back on the patch after each use.



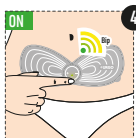
- 6 STARTING STIMULATION AND ADJUSTING THE INTENSITY**  
**Once you have selected your program, press only once and briefly on the + button to start stimulation.** Adjust the intensity by briefly pressing on the + and - buttons. If the feeling is uncomfortable or painful, decrease the intensity.  
**15 intensity levels are available.**



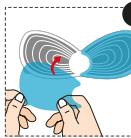
- 3 APPLYING GELS ON THE PATCH**  
Using the transparent protective film, place one of the gels on the patch correctly; making sure that **the tab of the gel is perfectly overlaid with the one of the patch**. Do the same with the 2<sup>nd</sup> gel by following again the steps 2 & 3.  
Once the two gels are positioned on the electrical circuits, remove the 2 transparent protective films making sure that the gel remains on the patch (if necessary, you can retain the gel with your fingers). **1 pair of adhesive gels = about 30 uses.**  
*(Comment : you can throw away the transparent protective film.)*



- 7 SWITCHING OFF THE PATCH**  
**At the end of the 30 minutes, the patch shuts down automatically.**  
If you want to switch off before the end of the session of 30 minutes, press briefly on the button . 3 sound signals and 3 green light signals indicate that the patch is switched off.



- 4 PATCH APPLICATION AND INITIATION**  
Apply the patch on the painful area, as shown in the illustration, and briefly press the button . 1 sound signal is heard and a green light lights up. **This is PROGRAM 1.**  
If you do not see a green light or hear a beep, it means that the patch is completely discharged. Recharge the patch using the supplied cable.



- 8 PATCH STORAGE**  
Before removing the patch, make sure it is switched off. Then **carefully** remove the patch, making sure that the gels remain on the electrical circuit (if necessary, you can retain the gel with your fingers). **Leave the adhesive gels on the patch and cover them with the preserved blue protective film.** Your patch is ready for the next use. Store the patch in the transportation box provided.  
For the next uses, remove the blue protective film and refer directly to step 4.

See the patch's setting up on the website:  
[urgo.com](http://urgo.com) or via the QR code



**COMMENT:** When the patch does not stick enough to the skin anymore, it is necessary to moisten the gels in order to extend their lifetime, as it is advised in the manual.

## URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH

EN

### SUMMARY

#### CONTENTS IN THE PACKAGE

1. PRESENTATION OF URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH
2. PREPARATION BEFORE USE
3. USE
4. CONTRAINDICATED APPLICATION ZONES/ MEDICAL CONTRAINDICATIONS / PRECAUTIONS FOR USE
5. CLEANING
6. STORAGE
7. QUESTIONS & ANSWERS
8. DISPOSAL
9. TECHNICAL SPECIFICATIONS
10. WARRANTY

Please read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

#### Contents in the package:



1 Rechargeable electro-stimulator



1 USB charging cable



1 Manual



1 Transportation box

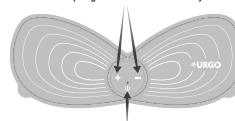


2 Pairs of adhesive gels\*

\* 1 adhesive gel: about 30 uses depending on skin type/pilosity

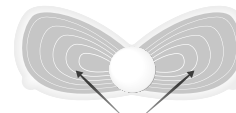
■ **Electro-stimulateur:** The electro-stimulator (the patch) is made of silicone rubber, thin and flexible.

Control of programs and of intensity level



ON/OFF button

FRONT SIDE

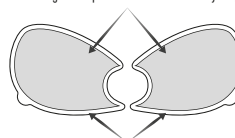


Electrical system

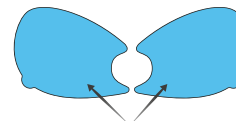
BACK SIDE

■ **Adhesive gel:** The adhesive surface is composed of a conductive hydrogel.

Adhesive gel composed of a conductive hydrogel



Protection film



Protection film

You can buy these conductive hydrogel in pharmacy.

Be sure that the conductive hydrogel you buy are compatible with the URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH.

■ **The electrode:** The electrical system and the hydrogel constitute together the electrode.

■ **Charging USB cable:**



Before any request, contact the Customer Service Department:

Contact in FRANCE:

Laboratoires URGO HEALTHCARE - Customer Service Department

42 rue de Longvic

21300 Chenôve - FRANCE

03 80 447 457 - email: contact@urgo.fr

## 1. PRESENTATION OF URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH

URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH works thanks to TENS Technology.

### 1.1 What is TENS technology and what does it consist of?

TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation) technology provides **pain relief** using an appropriate intensity electric current. It is a **non-drug method** daily **used in pain centers**.

Whatever the pathology, TENS Technology does not have the power to cure the cause of pain but to reduce or eliminate the sensation of pain.

The electrical current is transmitted by electrodes (the electrical system and the hydrogel together) placed on the surface of the skin. It creates an electrical excitation of the nerves. Pain is reduced through two **actions**:

- **IMMEDIATE**: The reduction of pain transmission to the spinal cord, in other words: "gate control" effect.
- **LASTING**: The increase in the secretion of endorphins, natural hormones secreted by the brain.

Treatment with TENS technology provides an immediate and lasting pain relief.

**All TENS programs are efficient: this method has been scientifically tested and approved by the medical profession.**

### 1.2 Indications

**Before using electrotherapy, it is necessary that a health professional has diagnosed the origin and reason of your pain. Your pharmacist or doctor can give you instructions on how to perform electrotherapy self-treatment.**

Be sure not to use this patch on an unauthorized area, see chapter 4.1. Apply the device only on healthy, clean skin, without cream or greasy lotion.

It is recommended that the usage of the patch by mentally or physically impaired people takes place under the supervision of a responsible adult.

URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH is indicated for chronic pelvic (lower abdominal) pain (e.g. endometriosis (program 3)) and for primary dysmenorrhea, i.e. menstrual pain that is not caused by any underlying gynecological disorder (programms 1 and 2). The pain begins before or at the beginning of the menstrual period, and most of the time it last from one to three days and it is manifested by cramps in the lower abdomen, which sometimes extend to the lumbar region.

### 1.3 How to choose your program and intensity level?

3 programs are available and each has 15 intensity levels. Each program lasts 30 minutes. The patch automatically turns off at the end of a program.

You should increase the intensity until the feeling of electrical stimulation provided by the patch is felt strongly without ever becoming painful. If the stimulation becomes painful, the intensity should be reduced. The program that you will choose should not provoke you:

- Painful sensations during the session.
- Significant muscle contractions (if the patch causes contractions, decrease the intensity and, if this is not enough, turn off the patch and reposition it by moving a few centimeters).
- Sensations of electric burns.

Each program can be set at intensity between 1 and 15. Always start the stimulation at a low intensity and gradually increase it until you **find the one that will give you the best relief**. Depending on the program used, this intensity may vary. The nervous system is very quickly accustomed to the current. During the first 5 minutes of a program or after several uses you may find that your sensitivity to stimulation decreases, and this is completely normal. Do not hesitate to increase the intensity to find a stronger stimulation level, but it has to stay painless.

- The perception of electrical stimulation is different for each person. **It is therefore recommended to TRY EACH PROGRAM in order to identify the one that offers you the best relief and comfort.** Depending on the type of pain you want to relieve with the electrotherapy patch, the program that works best for you may be different.

### Description of the 3 Electrotherapy Patch programs:

Program	1.	2.	3.
<b>Mode</b>	Combined.	Conventional continuous.	Conventional discontinuous.
<b>Benefits</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quick and lasting pain relief.</li> <li>• Avoids the accoutumance.</li> </ul>	Quick pain relief.	Quick pain relief.
<b>Effects felt</b>	Alternation of vivid tingling sensation and pulsations associated with muscle micro-contractions.	Sensation of vivid tingling.	Sensation of vivid tingling.
<b>How does it work ?</b>	This program uses the Conventional TENS Mode at different frequencies (60 Hz, 80 Hz et 100 Hz) in continuous and discontinuous mode. The high-frequency intermittent stimulation with a fixed periodicity (2 Hz) is a Burst Mode that simultaneously activates 2 mechanisms of pain relief: gate control and release of endorphins.	It is a high frequency electrical stimulation (100 Hz) that directly excites the sensory nerves, thus blocking the transmission of the "pain" signal to the brain. Pain is relieved thanks to the so-called "gate control" effect.	It is a high frequency electrical stimulation (85 Hz) that directly excites the sensory nerves, thus blocking the transmission of the "pain" signal to the brain. Pain is relieved thanks to the so-called "gate control" effect.
<b>Duration (min)</b>	30	30	30

Program	1.	2.	3.
Current Type		Bidirectional.	
Frequency (Hz) <sup>1</sup>	Phase 1: 100 Hz Phase 3: 80 Hz Phase 5: 60 Hz	Phase 2: 100 Hz Phase 4: 80 Hz Phase 6: 60 Hz	100
Pulse duration, (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Mode <sup>3</sup>	DISCONTINUOUS & BURST The 3 frequency use (60 Hz, 80Hz and 100Hz) in the discontinuous mode & burst mode allows creating 6 different stimulation phases that last 1 minute each and are alternating during the program. Short pauses (1 s) are provided at the end of each phase to make stimulation more comfortable and enjoyable. <b>Phase 1:</b> DISCONTINUOUS (5 s ON and 1 s OFF) <b>Phase 2:</b> BURST 2 Hz (Work phase = 0,25 s; Pause phase = 0,25 s) <b>Phase 3:</b> DISCONTINUOUS (5 s ON and 1 s OFF) <b>Phase 4:</b> BURST 2 Hz (Work phase = 0,25 s; Pause phase = 0,25 s) <b>Phase 5:</b> DISCONTINUOUS (5 s ON et 1 s OFF) <b>Phase 6:</b> BURST 2 Hz (Work phase = 0,25 s; Pause phase = 0,25 s) Total duration of each phase = 1 min Work time = 59 s; pause time 1 s.	CONTINUOUS (no cycles)	DISCONTINUOUS (3 s ON and 1 s OFF)
Graph			
Battery life <sup>4</sup>	5 hours.	4 hours.	3 hours.

<sup>1</sup>Frequency (F) - measured in Hertz (Hz). This is the indicator that tells you how many times per second the stimulation will be performed. For example if frequency is 2 Hz, this means that you will be stimulated 2 times per second.

<sup>2</sup>Pulse duration (L) - measured in microseconds (µs). This is the duration of each stimulus, expressed in microseconds (µs). Each second has one million of microseconds in it.

<sup>3</sup>The mode can be CONTINUOUS or DISCONTINUOUS. CONTINUOUS: it is an uninterrupted stimulation. DISCONTINUOUS: the program includes short breaks between cycles to make the stimulation more comfortable and pleasant. To know how to run the different programs and adjust the intensity level, please, see section 3 "USE".

<sup>4</sup>Use at the highest intensity level.

### Usage advices:

If you wish, you can walk and go about your daily business while wearing the URGO Electrotherapy Painful Periods Rechargeable patch. As long as the patch remains well stuck, this should not pose a problem.

It is up to you to choose the program (s) that best suit you in terms of efficiency and comfort. Indeed, multiple factors will influence the sensory perception of the program (area concerned, sensitivity of your skin, fat mass, level of hairiness on the area to be treated, atmospheric humidity, etc.). The preferences of the same person can also change from one day to another.

For severe pain that requires fast relief, use by preference PROGRAMS 2 & 3 (conventional) as the first intention.

When the pain is less severe and to achieve lasting relief, use by preference PROGRAM 1.

For chronic pelvic pain (e.g. endometriosis) preferably use PROGRAM 3.

**Number of sessions:** as much as needed using the program that gives you the best relief, taking care to remove the patch between each session to let your skin rest and spacing the sessions by half an hour if possible.

In case of skin irritation, stop the treatment immediately and let your skin rest. If skin irritation persists and if you experience itching or irritation, consult your doctor before resuming use.

## 2. PREPARATION BEFORE USE

### BEFORE EACH USE:

- Be sure to apply the patch in accordance with the contraindications in section 4.
- Ensure that your skin is clean and free of creams or oils. Only in this way the patch can work optimally.
- Do not apply the patch on top of clothes.
- For an optimal effect, the patch electrodes must be in full contact with the skin.
- Make sure the patch is charged before starting the session: briefly press the "⏻" button: you will hear a "beep" sound and green light will light up. If you do not hear the sound neither see the green light, it means that your patch is completely discharged.
- Do not use the device while it is charging.

### PATCH CHARGING:

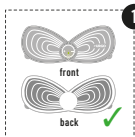
- The green light of the device will flash during charging and remain lit continuously once charging is complete.
- It is recommended to fully charge the patch before the first use.
  - Use only the cable supplied.
  - Use a suitable power supply: an electrical socket or a USB port (for example, that of a laptop or tablet). When charging from an electrical socket, use only a CE-certified mains charger for domestic use with the following output parameters: 5.0 V and 0.3-2 A (printed on the charger).
  - Do not use fast chargers: these types of chargers are incompatible with the patch and may damage the battery.
- Do not touch the electrodes during charging.
- This device contains a lithium battery. If the unit overheats during charging, stop charging and inform the distributor.

### TO PRESERVE THE BATTERY:

- The patch must be charged and discharged at least once every 3 months.

Find our manual in video on [www.urgo.com](http://www.urgo.com)

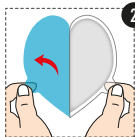
### 3.1 Starting with URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH



1

#### IDENTIFICATION OF THE PATCH FACES

On a table, place the back side of the patch in front of you (control box against the table).



2

#### ADHESIVE GEL REFILL PREPARATION

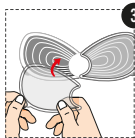
For the application of the gel, the patch must be turned off.

Take out the two adhesive gel refills by opening the bag using the notch provided for this purpose, and without using scissors.

Take a refill of adhesive gel: one refill corresponds to the right part of the patch and the other to the left part. Remove carefully the blue protective film, **making sure that the adhesive gel remains firmly in place on the transparent protective film.** (If necessary, you can retain the gel with your finger.)

Make sure the adhesive gel does not have any defects (missing gel part, damaged gel, etc.) as this may cause skin irritation during use.

**Keep the blue protective film you will need it to put it back on the patch after each use.**



3

#### APPLYING GELS ON THE PATCH

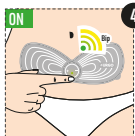
Using the transparent protective film, place one of the gels on the patch correctly; making sure that the **tab of the gel is perfectly overlaid with the one of the patch.** Do the same with the 2<sup>nd</sup> gel by following again the steps 2 & 3.

Once the two gels are positioned on the electrical circuits, remove the 2 transparent protective films making sure that the gel remains on the patch (if necessary, you can retain the gel with your fingers). **1 pair of adhesive gels = about 30 uses**

(Comment : you can throw away the transparent protective film.)

#### PATCH APPLICATION

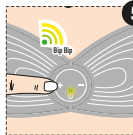
**Apply the patch on the painful area.** Make sure your skin is healthy and **has not been treated with creams or lotions** and is not particularly hairy. Press firmly to ensure good skin contact.



4

#### PATCH INITIATION

**To turn on the patch, briefly press the button "⏻":** 1 sound signal is heard and a green light lights up. **This is PROGRAM 1.** If you do not see a green light or hear a beep, it means that the patch is completely discharged. Recharge the patch using the supplied cable.



5

#### PROGRAM SELECTION

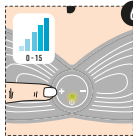
**3 programs** are available. Each program lasts **30 minutes**. For more details, refer to section 1.3.

When you turn on the patch **PROGRAM 1** is selected by default: this program is recommended for 1<sup>st</sup> use.

**To change the program, press the "+" button for a long time** (approx. 3 seconds, until you hear a series of beep): 2 beeps indicate that **PROGRAM 2** is activated. Release the button. **A further prolonged press** will switch to program 3: 3 beeps.

To return to the previous program press and hold the "-" button (about 3 seconds) until you will hear a series of beeps. **To start the stimulation, go to the next step.**

1 beep: Combined Program // 2 beeps: Conventional continuous Program // 3 beeps: Conventional discontinuous Program.



6

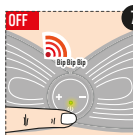
#### STARTING STIMULATION AND ADJUSTING THE INTENSITY

**Once you have selected your program, press only once and briefly on the "+" button to start stimulation.** Adjust the intensity by briefly pressing on the "+" and "-" buttons.

The adjustment of the intensity is individual and depends on the area to treat. Gradually increase the intensity until you feel a sensation of electrical stimulation that is well pronounced but not painful. If the feeling is uncomfortable or painful, decrease the intensity. Indeed, increasing stimulation intensity to a level that is too high can trigger pain and muscle contractions that are undesirable and do not bring additional efficiency. **15 intensity levels are available.**

Once the intensity has reached the highest or lowest level, the LED light and beep sound are emitted twice instead of once.

① If you hear a series of beeps during the session while you didn't touch the patch and in the same time the patch stops working, it means that the patch is not sufficiently in contact with the skin. The patch must be reapplied in order that the electrodes are fully in contact with the skin and you should restart the running program by briefly pressing the "+" button. The program will resume where it stopped but you will have to adjust the intensity level again.

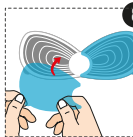


7

#### SWITCHING OFF THE PATCH

**At the end of the 30 minutes, the patch shuts down automatically.**

If you want to switch off before the end of the session of 30 minutes, press **briefly** on the button "⏻". 3 sound signals and 3 green light signals indicate that the patch is switched off.



8

#### PATCH STORAGE

Before removing the patch, make sure it is switched off. Then carefully remove the patch, making sure that the gels remain on the electrical circuit (if necessary, you can retain the gel with your fingers). **Leave the adhesive gels on the patch and cover them with the preserved blue protective film.** Your patch is ready for the next use. Store the patch in the transportation box provided.

For the next uses, remove the blue protective film and refer directly to STEP 4.

### 3.2 Maintenance and replacement of adhesive gels

#### ❗ Extending gel pad's lifetime

When the patch does not stick enough to the skin anymore, it is necessary to moisten the gels in order to extend their lifetime. Put a few drops of water on the entire surface of the gels but without wetting the central control box.

- Be careful not to leave some debris on the top of the gel (do not use a paper tissue).
- Wait until all the water has been absorbed by the gel before using the patch again.

#### ❗ Replacing the gel pad

- One gel allows about 30 uses.
- To change the adhesive gel, roll it over itself with your fingers.
- Check that there are no residues left on the electrical circuits before repositioning a new adhesive gel.
- Use this device only with compatible adhesive gels with URGO Electrotherapy Painful Periods Rechargeable patch. If any doubt, ask your pharmacist for advice.

### 3.3. Where to use the URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH?



#### Abdominal pain

The patch must directly be placed on the painful area: low belly, down the belly button.



#### Low back pain

In the case of low back pain, make sure to position the electrodes from both sides of spine, so that the control box is placed on the spine.

For some locations, particularly for back pains, you may need the help of a third person.

## 4. CONTRAINDICATED APPLICATION ZONES / MEDICAL CONTRAINDICATIONS / PRECAUTIONS FOR USE


The device is not a substitute for medical consultation or treatment. Consult your pharmacist or your doctor first if you have any doubt.

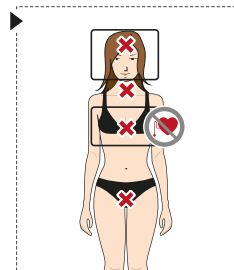
### ⚠️ 4.1 Contraindications application zones

- Do not apply near the heart or torso as electrical signals may interfere with electrical signals from the heart.
- Do not apply in front of or on the sides of the neck (carotid, throat) because electrostimulation could trigger laryngeal and pharyngeal spasms leading to breathing problems. Stimulation of the carotid artery can cause a slow heart rate or unusually low blood pressure in people with blood vessel problems.
- This patch is not designed for an application on the head.
- Do not use on the genitals.

■ To sum-up do not use the patch on the following areas:

### 4.2 Medical contraindications

- Do not use if you have an implanted device (pacemaker, insulin pump, glucose meter, implanted defibrillator...), as URGO Electrotherapy Painful Periods Rechargeable patch may interfere with the operation of these devices.
- Do not apply on **skin lesions** (irritated skin, rash, postoperative wound, recent scar, presence of staples, traumatic wound, venous and arterial ulcer, diabetic wound, burns ...) as electrostimulation may aggravate cutaneous irritation or disrupt healing.
- In case of skin **sensitivity problems** in the lower abdomen or back, do not apply the patch to avoid a risk of secondary burns as a result of setting the intensity too high, because of the lack of sensitivity.
- Do not apply **on or near a cancerous or infected lesion** as the current produced may promote the spread of cancer cells to other parts of the body.
- This device is not intended and should not be used by a pregnant woman. 



### 4.3 For precaution ask for a medical or pharmaceutical advice

- In case of epilepsy or suspicion of epilepsy because electro stimulation could promote the occurrence of epileptic seizures.
- In case of heart problems because the electrical signals can interfere with the electrical signals of the heart.
- In case of fever over 39 °C because it could impact your watchfulness.

### 4.4 Precautions of use

- Do not use this device while driving (cars, machines...), or in case of activity where electrical stimulation or involuntary muscle contraction may be dangerous.
- Do not use this device while you sleep in order to avoid the risk of pain, inflammation, or burn due to excessive intensity adjustment that you would not be able to control for lack of alertness.
- Do not use this device in areas with staples, implants, or any metal parts in order to avoid the risk of burns or pain.
- Do not use this device in highly humid areas such as a bathroom or when you are bathing or showering.
- For hygienic reasons, do not share your adhesive gels with others.
- Keep out of children's reach and sight: they must not play with the device.

### 4.5 Adverse effects

- Light skin rash or irritation may occur in the area of application of the patch, this reaction is normal if temporal reaction. They are explained by the localized increase in blood flow. If you experience these symptoms, do not reapply the patch in the same area while the redness persists.
- Stop treatment immediately in case of skin irritations, burns or allergic reactions that may occur in the area of application of the device due to electrical stimulation or the adhesive gel.
- If you experience any other side effects, stop using the patch and report them to your doctor or pharmacist.



## 4.6 Interactions

- Do not use this device in the presence of electronic monitoring equipment (e. g. heart monitor, ECG alarm) or while performing an electrocardiogram or electroencephalogram. Electronic equipment may not operate properly when the patch is on.
- Be aware of the potential risk of burns if you take alcohol, analgesic or anti-inflammatory drugs at the same time, as they may affect your skin sensitivity. This is not a contraindication.

## 5. CLEANING

After use, if needed, the front side of the patch can be cleaned with a soft cloth slightly moistened:

- To clean the patch, make sure that the USB charging cable is unplugged.
- Do not use chemical detergents or abrasives. If the patch is very dirty, you might use a slightly soapy solution.
- Make sure that water does not get inside. If this should happen, do not use the device until it is completely dry.
- The back side of the patch, with adhesive gels, does not require cleaning.
- Cleaning and maintenance must be carried out under the supervision of a responsible adult if the user is mentally or physically impaired person.

## 6. STORAGE

- Keep this product away from moisture, high temperatures and direct sunlight, in its storage box.
- Keep the blue protective films to replace them on the patch after each use.

## 7. QUESTIONS & ANSWERS

Problems/Questions	Possible cause	Solution
The patch does not emit signal or does not start.	<ul style="list-style-type: none"> <li>The patch is totally discharged.</li> <li>The patch has an operating problem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Charge the patch with the cable provided in the packaging.</li> <li>Contact the consumer service of URGO, in France: <a href="mailto:contact@urgo.fr">contact@urgo.fr</a> and in Belgium: <a href="mailto:contact@urgo.be">contact@urgo.be</a></li> </ul>
You do not feel any stimulation.	<ul style="list-style-type: none"> <li>The intensity level is too low.</li> <li>The patch is discharged.</li> <li>The gel needs to be re-humidified.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Increase the intensity level thanks to the "+" button.</li> <li>Charge the patch using the charging cable provided in the package and a CE-certified mains charger.</li> <li>Humidify the adhesive gels as indicated in section 3.2</li> </ul>

Problems/Questions	Possible cause	Solution
Electrodes give an unpleasant sensation.	<ul style="list-style-type: none"> <li>The intensity level is too high.</li> <li>The electrode adhesive gel does not stick enough or is damaged and doesn't have a sufficient contact with the skin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Decrease the level of intensity with the button "⊖".</li> <li>Clean and dry your skin. If the patch do not correctly stick to your skin, humidify the gels as indicated in part 3.2.</li> <li>If the problem is persistent, change the adhesive gel and verify it covers all the electrical circuit/electrodes of the stimulator before use.</li> </ul>
One side of the patch sends stronger stimuli than the other.	<ul style="list-style-type: none"> <li>It is possible that every area of your body reacts differently.</li> <li>The patch does not adhere properly to the skin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>If this sensation is unpleasant, reposition the patch.</li> <li>Verify the good contact between the patch and your skin.</li> <li>Clean and dry your skin. If the patch does not stick correctly to your skin, humidify the gels as indicated in section 3.2.</li> <li>If the problem persists, change the adhesive gel and make sure it covers all the surface of electrical circuit of the stimulator before use.</li> </ul>
What should I do if the patch, without pressing any buttons, emits a series of beeps during the session?	<ul style="list-style-type: none"> <li>The patch does not properly adhere to the skin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>You must stick the patch again so the electrodes are completely in contact with the skin and start the program again by briefly pressing the "+" button.</li> <li>Your program will resume where it left off and you will need to adjust the intensity again.</li> </ul>
During the session I feel that the intensity decreases without touching the patch. Is this normal?	<p>Several causes are possible:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>The patch is not in contact with the skin.</li> <li>The patch is discharged.</li> <li>During the session you may get used to the intensity level, increase it with the "+" button.</li> <li>The gels must be moisten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verify the good contact between the patch and your skin.</li> <li>The battery can be almost discharged, recharge the patch using the cable provided.</li> <li>You can get used to the intensity during the session, increase it with the "+" button.</li> <li>Humidify the adhesive gels as indicated in section 3.2</li> </ul>
The patch does not adhere properly to the skin. What am I supposed to do?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cream or body milk may decrease the gels adhesiveness.</li> <li>The gels must be moisten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>First, clean and dry your skin.</li> <li>If your patch still does not adhere properly, moisten the gels as described in section 3.2.</li> <li>If the problem persists, replace the gels and check that they cover the entire electrical circuit of the electrostimulator before using it again.</li> </ul>

Questions	Answers
The treated area becomes red. Is it normal?	Temporary redness of the skin under the electrodes is benign, normal and it is explained by the localized increase of blood flow. You may have removed the patch too quickly from the skin and this could be causing redness as well. Try to remove the patch more gently next time. If skin irritation persists and you experience itching or irritation, an allergy may be the cause. Consult your doctor before using the device again.
Is it possible to apply the patch on clothing?	No, the program will be blocked because the electrical circuit is not closed: the clothes act as an insulating layer and prevent the circuit from closing. The patch (with adhesive gel) must be in direct contact with the skin.
Can I remove the patch without stopping it?	No, you have to turn off the patch first (press the "on/off" button), then after hearing 3 beep, remove the patch.
Can I use the patch to prevent the pain?	No. The patch does not prevent the pain. Use it from first symptoms.
Can I practice sports while wearing the patch?	You can walk and go about your daily activities while wearing the URGO ELECTROTHERAPY PAINFUL PERIODS RECHARGEABLE PATCH. As for practicing sports, as long as the patch remains firmly on your skin, it is not a problem, but if you sweat or move a lot, the adherence will probably decrease and so decrease or delete the patch's efficiency.
Can I use the patch if someone is wearing an implanted electronic or cardiac device?	Yes.
Can I apply the patch on a caesarean section scar?	You can apply the patch on a scar that is older than 6 months, if the scar is more recent than 6 months, we advise you not to apply the patch.
Will I feel the effects of the patch homogeneously even if I apply the patch on a scar?	Not necessarily, small superficial nerve fibers may have been damaged and interfere with sensations relating to the effects of the patch. Either way, don't place the patch on scars that are less than 6 months old.
How long after delivery can I use the patch?	You will be able to apply the patch after 8 weeks. But in the case of a caesarean scar less than 6 months old, we advise you not to apply the patch.
During my periods, I often feel more pain on one side than on the other, how should I apply the patch in this case?	In this case, the patch should be applied as close as possible to the painful area. However, even when placed in the center of the belly, the patch will continue to be effective for painful menstruation.
After sticking the gels on the electrical circuits, I can see small air bubbles. Is that bad?	No, the presence of small air bubbles on the electrical circuit does not interfere with the proper functioning of the patch. Make sure the gel is globally well stuck.
The adhesive gels were slightly damaged at the periphery (for example, when removing the transparent film): will the patch work less efficiently?	Even if the gels are slightly damaged at the periphery, the patch will work correctly provided that the electrical circuits are well covered.
Can I use the mains charger of my mobile phone?	Yes, if it is certified and delivers the current with the following output parameters: 5V and 0.3-2A (printed on the charger).
Can I use a fast charger?	No, because a fast charger is not compatible with the patch and may damage it.
Can I use my mobile phone cable?	No, use the cable supplied in the package.

## 8. DISPOSAL

For environmental reasons, do not dispose URGO Electrotherapy painful periods rechargeable patch in the household waste at the end of its lifespan. Dispose of the unit at a suitable local collection or recycling point. Dispose of the device in accordance with EC Directive - WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). If you have any questions, please contact the local authorities responsible for waste disposal.

## 9. TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model/type	URGO Electrotherapy Painful Periods Rechargeable patch
Power supply	Powered by internal 3.7V Li-ion battery
Waveform and wave shape	Biphasic rectangular waveform
Pulse duration	0 -200µs (Microseconds)
Pulse frequency	1 - 100 Hz ± 15%
Maximum voltage	Max. 16V+/- 20% (at 500 ohm load)
Treatment time	30 minutes
Output intensity	0 to 15 levels, adjustable
Programs	3 programs
Typical operation time of battery	About 240 minutes depending on the program used after full charge
Behaviour of the equipment while the rechargeable internal electrical power source is charging:	The indication light will blink during charging and will be still with full capacity
Typical service life of battery	300 times of recharging
Normal working ambient temperature	5°C to 40°C
Storage and transport ambient temperature	-25°C to +70°C
Atmospheric pressure for use and storage	70kPa-106kPa
Weight	30g
Automatic shut off	30 minutes
Degree of protection against electric shock	Type BF applied part
Type of protection against electric shock	Internally powered equipment
IP code	IP22: The device is protected against foreign object ≥ 12.5mm and from vertical falling water drops when device is tilted up to 15°
Number of reuse electrode adhesive gel	30 times
Expiry date of electrode adhesive gel	Indicated on electrode adhesive gel
Mode of operation	Continuous/discontinuous operation
Software version	AO
The time required for the equipment to warm from the minimum storage temperature between uses until it is ready for intended use	30 minutes
The time required for the equipment to cool from the maximum storage temperature between uses until it is ready for intended use	15 minutes
USB cable for charging	Please use output DC5V and output current 0.3-2.0A cable for charging
Normal working ambient humidity	15%RH-90%RH
Storage and transport ambient humidity	0%RH-90%RH
Electrode surface area	48cm <sup>2</sup>

**NOTE: NOT INTENDED TO BE STERILIZED.**

**Not for use in an OXYGEN RICH ENVIRONMENT  
For example, to use stimulator in a hyperbaric oxygen chamber or in an oxygen treatment environment is prohibited.**

This device complies with European standards EN60601-1, EN60601-1-2, EN60601-1-11 and EN60601-2-10 is subject to special precautions regarding electromagnetic compatibility. Note that portable and mobile RF communication equipment can affect this unit. More details can be requested from the stated Customer Service address.

The device meets the requirements of European Directive 93/42/EC concerning medical devices.

## 10. WARRANTY

















Laboratoires URGO Healthcare commits to replace the defective device\* within 2 years from the date of purchase. The following are excluded from the guarantee:

- Damage caused by improper use: failure to comply with the instructions for use, use not in accordance with the original intended use, abnormal environmental conditions, unsuitable operating conditions, overloading or lack of maintenance or care.
- Damage caused by commercial use.
- Damage on the products that were purchased as second-hand products.
- Processed or modified products.

\*This excludes consumables (adhesive gels and other consumable electrotherapy accessories) when they are subject to normal wear and tear.

This warranty is in addition to the existing warranty obligations and does not affect your statutory rights as a consumer.

To claim the warranty, your request must be accompanied by a proof of purchase (receipt).

	Prohibited for persons wearing a pacemaker.		Type BF applied part: any device in contact with the patient, except devices for direct cardiac applications.
	Keep the product in a dry place.	<b>IP22</b>	IP code of the device.
	Manufacturer.		Authorised Representative in the European Community.
<b>CE 1639</b>	CE marking, Certificate issued by SGS Belgium.		Batch code.
	Date of manufacture.		Expiry date: date after which the product may not be used.
	Permissible temperature condition.		Product package should be recycled.
	CAUTION: read instructions for use (important precautions and warnings).		Read instructions for use.
	Humidity limitation.		Product subject to a sorting order for recycling.
	Keep away from sunlight.	<b>ROHS</b>	Restriction of the use of certain hazardous substances in electrical and electronic equipment.
	To protect the environment, the device and its battery must not be discarded with the household refuse at the end of its life. It must be disposed of via the existing collection points.		

Date of CE marking: 2021

Last revision of the notice: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**

Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao  
Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Distributor in FRANCE:**

Laboratoires URGO HEALTHCARE

42 rue de Longvic

21300 Chenôve - FRANCE

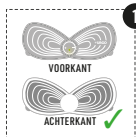
A question ? **03 80 447 457** - [contact@urgo.fr](mailto:contact@urgo.fr)

Type : PL-029C/PL-013- article N° 553082

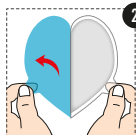
Lees aandachtig de handleiding voor gebruik en respecteer de instructies. Lees de voorzorgsmaatregelen en contra-indicaties.

 **Wij raden u aan de patch volledig op te laden voor het eerste gebruik.**

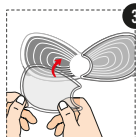
Gebruik alleen de meegeleverde kabel en een CE-gecertificeerde netoplader met de volgende uitgangsparameters (output): 5 V en 0,3 - 2 A (gedrukt op de oplader). **Gebruik geen snelopladers.**



- 1 IDENTIFICATIE VAN DE ZIJDEN VAN DE PATCH**  
Leg de patch met de achterkant naar boven op een tafel (bedieningspaneel op tafel).



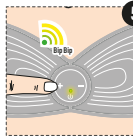
- 2 VOORBEREIDING VAN DE NAVULLING ZELFKEVENDE GEL**  
Open het zakje en neem de navulling zelfklevende gel eruit. De ene navulling komt overeen met het rechterdeel van de patch en de andere navulling met het linkerdeel. Verwijder voorzichtig de blauwe beschermlaag en zorg ervoor dat de zelfklevende gel op de transparante beschermlaag blijft zitten.  
*(Indien nodig houdt u de gel met uw vinger op zijn plaats).*  
Bewaar de blauwe beschermlaag om deze na gebruik op de gel te plaatsen.



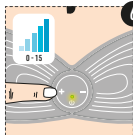
- 3 AANBRENGEN VAN DE GEL OP DE PATCH**  
Met de transparante beschermlaag plaatst u de gel correct op de patch, let erop dat het lipje van de gel precies op het lipje van de patch zit. Herhaal de stappen 2 en 3 met de andere gel. Als de twee gevullingen op de elektrische circuits zijn geplaatst, verwijdert u de 2 beschermlagen en let erop dat de gel goed blijft zitten. *(Indien nodig houdt u de gel met uw vinger vast).*  
**1 set zelfklevende gel = ongeveer 30 toepassingen**  
*(Opmerking: u kunt de transparante beschermlaag weggoeien)*



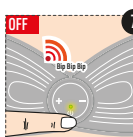
- 4 AANBRENGEN EN INSCHAKELLEN VAN DE PATCH**  
Bring de patch aan op de pijnlijke zone zoals aangegeven in het schema en druk kort op de knop. U hoort 1 piep en er gaat 1 groen lampje branden.  
**Het apparaat staat op PROGRAMMA 1.**  
Als u geen groen lampje ziet en geen piep hoort, is uw patch helemaal leeg. Laad de patch op met de meegeleverde kabel.



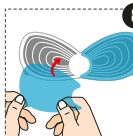
- 5 PROGRAMMAKEUZE**  
Deze patch heeft 3 programma's. Elk programma duurt 30 minuten.  
Voor meer informatie, zie de volledige gebruiksaanwijzing. Bij inschakeling van de patch wordt standaard automatisch **PROGRAMMA 1** gekozen: dit programma wordt in eerste instantie aanbevolen. Om het programma te veranderen, drukt u lang op de knop " + " (ongeveer 3 seconden tot u een serie pieps hoort): 2 pieps betekent dat programma 2 is geactiveerd. Laat de knop los. Door nogmaals lang te drukken gaat u naar programma 3: 3 pieps.  
Om de stimulatie opnieuw te starten, gaat u naar de volgende stap.



- 6 STARTEN VAN DE STIMULATIE EN INSTELLEN VAN DE INTENSITEIT**  
Nadat u een programmeerkeuze hebt gemaakt, drukt u een keer kort op de knop " + " om de stimulatie te starten. Stel de intensiteit in door kort te drukken op de knoppen " + " en " - ". Als het pijn doet, verlaagt u de intensiteit.  
Er zijn 15 intensiteitsniveaus beschikbaar.



- 7 STOPPEN VAN DE PATCH**  
Na 30 minuten schakelt het apparaat automatisch uit.  
Als u het apparaat uit wilt schakelen voordat de 30 minuten verstreken zijn, drukt u kort op " ⏻ ": 3 pieps en 3 lichtsignalen geven aan dat het apparaat is gestopt.



- 8 OPBERGEN VAN DE PATCH**  
Voordat u de patch verwijdert, moet u de uitschakeling controleren. Verwijder de patch voorzichtig en controleer of de gel op het elektrische circuit blijft zitten (houdt indien nodig de gel met uw vinger vast). Laat de gel op de patch zitten en dek af met de blauwe beschermlaag. Uw patch is nu klaar voor een volgende toepassing. Berg de patch op in de transportbox.  
Voor het volgende gebruik verwijdert u de blauwe beschermlaag en gaat u direct naar stap 4.

Demonstratie van het aanbrengen van de patch op:  
[www.urgo.be](http://www.urgo.be) of met de QR code



**OPMERKING:** Als de patch niet goed meer aan de huid hecht, moet u de gel vochtig maken voor een langere levensduur zoals wordt aanbevolen in de gebruiksaanwijzing.



## URGO NAVULBARE ELEKTROTHERAPIE PIJNLIJKE MENSTRUATIE

NL

### INHOUD

#### INHOUD VAN DE VERPAKKING

1. PRESENTATIE VAN DE URGO NAVULBARE PATCH ELEKTROTHERAPIE PIJNLIJKE MENSTRUATIE
2. VOORBEREIDING VOOR GEBRUIK
3. GEBRUIK
4. GECONTRA-INDICEERDE TOEPASSINGSZONES/MEDISCHE CONTRA-INDICATIES/VOORZORGSMATREGELEN VOOR GEBRUIK
5. REINIGING
6. OPSLAG
7. VRAGEN - ANTWOORDEN
8. VERWIJDERING
9. TECHNISCHE EIGENSCHAPPEN
10. GARANTIE

Lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig en bewaar hem voor later gebruik. Zorg dat de gebruiksaanwijzing voor andere gebruikers beschikbaar is en houdt u aan de informatie die erin is opgenomen.

#### Inhoud van de verpakking:



1 Navulbare elektrostimulator



1 USB laadkabel



1 Gebruikersgids



1 Transportbox

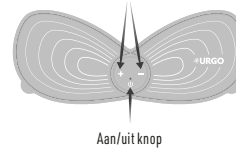


2 Sets zelfklevende gel \*

\* 1 set zelfklevende gel: ongeveer 30 toepassingen afhankelijk van het type huid

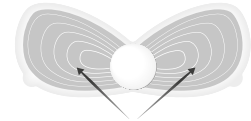
■ **Elektrostimulator:** De elektrostimulator (de patch) bestaat uit fijne, flexibele siliconen gom.

Instelling van de programma's en de intensiteit



Aan/uit knop

VOORKANT

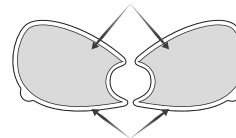


Elektrisch circuit

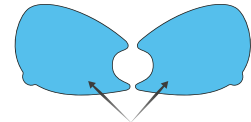
ACHERTKANT

■ **Zelfklevende gel:** De zelfklevende oppervlakte bestaat uit geleidende hydrogel.

Zelfklevende gel bestaande uit geleidende hydrogel



Beschermend laagje



Beschermend laagje

Deze zelfklevende gel is te koop in de apotheek.

Zorg dat u gel koopt die compatibel is met de URGO Navulbare patch Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie.

■ **De elektrode:** Dit is het geheel van het elektrische circuit en de gel.

■ **USB-laadkabel:**



Als u vragen hebt, kunt u contact opnemen met de klantendienst:

Contact voor BELGIË:  
URGO SA/NV  
Chaussée de Ruisbroek 76  
1180 Bruxelles - België  
E-Mail: [contact@urgo.be](mailto:contact@urgo.be)

## 1. PRESENTATIE VAN DE URGO NAVULBARE PATCH ELEKTROTHERAPIE PIJNLIJKE MENSTRUATIE

De URGO Navulbare patch Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie werkt met de technologie TENS.

### 1.1 Wat is elektrotherapie (TENS) en waaruit bestaat dit?

De medische technologie TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, in het Nederlands transcutane elektrische neurostimulatie) biedt verlichting bij pijn met behulp van elektrische stroom aan een specifiek aangepaste spanning. Deze niet-medicamenteuze methode wordt dagelijks gebruikt in **Pijncentra**.

Ongeacht de aandoening vermindert elektrotherapie de pijn, maar behandelt de oorzaak ervan niet.

De elektrische stroom wordt overgebracht via elektroden (het elektrische circuit met de gel) die op de huid worden geplaatst. Dit creëert elektrische spanning in de zenuwen. De pijn wordt door twee **werkingsmechanismen** verminderd:

- **ONMIDDELIJK:** de vermindering van de transmissie van de pijn naar het ruggenmerg, met andere woorden: een "poort" effect (gate control).
- **DUURZAAM:** de verhoging van de afgifte van endorfines, natuurlijke pijnstillende hormonen die worden afgescheiden door de hersenen.

De behandeling met elektrotherapie verlicht de pijn direct en en duurzaam.

Alle elektrotherapie programma's zijn efficiënt: ze zijn wetenschappelijk bewezen, de technologie is goedgekeurd door de medische wereld.

### 1.2 Indicaties

Voordat u elektrotherapie gebruikt, moeten de oorzaak en reden van uw pijn tijdens uw menstruatie door uw arts worden gediagnosticeerd. Uw apotheker of arts kan u instructies geven over het gebruik van elektrotherapie als zelfbehandeling.

Zorg dat u deze patch niet gebruikt op een niet toegestane zone, zoals vermeld in paragraaf 4.1. Breng het apparaat alleen aan op een gezonde, schone huid zonder crème of vette lotion.

Het gebruik van deze patch bij mensen die geestelijk en lichamelijk gehandicapt zijn moet plaatsvinden onder toezicht van een verantwoordelijke volwassene.

De patch URGO Navulbare Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie is geïndiceerd bij primaire dysmenorroe, dat wil zeggen pijn in verband met de menstruatie die niet wordt veroorzaakt door onderliggende gynaecologische aandoeningen. De pijn begint iets vóór of aan het begin van de menstruatie en duurt meestal één tot drie dagen. Dit uit zich in krampen in de onderbuik die soms uitstralen naar de onderrug.

De patch URGO Navulbare Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie is geïndiceerd bij bekkenpijn (in de onderbuik) chronische pijn (endometriose) (programma 3) en primaire dysmenorroe, dat wil zeggen pijn in verband met de menstruatie die niet wordt veroorzaakt door onderliggende gynaecologische aandoeningen (programma 1 en 2). De pijn begint iets vóór of aan het begin van de menstruatie en duurt meestal een tot drie dagen. Dit uit zich in krampen in de onderbuik die soms uitstralen naar de onderrug.

### 1.3 Hoe kiest u het programma en stelt u de intensiteit af?

Er zijn 3 programma's beschikbaar met elke 15 intensiteitsniveaus.

Elk programma duurt 30 minuten. De patch schakelt automatisch uit aan het einde van het programma.

U moet de intensiteit opvoeren tot de elektrische stimulatie van de patch goed voelbaar is zonder dat dit pijn doet. Als de stimulatie pijnlijk wordt, moet de intensiteit worden verlaagd. Het programma dat u kiest mag niet leiden tot:

- pijn tijdens de sessie.
- aanzienlijke spiercontracties (als de patch contracties veroorzaakt, moet u de intensiteit verlagen en indien dit niet helpt de patch uitschakelen en een paar centimeter verplaatsen).
- gevoel van elektrische brandwonden.

Elk programma kan ingesteld worden op een intensiteit tussen 1 en 15. Begin altijd met stimulatie op een lage intensiteit en verhoog deze geleidelijk tot het niveau is bereikt dat u de meeste verlichting biedt. Afhankelijk van het gebruikte programma kan de intensiteit variëren. Het zenuwstelsel went snel aan de stroom. Na de eerste 5 minuten van een sessie of na meerdere toepassingen zult u constateren dat u gevoeligheid voor de stimulatie afneemt, dit is normaal. Aarzel niet om de intensiteit aan te passen om een hoger stimulatie-niveau te vinden dat echter nooit pijnlijk mag zijn.

- Het gevoel van elektrische stimulatie verschilt per persoon. **Wij raden daarom aan ELK PROGRAMMA TE PROBEREN om na te gaan welk programma de meeste verlichting en comfort biedt.** Afhankelijk van het type pijn dat u wilt verlichten met uw URGO Navulbare patch Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie, kan het meest efficiënte programma variëren.

### Beschrijving van de 3 elektrotherapie programma's van deze patch:

Programma	1.	2.	3.
Modus	Gecombineerd.	Conventioneel continu.	Conventioneel discontinu.
Voordelen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Snelle en duurzame verlichting van de pijn.</li><li>• Voorkomt gewenning.</li></ul>	Snelle verlichting van de pijn.	Snelle verlichting van de pijn.
De waargenomen effecten	Afwisselend prikkelend gevoel en pulsen geassocieerd met micro contracties van de spieren.	Prikkelend gevoel.	Prikkelend gevoel.
Hoe werkt het?	Dit programma gebruikt de conventionele TENS modus aan verschillende frequenties (60 Hz, 80 Hz en 100 Hz) in continue en discontinue modus. De discontinue stimulatie aan een hoge frequentie met een vaste periodiciteit (2 Hz) is een Burst modus die gelijktijdig 2 pijnverlichtingsmechanismen activeert: het "poort" effect (gate control) en de productie en endorfine.	Het gaat om een elektrische stimulatie aan een hoge frequentie (100 Hz) die direct de gevoelige zenuwen prikkelt en zo het signaal "pijn" naar de hersenen blokkeert. De pijn wordt verlicht dankzij het zogenaamde "poort" effect (gate control).	Het gaat om een elektrische stimulatie aan een hoge frequentie (85 Hz) die direct de gevoelige zenuwen prikkelt en zo het signaal "pijn" naar de hersenen blokkeert. De pijn wordt verlicht dankzij het zogenaamde "poort" effect (gate control).
Duur (min)	30	30	30

Programma	1.	2.	3.
Type stroom	Bidirectioneel.		
Frequentie (Hz) <sup>1</sup>	Fase 1: 100 Hz Fase 2: 100 Hz Fase 3: 80 Hz Fase 4: 80 Hz Fase 5: 60 Hz Fase 6: 60 Hz	100	85
Pulsbreedte (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Modus <sup>3</sup>	DISCONTINU EN BURST Het gebruik van 3 frequenties (60Hz, 80Hz en 100Hz) in de discontinue en burst modus maakt het mogelijk 6 verschillende stimulatiefases te creëren die elk 1 minuut duren en elkaar afwisselen tijdens het programma. Aan het einde van elke fase is een korte pauze (1s) voorzien om de behandeling comfortabeler en aangenamer te maken. <b>Fase 1: DISCONTINU</b> (5 seconden ON en 1 seconde OFF) <b>Fase 2: BURST 2Hz</b> (werkfase = 0,25s; pauzefase = 0,25 s.) <b>Fase 3: DISCONTINU</b> (5 seconden ON en 1 seconde OFF) <b>Fase 4: BURST 2Hz</b> (werkfase = 0,25s; pauzefase = 0,25 s.) <b>Fase 5: DISCONTINU</b> (5 seconden ON en 1 seconde OFF) <b>Fase 6: BURST 2Hz</b> (werkfase = 0,25s; pauzefase = 0,25 s.) Totale duur van elke fase = 1 min: Werktijd 59s: Pauzetijd 1s.	CONTINU (geen cycli)	DISCONTINU (3 seconden ON en 1 seconde OFF)
Grafiek			
Autonomie van de batterij <sup>4</sup>	5 uur.	4 uur.	3 uur.

<sup>1</sup>Frequentie (F) - gemeten in Hertz (Hz). Dit is een indicator die het aantal stimulaties per seconde weergeeft. Een frequentie van 2 Hz betekent bijvoorbeeld dat u 2 pulsen per seconde ontvangt.

<sup>2</sup>Pulsbreedte (L) - gemeten in microseconden (µs). Dit is de duur van elke stimulus uitgedrukt in microseconden (µs). Elke seconde bestaat uit een miljoen microseconden.

<sup>3</sup>Continue of discontinue modus: CONTINU: er is sprake van stimulatie zonder onderbreking. DISCONTINU: het programma voorziet korte pauzes tussen de cycli om de stimulatie comfortabeler en aangenamer te maken. Voor informatie over het in werking stellen van de verschillende programma's en het instellen van het intensiteitsniveau, gaat u naar paragraaf 3 "GEBRUIK".

<sup>4</sup>Gebruik aan het hoogste intensiteitsniveau.

### Gebruiksadvies:

Indien gewenst kunt u wandelen en uw gewone dagelijkse dingen doen met de patch URGO Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie. Zolang de patch goed blijft plakken, is dit geen probleem.

Het is aan u om het of de juiste programma(s) te kiezen die qua doeltreffendheid en comfort het beste bij u passen. Er spelen meerdere factoren een rol bij sensorische perceptie van het programma (betroffende zone, gevoeligheid van de huid, vetmassa, beharing, omgevingsvochtigheid...). De voorkeuren van een persoon kunnen in de loop van de tijd ook veranderen.

Voor intense pijn die **snel verlicht** moet worden, kiest u in eerste instantie **PROGRAMMA'S 2 en 3** (conventioneel).

Als de pijn minder intens is en **duurzame verlichting** nodig is, gebruikt u bij voorkeur **PROGRAMMA 1**.

Voor chronische bekkenpijn (bijv. endometriose) kiest u bij voorkeur **PROGRAMMA 3**.

**Aantal sessies:** zo vaak als nodig is met gebruik van het of de programma(s) die de meeste verlichting bieden, waarbij u **de patch tussen de sessies verwijderd** om uw huid tot rust te laten komen en indien mogelijk **minstens een half uur pauze neemt tussen de sessies**.

In geval van huidirritatie stopt u onmiddellijk met de stimulatie en laat u uw huid met rust. Als de huidirritatie aanhoudt en er sprake is van jeuk of irritatie, raadpleegt u uw arts voordat u doorgaat met de behandeling.

## 2. VOORBEREIDING VOOR GEBRUIK

### VOÓR ELK GEBRUIK:

- Houdt bij het gebruik van de patch rekening met de contra-indicaties die in hoofdstuk 4 worden vermeld.
- De huid moet schoon zijn; zonder crème of lotion. Op die manier werkt de patch het best.
- De patch niet aanbrengen op kleding.
- Voor een optimaal resultaat moeten de elektroden volledig contact maken met de huid.
- Zorg dat de patch geladen is voordat u de sessie begint: druk kort op de knop : u hoort een piep en er gaat een groen lampje branden. Als u geen groen lampje ziet en geen piep hoort, is uw patch leeg.
- **Niet gebruiken als het apparaat bezig is met opladen.**

### OPLADEN VAN DE PATCH:

- Het groene lampje van het apparaat knippert tijdens het opladen en blijft branden als het opladen is voltooid.
- **Wij raden u aan de patch volledig op te laden vóór het eerste gebruik.**  
- Gebruik alleen de meegeleverde kabel.  
- Gebruik een geschikte voedingsbron, zoals een stopcontact of USB-poort (bv. van een laptop of tablet). Gebruik voor het opladen via een stopcontact alleen een CE-gecertificeerde netoplader voor huishoudelijk gebruik met de volgende uitgangsparameters (output): 5,0 V en 0,3 - 2 A (gedrukt op de oplader).  
- **Gebruik geen snelopladers: die zijn niet compatibel met de patch en kunnen de batterij beschadigen.**
- **De elektroden niet aanraken tijdens het laden.**
- Dit apparaat bevat een lithium batterij. Als het apparaat oververhit raakt tijdens het laden, stopt u het laden en neemt u contact op met de distributeur.

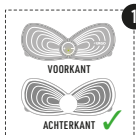
### OM DE BATTERIJ TE SPAREN:

- De patch moet minstens om de 3 maanden geladen en ontladen worden.

### 3. GEBRUIK

Bekijk de gebruiksaanwijzing op video op [www.urgo.be](http://www.urgo.be)

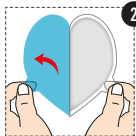
#### 3.1 Inwerkingstelling van de URGO NAVULBARE PATCH ELEKTROSTIMULATIE PIJNLIJKE MENSTRUATIE



1

##### IDENTIFICATIE VAN DE ZIJDEN VAN DE PATCH

Leg de patch met de achterkant naar boven op een tafel (bedieningspaneel op tafel).



2

##### VOORBEREIDING VAN DE NAVULLING ZELFKLEVENDE GEL

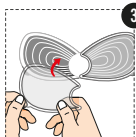
De patch moet uitgeschakeld zijn voor het aanbrengen van de gel.

Pak de twee navullingen zelfklevende gel en scheur het zakje bij de inkeping open, geen schaar gebruiken.

Neem een navulling zelfklevende gel: de ene navulling komt overeen met het rechterdeel van de patch en de andere navulling met het linkerdeel. Verwijder voorzichtig de blauwe bescherm laag en zorg ervoor dat de zelfklevende gel op de transparante bescherm laag blijft zitten. (indien nodig houdt u de gel met uw vinger op zijn plaats)

Controleer of de gel geen defecten vertoont (ontbrekende gel, beschadigd gel, etc.) die bij gebruik huidirritaties kunnen veroorzaken.

Bewaar de blauwe bescherm laag om deze na gebruik op de gel te plaatsen.



3

##### AANBRENGEN VAN DE GEL OP DE PATCH

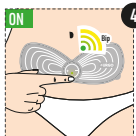
Met de transparante bescherm laag plaatst u de gel correct op de patch, let erop dat het lipje van de gel precies op het lipje van de patch zit. Herhaal de stappen 2 en 3 met de andere gel. Als de twee gelnavullingen op de elektrische circuits zijn geplaatst, verwijdert u de 2 bescherm lagen en let erop dat de gel goed blijft zitten. (indien nodig houdt u de gel met uw vinger vast).

1 set zelfklevende gel = ongeveer 30 toepassingen.

(Opmerking: u kunt de transparante bescherm laag weggooien)

##### AANBRENGEN VAN DE PATCH

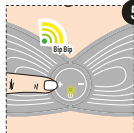
Breng de patch aan op de pijnlijke zone. Controleer of uw huid gezond is en niet is behandeld met crèmes of lotions en dat er niet te veel haar op die zone zit. Druk goed aan om correct contact met de huid te garanderen.



4

##### INSCHAKELLEN VAN DE PATCH

Om de patch in te schakelen, drukt u kort op de knop "⊕". U hoort 1 piep en er gaat 1 groen lampje branden. Het apparaat staat op **PROGRAMMA 1**. Als u geen groen lampje ziet en geen piep hoort, is uw patch helemaal leeg. Laad de patch op met de meegeleverde kabel.



5

##### PROGRAMMAKEUZE

Deze patch heeft 3 programma's. Elk programma duurt 30 minuten.

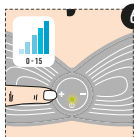
Voor meer informatie kunt u kijken in deel 1.3 - Programma's van deze gebruiksaanwijzing.

Bij inschakeling van de patch wordt standaard automatisch programma 1 gekozen: dit programma wordt in eerste instantie aanbevolen. Om het programma te veranderen, drukt u lang op de knop "⊕" (ongeveer 3 seconden tot u een serie pieps hoort): 2 pieps betekent dat programma 2 is geactiveerd. Laat de knop los. Door nogmaals lang te drukken gaat u naar programma 3: 3 pieps.

Om terug te gaan naar het vorige programma drukt u lang op de knop "⊖" (ongeveer 3 seconden tot u een serie pieps hoort).

Om de stimulatie opnieuw te starten, gaat u naar de volgende stap.

1 piep: Gecombineerd programma // 2 pieps: Conventioneel programma continu // 3 pieps: Conventioneel programma discontinu.



6

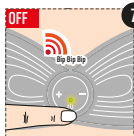
##### STARTEN VAN DE STIMULATIE EN INSTELLEN VAN DE INTENSITEIT

Nadat u een programmakeuze hebt gemaakt, drukt u een keer kort op de knop "⊕" om de stimulatie te starten. Stel de intensiteit in door kort te drukken op de knoppen "⊕" en "⊖".

De gewenste intensiteit hangt af van de persoon en de te behandelen zone. Verhoog de intensiteit geleidelijk tot u een goed voelbare elektrische stimulatie voelt die geen pijn doet. Als het pijn doet, verlaagt u de intensiteit. Een te hoog intensiteitsniveau kan ongewenste pijn en spiercontracties veroorzaken en biedt geen extra efficiëntie. Er zijn 15 intensiteitsniveaus beschikbaar.

Als de intensiteit het hoogste of laagste niveau heeft bereikt, gaat het led-lampje 2 keer branden en hoort u 1 pieps.

ⓘ Als u een serie pieps hoort tijdens de sessie en u hebt de patch niet aangeraakt en de patch stopt, betekent dit dat de patch geen correct contact meer heeft met de huid. U moet de patch opnieuw aanbrengen zodat de elektroden volledig contact maken met de huid en het lopende programma opnieuw starten door kort te drukken op de knop "⊕". Het programma gaat verder waar het gestopt is en u moet de intensiteit opnieuw instellen.

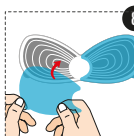


7

##### STOPPEN VAN DE PATCH

Na 30 minuten schakelt het apparaat automatisch uit.

Als u het apparaat uit wilt schakelen voordat de 30 minuten verstreken zijn, drukt u kort op "⊕": 3 pieps en 3 lichtsignalen geven aan dat het apparaat is gestopt.



8

##### OPBERGEN VAN DE PATCH

Voordat u de patch verwijdert, moet u de uitschakeling controleren. Verwijder de patch voorzichtig en controleer of de gel op het elektrische circuit blijft zitten (houdt indien nodig de gel met uw vinger vast). Laat de gel op de patch zitten en dek af met de blauwe bescherm laag. Uw patch is nu klaar voor een volgende toepassing. Berg de patch op in de transportbox.

Voor het volgende gebruik verwijdert u de blauwe bescherm laag en gaat u direct naar stap 4.



### 3.2 Onderhoud en vervanging van de zelflevende gel

#### ⓘ Verlenging van de levensduur van de zelflevende gel

Als de patch niet goed meer aan de huid hecht, moet de gel bevochtigd worden om de levensduur ervan te verlengen. Doe een paar druppels water op de gel, maar zorg dat de centrale bediening niet vochtig wordt.

- Zorg dat er geen vuil op de gel achterblijft (gebruik geen papieren zakdoek).
- Wacht tot de gel het water heeft geabsorbeerd voordat u de patch gebruikt.

#### ⓘ Vervanging van de zelflevende gel

- Een set zelflevende gel is goed voor ongeveer 30 toepassingen.
- Om de zelflevende gel te vervangen, rolt u de gel tussen uw vingers.
- Controleer of er geen residu op de elektrische circuit achter is gebleven voordat u de nieuwe zelflevende gel aanbrengt.
- Gebruik het apparaat alleen met gel die compatibel is met de URGO Navulbare patch Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie. Vraag bij twijfel advies aan uw apotheker.

### 3.3 Waarvoor gebruikt u urgo navulbare patch elektrostimulatie pijnlijke menstruatie?



#### Buikpijn

De patch moet direct op de pijnlijke zone worden aangebracht: onderbuik, onder de navel.



#### Pijn in de onderrug

In geval van lage ruggpijn, plaats u de elektrische circuit aan beide zijden van de ruggengraat zodat het bedieningspaneel op de ruggengraat zit.

Voor bepaalde plekken, met name bij lage ruggpijn, kan hulp van een derde nodig zijn.

### 4. GECONTRA-INDICEERDE TOEPASSINGSZONES/MEDISCHE CONTRA-INDICATIES/VOORZORGSMAATREGELEN VOOR GEBRUIK

Het gebruik van het apparaat is geen vervanging van een medisch consult of een medische behandeling. In geval van twijfel moet u altijd advies vragen aan uw arts of apotheker.

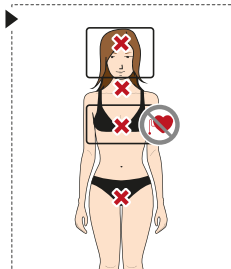
#### ⚠ 4.1 Gecontra-indiceerde toepassingszones

- De patch niet aanbrengen in de buurt van het hart of op de borst omdat elektrische signalen verstorend kunnen werken op de elektrische signalen van het hart.
- Niet op de voor- of zijkanten van de hals aanbrengen (strottenhoofd, keel) omdat elektrostimulatie larynx en farynx spasmen kunnen veroorzaken die leiden tot ademhalingsmoeilijkheden. De stimulatie van het strottenhoofd kan een vertraging van het hartritme of een ongewoon lage bloeddruk veroorzaken bij personen die lijden aan vaatandoeningen.
- De patch is niet ontworpen voor toepassing op het hoofd.
- Niet in de schaamstreek gebruiken.

#### ■ Kortom, gebruik de patch niet op de volgende lichaamsdelen:

#### 4.2 Medische contra-indicaties

- Als u een implantaat hebt (pacemaker, insulinepomp, glucometer, defibrillator implantaat,...) omdat de URGO Navulbare patch Elektrostimulatie Pijnlijke Menstruatie storing kan veroorzaken in de werking van deze apparatuur.
- Als u **huidletsel** hebt (huidirritatie, uitslag, postoperatieve wond, recent litteken, nietjes, traumawonden, brandwonden...), past u geen elektrostimulatie toe op deze zones omdat dit huidirritatie kan verergeren of de genezing kan verstoren.
- Als u **problemen hebt met het de gevoeligheid van uw huid** op uw onderbuik of rug, moet u de patch niet aanbrengen om secundair risico op brandwonden te voorkomen vanwege een te hoog ingestelde intensiteit die u niet kunt controleren door een gebrek aan gevoel op de behandelplaats.
- Als u kanker hebt, moet u de patch niet **op of in de buurt van het kankerletsel of de geïnfecteerde zone** aanbrengen omdat stroom de verspreiding van kankercellen naar andere lichaamsdelen kan bevorderen.
- Dit apparaat is niet bedoeld voor en mag niet worden gebruikt door zwangere vrouwen.



#### 4.3 Vraag medisch of farmaceutisch advies

- In geval van epilepsie of vermoeden van epilepsie omdat elektrostimulatie epileptische aanvallen uit kan lokken.
- In geval van hartaandoeningen omdat de elektrische signalen verstorend kunnen werken op de elektrische signalen van het hart.
- In geval van koorts hoger dan 39°C waardoor uw alertheid beïnvloed wordt.



#### 4.4 Voorzorgsmaatregelen

- Gebruik dit apparaat niet tijdens het besturen van een voertuig (auto, machines...) of in geval van een activiteit waarbij elektrostimulatie of onopzettelijke spiercontracties gevaarlijk kunnen zijn.
- Gebruik dit apparaat niet tijdens uw slaap om risico op pijn, ontsteking of brandwonden te voorkomen ten gevolge van een te hoge intensiteit die u vanwege verminderde alertheid niet beheerst.
- Gebruik het apparaat niet op zones waar zich nietjes, implantaten of andere metalen elementen bevinden omdat dit brandwonden of pijn kan veroorzaken.
- Gebruik dit apparaat niet op een vochtige plaats zoals de badkamer of als u onder de douche staat of in bad zit.
- Om hygiënische redenen moet u de zelflevende gel niet delen met derden.
- Buiten het bereik en zicht van kinderen bewaren: het apparaat is geen speelgoed.

#### 4.5 Bijwerkingen

- Goedaardige, voorbijgaande en normale roodheid of irritatie van de huid op de behandelplaats bij het gebruik van de patch. Dit kan verklaard worden door plaatselijke bloedtoevoer. Als dit het geval is, brengt u de patch pas weer op die plaats aan als de roodheid verdwenen is.
- Stop met de behandeling in geval van blijvende huidirritatie, brandwonden of allergische reacties die op de behandelplaats ontstaan vanwege de elektrostimulatie of de zelflevende gel.
- Als u andere bijwerkingen opmerkt, stopt u met het gebruik van het apparaat en meldt u deze bij uw arts of apotheker.

## 4.6 Interacties

- Gebruik dit apparaat niet in aanwezigheid van elektronische bewakingsapparatuur (bijv. hartmonitor, ECG-alarm) of bij de uitvoering van een electrocardiogram of een elektrocefalogram. De elektronische apparatuur kan niet correct functioneren als de patch is ingeschakeld.
- Wees alert op het risico op brandwonden indien gelijktijdig alcohol, pijnstillende of ontstekingsremmende medicijnen worden gebruikt omdat deze de gevoeligheid van de huid voor pijn kunnen veranderen. Dit is geen contra-indicatie.

## 5. REINIGING

**Na gebruik reinigt u indien nodig de voorkant van de patch met een zachte licht vochtige doek:**

- Controleer voor u de patch reinigt of de USB-laadkabel is afgekoppeld.
- Gebruik geen chemische reinigingsmiddelen of schuurmiddelen. Als de patch erg vuil is, kunt u een lichte zeepoplossing gebruiken.
- Zorg ervoor dat er geen water binnendringt. Als dit zich voordoet het apparaat niet gebruiken totdat het weer volledig droog is.
- De achterkant van de patch met de zelfklevende gel hoeft niet gereinigd te worden.
- De reiniging en het onderhoud moeten plaatsvinden onder toezicht van een verantwoordelijke volwassene als de gebruiker een persoon is met een geestelijke of lichamelijke handicap.

## 6. OPSLAG

- Bewaar dit apparaat op een droge plaats in de daarvoor bestemde zak en stel het niet bloot aan hoge temperaturen en direct licht.
- Bewaar de blauwe beschermlaag om deze na gebruik op de gel te plaatsen.

## 7. VRAGEN - ANTWOORDEN

Problemen	Mogelijke oorzaken	Wat te doen?
De patch piept niet bij het starten of schakelt niet in.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De patch is leeg.</li> <li>• De patch vertoont een storing.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laad de patch op met de in de verpakking meegeleverde kabel.</li> <li>• Neem contact op met de klantendienst van URGO, in België: contact@urgo.be</li> </ul>
U voelt geen stimulatie.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Het intensiteitsniveau is te laag.</li> <li>• De patch is leeg.</li> <li>• De gel moet bevochtigd worden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verhoog het intensiteitsniveau met de "+" knop.</li> <li>• Laad de patch op met de in de verpakking meegeleverde kabel en een CE-gecertificeerde netoplader.</li> <li>• Bevochtig de gel zoals vermeld in paragraaf 3.2</li> </ul>

Problemen	Mogelijke oorzaken	Wat te doen?
De elektroden geven een onaangenaam gevoel.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Het intensiteitsniveau is te hoog.</li> <li>• De zelfklevende gel plakt niet meer of is beschadigd en komt niet meer voldoende in aanraking met de huid.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verlaag het intensiteitsniveau met de knop "-".</li> <li>• Reinig en droog uw huid. Als uw patch nog steeds niet goed hecht, bevochtigt u de gel zoals vermeld in paragraaf 3.2.</li> <li>Als het probleem aanhoudt, vervangt u de gel en controleert u of het hele elektrische circuit van de elektrode stimulator is afgedekt voordat u hem opnieuw gebruikt.</li> </ul>
De ene kant van de patch geeft sterkere stimulatie af dan de andere.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elke zone van uw lichaam kan anders reageren.</li> <li>• De patch hecht niet goed aan de huid.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Als dit onaangenaam is, verplaatst u de patch.</li> <li>• Controleer of de patch contact maakt met de huid.</li> <li>• Reinig en droog uw huid. Als uw patch nog steeds niet goed hecht, bevochtigt u de gel zoals vermeld in paragraaf 3.2.</li> <li>• Als het probleem aanhoudt, vervangt u de gel en controleert u of het hele elektrische circuit van de elektrode stimulator is afgedekt voordat u hem opnieuw gebruikt.</li> </ul>
Zonder op de knop te drukken, geeft de patch een serie pieps af tijdens de sessie.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De patch maakt onvoldoende contact met de huid.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• U moet de patch opnieuw aanbrengen zodat de elektroden volledig contact maken met de huid en het lopende programma opnieuw starten door kort te drukken op de "+" knop.</li> <li>• Het programma gaat verder waar het gestopt is en u moet de intensiteit opnieuw instellen.</li> </ul>
De intensiteit vermindert zonder de patch aan te raken.	<p>Meerdere mogelijke oorzaken:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De patch zit misschien los.</li> <li>• De patch is leeg.</li> <li>• Uw gevoeligheid voor de stimulatie vermindert omdat het zenuwstelsel heel snel went aan stroom.</li> <li>• De gel moet bevochtigd worden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controleer of de volledige oppervlakte van de patch contact maakt met de huid</li> <li>• De batterij kan bijna leeg zijn, laad de patch op met de meegeleverde kabel</li> <li>• Misschien bent u gewend aan de intensiteit tijdens de sessie, verhoog deze met de "+" knop.</li> <li>• De gel moet bevochtigd worden (zie hoofdstuk 3.2)</li> </ul>
De patch hecht niet goed aan de huid.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crème of bodymilk op de huid vermindert de adhesie van de gel.</li> <li>• De gel moet bevochtigd worden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reinig en droog uw huid.</li> <li>• Als uw patch nog steeds niet goed hecht, bevochtigt u de gel zoals vermeld in paragraaf 3.2.</li> <li>• Als het probleem aanhoudt, vervangt u de gel en controleert u of het hele elektrische circuit van de elektrode stimulator is afgedekt voordat u hem opnieuw gebruikt.</li> </ul>

Vragen	Antwoorden
De behandelplaats wordt rood. Is dat normaal?	Tijdelijke roodheid van de huid onder de elektroden is normaal en niet ernstig. Dit kan verklaard worden door plaatselijke bloedtoevoer. Het kan zijn dat u de patch te snel van de huid hebt getrokken waardoor roodheid ontstaat. Probeer de patch de volgende keer voorzichtiger te verwijderen. Als de huidirritatie aanhoudt en er sprake is van jeuk of irritatie, kan er sprake zijn een allergie. In dat geval moet u uw arts raadplegen voordat u het gebruik hervat.
Kan de patch op kleding worden aangebracht?	Nee, dan wordt de programmastart geblokkeerd omdat het elektrische circuit niet is gesloten. Kleding vormt een isolerende laag waardoor het circuit niet gesloten kan worden. De patch moet in direct contact staan met de huid.
Kan ik de patch verwijderen zonder hem uit te schakelen?	Nee, u moet eerst de patch uitschakelen (op de "on/off" knop drukken) en vervolgens wachten tot u 3 piep hoort voordat u de patch verwijdert.
Kan ik de patch voor pijnpreventie gebruiken?	Nee. De patch kan geen pijn voorkomen. Gebruik de patch vanaf de eerste symptomen.
Kan ik sporten met de patch?	U kunt lopen en wandelen en uw dagelijkse activiteiten uitvoeren met de URGO Navulbare patch Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie. Wat betreft sporten, zolang de patch correct blijft zitten, is dit geen probleem, maar als u transpireert of veel beweegt kan de hechting van de patch verminderen en de efficiëntie daardoor afnemen of verdwijnen.
Kan ik de patch gebruiken in de buurt van iemand die een elektronisch of hartimplantaat heeft?	Ja.
Kan ik de patch aanbrengen op het litteken van een keizersnee?	U kunt de patch aanbrengen op een litteken van meer dan 6 maanden, wij raden u af de patch te gebruiken op littekens van minder dan 6 maanden.
Ervaar ik de effecten van de patch op een homogene manier als ik de patch op een litteken aanbreng?	Niet altijd, oppervlakkige zenuwvezels kunnen beschadigd zijn en het effect van de patch beïnvloeden. In elk geval moet u de patch niet aanbrengen op littekens van minder dan 6 maanden.
Hoelang na een bevalling kan ik de patch gebruiken?	U kunt de patch na 8 weken gebruiken. In geval van een litteken van een keizersnee van minder dan 6 maanden raden wij het gebruik van de patch af.
Tijdens mijn menstruatie heb ik vaak meer pijn aan een kant, hoe moet ik de patch in dat geval aanbrengen?	In dat geval brengt u de patch zo dicht mogelijk bij de pijn aan. Maar ook als de patch in het midden van de buik wordt aangebracht, blijft deze efficiënt tegen pijnlijke menstruatie.
Na het aanbrengen van de gel op de elektrische circuits ontstaan er luchtbelletjes. Is dat erg?	Nee, luchtbelletjes op de elektrische circuits hebben geen invloed op de werking van de patch. Zorg dat de gel in het algemeen goed vast zit.
De zelfklevende gel is licht beschadigd aan de randen (bijvoorbeeld door het verwijderen van de transparante beschermlaag): werkt de patch nu minder goed?	Zelfs als de gel licht beschadigd is aan de randen, werkt de patch correct als de elektrische circuits goed zijn afgedekt.
Kan ik de netoplader van mijn mobiele telefoon gebruiken?	Ja, voor zover die is gecertificeerd en elektrische stroom levert met de volgende uitgangsparemeters (output): 5 V, 0, 3 - 2 A (gedrukt op de oplader).
Kan ik een sneloplader gebruiken?	Nee, snelopladers zijn niet compatibel met de patch en kunnen de batterij beschadigen.
Kan ik de kabel van mijn mobiele telefoon gebruiken?	Nee, gebruik de in de verpakking meegeleverde kabel.

## 8. VERWIJDERING

Met het oog op de bescherming van het milieu dient de URGO Navulbare patch Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie aan het einde van de levensduur niet te worden weggegooid met het huishoudelijk afval. De verwijdering dient te geschieden via de bestaande inzamelpunten voor elektrische en elektronische apparatuur. Wij verzoeken u het apparaat te verwijderen overeenkomstig de Europese richtlijn inzake afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (AEEA). Met vragen kunt u zich wenden tot de lokale overheidsinstanties die zijn belast met de verwijdering en recycling van deze producten.

## 9. TECHNISCHE EIGENSCHAPPEN

Model/type	URGO Navulbare Elektrotherapie Pijnlijke Menstruatie
Stroombron	Gevoed door een interne Li-ion batterij van 3,7 V
Golfvorm	Rechthoekige bifasische pulsgolf
Pulsduur	0-200µs (microseconden)
Pulsfrequentie	1 - 100 Hz ± 15%
Maximaal voltage	Max. 16V/+ 20% (at 500 ohm load)
Behandelingstijd	30 minuten
Intensiteit uitgang	0 tot 15 niveaus, instelbaar
Programma's	3 programma's
Normale werkingsduur van de batterij	Ongeveer 240 minuten na volledige lading
Gedrag van de apparatuur tijdens het opladen van de interne oplaadbare batterij	Het lampje knippert tijdens het laden en blijft branden als de batterij maximaal is opgeladen
Gewicht	30 g
Automatische uitschakeling	30 minuten
Beschermingsniveau tegen elektrische schokken	Apparaat type BF
Beschermingstype tegen elektrische schokken	Apparaat met interne voeding
IP-code	IP22: Het apparaat wordt beschermd tegen vreemde voorwerpen ≥ 12,5 mm en tegen druppels die in een hoek van 15° vallen
Aantal toepassingen zelfklevende gel	30 keer
Vervaldatum zelfklevende gel	Vermeld op de zelfklevende gel
Werkingsmodus	Continu/discontinuu
Software versie	AO
Tijd die nodig is voor opwarming van de apparatuur tussen het moment dat de bewaartemperatuur minimaal is en het moment dat het klaar is voor gebruik	30 minuten
Tijd die nodig is voor afkoeling van het apparaat tussen toepassingen van de maximale temperatuur totdat het apparaat gebruiksklaar is	15 minuten tot het gebruiksklaar is
Normale levensduur van de batterij	Kan 300 keer worden opgeladen
Omgevingstemperatuur normale werking	5°C tot 40°C
Omgevingstemperatuur opslag en transport	-25°C tot +70°C
Atmosferische druk voor gebruik en opslag	70kPa-106kPa
USB-laadkabel	Gebruik de output kabel DC5V en een stroomuitgang van 0,3-0,2 A voor het laden
Omgevingsvochtigheid normale werking	15%RH-90%RH
Omgevingsvochtigheid opslag en transport	0%RH-90%RH
Oppervlakte van de elektroden	48 cm²

**OPMERKING: NIET STERILISEREN.**

**Niet gebruiken in een ZUURSTOFRIJKE OMGEVING: het is bijvoorbeeld verboden de patch te gebruiken in een hyperbare zuurstofcabine of in een omgeving voor zuurstoftherapie.**

Dit apparaat komt overeen met de Europese normen EN60601-1, EN60601-1-2, EN60601-1-11 en EN60601-2-10, en voldoet aan de specifieke veiligheidsvoorschriften betreffende de elektromagnetische compatibiliteit. Wij wijzen u erop dat draagbare en mobiele HF-communicatieapparatuur dit apparaat kan beïnvloeden. Voor meer informatie kunnen consumenten contact opnemen met de klantendienst van hun woonland. Het apparaat voldoet aan de vereisten van de Europese richtlijn 93/42/EG betreffende medische hulpmiddelen.

## 10. GARANTIE

















Laboratoires Urgo Healthcare verplicht zich tot vervanging van het defecte apparaat\* binnen 2 jaar vanaf de aankoopdatum. Uitsluitingen van de garantie:

- Schade die het gevolg is van niet-conform gebruik: niet-naleving van de gebruiksvoorschriften, gebruik dat niet conform het bedoelde gebruik is, abnormale gebruiksomstandigheden, verkeerde exploitatieomstandigheden, overbelasting of verkeerd onderhoud of reiniging.
- Schade veroorzaakt door commercieel gebruik.
- Schade aan tweedehands producten.
- Getransformeerde of gewijzigde producten.

\*Met uitzondering van verbruiksgoederen (elektroden en andere elektrotherapie verbruiksaccessoires) als deze onderhevig zijn aan normale slijtage.

Deze garantie is een aanvulling op de bestaande garantieverplichtingen en heeft geen invloed op uw statutaire rechten als consument.

Om een beroep te doen op de garantie moet u een aankoopbewijs (kassabon) bij uw aanvraag voegen.

	Verboden voor personen met een hartstimulator.		Apparaat type BF: elke voorziening die contact maakt met de patient, behalve voorzieningen voor cardiotoepassingen.
	Vochtgevoelig.	<b>IP22</b>	IP-code van het apparaat.
	Fabrikant.		Bevoegd vertegenwoordiger voor de Europese Unie.
<b>CE 1639</b>	CE-markering, certificaat afgegeven door SGS.		Lotnummer.
	Vervaardigingsdatum.		Vervaldatum: datum waarna het product niet langer gebruikt kan worden.
	Temperatuurgrens.		De productverpakking moet gerecycled worden.
	LET OP: lees de gebruiksaanwijzing (belangrijke voorzorgsmaatregelen en waarschuwingen).		Raadpleeg de gebruiksinstructies.
	Vochtigheidsgrens.		Product is onderworpen aan voorschriften voor afvalsortering ten behoeve van recycling.
	Beschermen tegen zonlicht.	<b>ROHS</b>	Bepering van het gebruik van bepaalde gevaarlijke stoffen in elektrische en elektronische apparatuur.
	Om het milieu te beschermen mogen het apparaat en de batterij niet worden weggegooid bij het huishoudelijk afval. Deze moeten naar een inzamelpunt voor elektrisch en elektronisch afval worden gebracht.		

CE-markeringsdatum: 2021

Laatste herzieningsdatum van de gebruiksaanwijzing: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**

Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Distributeur in BELGIË:**

URGO SA/NV  
Chaussée de Ruisbroek 76  
1180 Bruxelles - BELGIË  
U heeft een vraag? [contact@urgo.be](mailto:contact@urgo.be)

Type: PL-029C/PL-013 - artikel nr. 553082

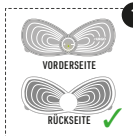
# KURZANLEITUNG FÜR DIE ERSTE ANWENDUNG URGO WIEDERAUFLADBAREN TENS-PATCH FÜR REGELSCHMERZEN

Lesen Sie vor der Anwendung die Packungsbeilage aufmerksam durch und beachten Sie die darin enthaltenen Hinweise. Nehmen Sie die Anwendungshinweise und die Gegenanzeigen zur Kenntnis.



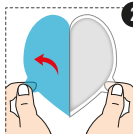
**Das Patch sollte vor der ersten Anwendung vollständig aufgeladen werden.**

Benutzen Sie ausschließlich das mitgelieferte Kabel und ein CE-zertifiziertes Netzladegerät mit folgenden Ausgangsparametern (Output): 5 V und 0,3 - 2 A (auf dem Ladegerät angegeben). **Keine Schnellladegeräte verwenden.**



## 1 ERKENNEN DER SEITEN DES PATCHS

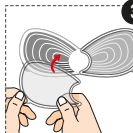
Legen Sie das Patch so vor sich auf den Tisch, dass Sie die Rückseite sehen (die Bedieneinheit zeigt zur Tischplatte).



## 2 VORBEREITUNG DER HAFTGEL-REFILLS

Beutel öffnen und einen Haftgel-Refill entnehmen. Ein Refill entspricht der rechten Seite des Patch, das andere der linken. Ziehen Sie vorsichtig die blaue Schutzfolie ab und **achten Sie darauf, dass das Haftgel auf der transparenten Schutzfolie am Platz bleibt.**

Falls nötig, können Sie das Gel mit Ihrem Finger festhalten. Bewahren Sie die blaue Schutzfolie auf, um sie nach jeder Benutzung wieder auf dem Patch zu platzieren.

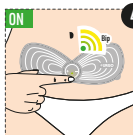


## 3 AUFBRINGEN DES GELS AUF DAS PATCH

Platzieren Sie mithilfe der transparenten Schutzfolie das Gel korrekt auf dem Patch und achten Sie darauf, dass die **Lasche des Gels auf der Lasche am Patch zu liegen kommt.** Wiederholen Sie Schritt 2 und 3 mit dem anderen Gelpad. Wenn beide Gelpads auf den Stromkreisen platziert wurden, ziehen Sie die beiden transparenten Schutzfolien ab und achten Sie darauf, dass die Gels auf dem Patch bleiben. (Falls nötig, halten Sie die Gels mit Ihrem Finger fest.)

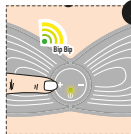
**1 Paar Haftgel-Pads = ca. 30 Anwendungen.**

(Hinweis: Die transparente Schutzfolie kann entsorgt werden.)



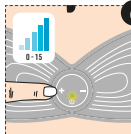
## 4 AUFLEGEN UND EINSCHALTEN DES PATCHS

Legen Sie den Patch auf den schmerzhaften Bereich wie im Schema gezeigt auf und drücken Sie kurz auf den Knopf. Sie hören einen Signalton, und ein grünes Licht leuchtet auf. **Sie befinden sich im PROGRAMM 1.** Wenn Sie kein grünes Licht sehen und keinen Signalton hören, ist das Patch vollständig entladen. Laden Sie das Patch mit dem mitgelieferten Ladekabel wieder auf.



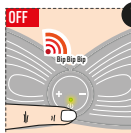
## 5 PROGRAMMAUSWAHL

Dieses Patch bietet drei Programme. Jedes Programm dauert 30 Minuten. Nähere Hinweise finden Sie in der vollständigen Packungsbeilage. Das Programm 1 wird standardmäßig beim Einschalten des Patches ausgewählt: Dieses Programm wird als Mittel der Wahl empfohlen. **Zum Wechseln des Programms die -Taste lange drücken** (ca. 3 Sekunden, bis eine Reihe Signaltöne zu hören sind). Zwei Signaltöne zeigen an, dass Programm 2 eingestellt ist. Knopf loslassen. **Durch längeres Drücken** erfolgt der Wechsel zu Programm 3: 3 Piepstöne. **Um die Stimulation zu beginnen, fahren Sie mit dem nächsten Schritt fort.**



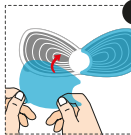
## 6 START DER STIMULATION UND EINSTELLUNG DER INTENSITÄT

**Nach Auswahl des Programms einmal kurz die -Taste drücken, um die Stimulation zu starten.** Die Intensität durch kurzes Drücken der Tasten "+" und "-" anpassen. Wenn sich die Stimulation schmerzhaft anfühlt, reduzieren Sie die Intensität. **Es gibt 15 Intensitätsstufen.**



## 7 ABSCHALTEN DES PATCHS

**Nach 30 Minuten schaltet sich das Gerät automatisch ab.** Wenn Sie das Gerät vor Ablauf der 30 Minuten ausschalten möchten, drücken Sie **kurz auf**: Drei Piepstöne und ein dreimaliges Blinken der LED bestätigen das Abschalten des Geräts.



## 8 VERSTAUEN DES PATCHS

Bevor Sie das Patch abnehmen, vergewissern Sie sich, dass es abgeschaltet ist. Ziehen Sie das Patch **sanft** ab und achten Sie darauf, dass die Gelpads auf dem Stromkreis bleiben (falls nötig, halten Sie die Gels mit Ihrem Finger fest). **Belassen Sie die Gelpads auf dem Patch und decken Sie sie mit den blauen Schutzfolien ab.** Jetzt ist Ihr Patch bereit für den nächsten Einsatz.

Verstauen Sie es in der Transportbox. Beim nächsten Gebrauch nehmen Sie die Schutzfolien ab und beginnen direkt mit Schritt 4.



Eine Vorführung zum Auflegen des Patches finden Sie auf:  
[www.urgo.be](http://www.urgo.be) oder über den QR-Code



**HINWEIS:** *Haftet der Patch nicht mehr zufriedenstellend auf der Haut*

*Anwendungshinweisen geraten, die Haftgels befeuchten, um ihre Lebensdauer zu verlängern.*

## WIEDERAUFLADBARES URGO TENS-PATCH FÜR REGELSCHMERZEN

DE

### ZUSAMMENFASSUNG

#### PACKUNGSMENGE

1. VORSTELLUNG DES WIEDERAUFLADBAREN URGO TENS-PATCH FÜR REGELSCHMERZEN
2. VORBEREITUNG VOR DER ANWENDUNG
3. ANWENDUNG
4. NICHTZULÄSSIGE ANWENDUNGSBEREICHE / MEDIZINISCHE GEGENANZEIGEN / WARNHINWEISE
5. REINIGUNG
6. AUFBEWAHRUNG
7. FRAGEN UND ANTWORTEN
8. ENTSORGUNG
9. TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN
10. GARANTIE

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch und heben Sie sie auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen. Stellen Sie sicher, dass sie auch anderen Anwendern zur Verfügung steht und befolgen Sie die darin enthaltenen Anweisungen.

#### Packungsinhalt:



1 Wiederaufladbares  
TENS-Patch



1 USB-Aufladkabel



1 Anleitung



1 Transportbox

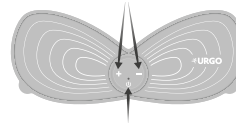


2 Paar  
Haftgel-Pads\*

\* 1 Paar Haftgel-Pads: ca. 30 Anwendungen, je nach Hauttyp/Behaarung

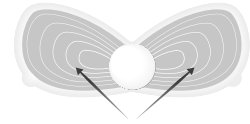
■ **TENS-Patch:** Das TENS-Patch besteht aus dünnem, flexiblem Silikonummi.

Einstellung der Programme und der Intensität



Ein-/Aus-Schalter

VORDERSEITE

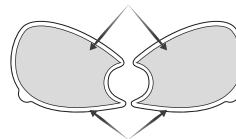


Stromkreis

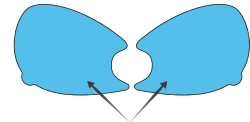
RÜCKSEITE

■ **Haftgel:** Die haftende Oberfläche besteht aus einem leitfähigen Hydrogel.

Haftgel, bestehend aus leitfähigem Hydrogel



Schutzfolie



Schutzfolie

Sie können das Haftgel in der Apotheke kaufen. Achten Sie darauf, nur Gels zu kaufen, die mit dem wiederaufladbaren URGO TENS-Patch für Regelschmerzen kompatibel sind.

■ **Elektrode:** Diese Komponente besteht aus einem Stromkreis und einem Gel.

■ **USB-Ladekabel:**



Bei Fragen wenden Sie sich bitte an den Kundendienst:

**BELGIEN:**  
URGO SA/NV  
Chaussée de Ruisbroek 76  
1180 Bruxelles - BELGIQUE  
E-Mail: [contact@urgo.be](mailto:contact@urgo.be)

## 1. VORSTELLUNG DES WIEDERAUFLADBAREN URGO TENS-PATCH FÜR REGELSCHMERZEN

Das wiederaufladbare URGO TENS-Patch für Regelschmerzen beruht auf der Reizstromtechnologie.

### 1.1 Was ist Reizstromtechnologie (TENS) und wie funktioniert sie?

TENS (transkutane elektrische Nervenstimulation) ist eine **Medizintechnologie** zur **Schmerzlinderung** durch elektrische Impulse in speziell angepasster Intensität. Diese **medikamentenfreie** Methode wird in **Schmerzambulanzen** regelmäßig eingesetzt.

Unabhängig von der zugrunde liegenden Erkrankung lindert oder beseitigt die Reizstromtherapie die Schmerzen, ist aber keine Behandlung der Ursache.

Strom wird über Elektroden (Stromkreis mit Gel), die auf die Hautoberfläche gelegt werden, übertragen. Dadurch werden die Nerven elektrisch erregt. Die schmerzlindernde Wirkung beruht auf zwei **Wirkweisen**:

- **SOFORT:** die Schmerzübertragung an das Rückenmark wird reduziert; dies ist der sogenannte Gate Control-Effekt.
- **LANGFRISTIG:** erhöhte Ausschüttung von Endorphinen, körpereigenen Schmerzmitteln, durch das Gehirn.

Die Reizstromtherapie kann Schmerzen also sofort und dauerhaft lindern.

**Die Wirkung aller Reizstromprogramme wurde wissenschaftlich nachgewiesen, die Technologie ist von der Ärzteschaft akzeptiert.**

### 1.2 Indikationen

Das wiederaufladbare URGO TENS-Patch für Regelschmerzen ist für primäre Dysmenorrhoe indiziert, d. h. Menstruationsbeschwerden, die nicht auf zugrundeliegende gynäkologische Probleme zurückzuführen sind. Der Schmerz setzt kurz vor oder zu Beginn der Regelblutung ein und dauert zumeist ein bis drei Tage. Die Schmerzen treten krampfartig im Unterleib auf und strahlen manchmal bis in den Lumbalbereich aus.

Das wiederaufladbare URGO TENS-Patch für Regelschmerzen ist für chronische Schmerzen im Beckenbereich (Unterleib) (z. B. bei Endometriose)(Programm 3) sowie bei primärer Dysmenorrhoe indiziert, d. h. Menstruationsbeschwerden, die nicht auf zugrundeliegende gynäkologische Probleme zurückzuführen sind (Programme 1 und 2). Der Schmerz setzt kurz vor oder zu Beginn der Regelblutung ein und dauert zumeist ein bis drei Tage. Die Schmerzen treten krampfartig im Unterleib auf und strahlen manchmal bis in den Lumbalbereich aus.

### 1.3 Auswahl des Programms und Einstellung der Intensität

Es stehen drei Programme mit je 15 Intensitätsstufen zur Verfügung.

Jedes Programm dauert 30 Minuten. Das Patch schaltet sich bei Programmende automatisch ab.

Steigern Sie die Intensität, bis Sie die elektrische Stimulation deutlich spüren, ohne dass es schmerzhaft ist. Wenn die Stimulation schmerzhaft ist, senken Sie die Intensität. Folgendes darf beim gewählten Programm nicht auftreten:

- schmerzgefühl während der Behandlung.
- starke Muskelkontraktionen (ist dies der Fall, Intensität reduzieren; sollte das nicht reichen, Patch abschalten und um einige Zentimeter verschieben).
- Gefühl einer elektrischen Verbrennung.

Jedes Programm kann in der Intensität von 1 bis 15 eingestellt werden. Beginnen Sie stets mit einer schwachen Intensität und steigern Sie diese allmählich, bis Sie **die Stärke gefunden haben, die Ihnen am meisten Linderung verschafft**. Diese kann je nach gewähltem Programm unterschiedlich sein. Das Nervensystem gewöhnt sich sehr schnell an den Strom. Während der ersten fünf Minuten oder nach mehreren Anwendungen werden Sie feststellen, dass Sie weniger empfindlich geworden sind. Das ist ganz normal. Sie können die Intensität dann so weit erhöhen, dass sie deutlicher spürbar, aber nicht schmerzhaft ist.

- Die Wahrnehmung des Reizstroms ist bei jeder Person unterschiedlich. **Daher sollten Sie JEDES PROGRAMM AUSPROBIEREN, um festzustellen, welches Ihnen am besten hilft und am angenehmsten ist.** Je nach Art der Schmerzen, die Sie mit dem URGO TENS-Patch für Regelschmerzen lindern möchten, kann ein anderes Programm am besten geeignet sein.

### Beschreibung der drei Reizstromprogramme des Patches:

Programm	1.	2.	3.
Modus	Kombiniert.	Standard kontinuierlich.	Standard diskontinuierlich.
Vorteile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schnelle und dauerhafte Schmerzlinderung.</li> <li>• Vermeidet den Gewöhnungseffekt.</li> </ul>	Schnelle Schmerzlinderung.	Schnelle Schmerzlinderung.
Empfindungen	Abwechslendes Prickeln und Pulsieren aufgrund der Mikrokontraktionen der Muskeln.	Kräftiges Prickeln.	Kräftiges Prickeln.
Funktionsweise:	Für dieses Programm wird der TENS-Standardmodus in verschiedenen Frequenzen (60 Hz, 80 Hz und 100 Hz) verwendet, sowohl kontinuierlich als auch diskontinuierlich. Die diskontinuierliche Hochfrequenzstimulation mit fester Periodizität (2 Hz) ist ein Burst-Modus, der gleich zwei Schmerzlinderungsmechanismen aktiviert: den Gate Control-Effekt und die Endorphinproduktion.	Es handelt sich um eine elektrische Stimulation mit hoher Frequenz (100 Hz), die direkt die Nerven erregt und so die Übertragung des Schmerzsignals an das Gehirn blockiert. Durch den sogenannten Gate Control-Effekt wird der Schmerz gelindert.	Es handelt sich um eine elektrische Stimulation mit hoher Frequenz (85 Hz), die direkt die Nerven erregt und so die Übertragung des Schmerzsignals an das Gehirn blockiert. Durch den sogenannten Gate Control-Effekt wird der Schmerz gelindert.
Dauer (min)	30	30	30

Programm	1.	2.	3.
Stromart	Bidirektional.		
Frequenz (Hz) <sup>1</sup>	Phase 1: 100 Hz Phase 3: 80 Hz Phase 5: 60 Hz	Phase 2: 100 Hz Phase 4: 80 Hz Phase 6: 60 Hz	100
Impulsbreite (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Modus <sup>3</sup>	<b>DISKONTINUIERLICH und BURST</b> Die Verwendung von drei Frequenzen (60 Hz, 80 Hz und 100 Hz) im diskontinuierlichen und Burst-Modus ermöglicht sechs verschiedene Stimmulationsphasen von je einer Minute Dauer, die sich im Programmverlauf abwechseln. Eine kurze Pause von einer Sekunde am Ende jeder Phase macht die Stimulation angenehmer.  <b>Phase 1: DISKONTINUIERLICH</b> (5 Sekunden ON, 1 Sekunde OFF) <b>Phase 2: BURST 2Hz</b> (Arbeitsphase = 0,25 s; Pausephase = 0,25 s.) <b>Phase 3: DISKONTINUIERLICH</b> (5 Sekunden ON, 1 Sekunde OFF) <b>Phase 4: BURST 2Hz</b> (Arbeitsphase = 0,25 s; Pausephase = 0,25 s.) <b>Phase 5: DISKONTINUIERLICH</b> (5 Sekunden ON, 1 Sekunde OFF) <b>Phase 6: BURST 2Hz</b> (Arbeitsphase = 0,25 s; Pausephase = 0,25 s.)  Gesamtdauer jeder Phase = 1 Min. Arbeitszeit 59 s, Pausezeit 1 s.	<b>KONTINUIERLICH</b> (keine Zyklen)	<b>DISKONTINUIERLICH</b> (3 Sekunden ON, 1 Sekunde OFF)
Grafik			
Batterielaufzeit <sup>4</sup>	5 Stunden.	4 Stunden.	3 Stunden.

<sup>1</sup>Frequenz (F) – gemessen in Hertz (Hz). Die Frequenz gibt die Anzahl Stimulationen pro Sekunde an. Eine Frequenz von 2 Hz bedeutet 2 Impulse pro Sekunde.

<sup>2</sup>Impulsbreite (L) – gemessen in Mikrosekunden (µs). Dieser Wert gibt die Dauer jeder Stimulation in Mikrosekunden an. Eine Sekunde entspricht einer Million Mikrosekunden.

<sup>3</sup>Kontinuierlicher oder diskontinuierlicher Modus: **KONTINUIERLICH:** Stimulation ohne Unterbrechungen. **DISKONTINUIERLICH:** Im Programm sind kurze Pausen zwischen den Zyklen vorgesehen, um die Stimulation angenehmer zu gestalten. Wie Sie die verschiedenen Programme starten und die Intensität regulieren, erfahren Sie in Abschnitt 3 "VERWENDUNG".

<sup>4</sup>Verwendung mit höchster Intensitätsstufe.

### ■ Anwendungshinweise:

Sie können, wenn Sie dies möchten, umherlaufen und Ihrem Tagewerk nachgehen und mit dem wiederaufladbaren URGO TENS-Patch für Regelschmerzen. Solange das Patch gut klebt, dürfte das keine Schwierigkeiten bereiten.

Das oder die Programme, die für Sie hinsichtlich Wirksamkeit und Komfort am besten sind, wählen Sie selbst. Die sensorische Wahrnehmung der Programme ist je nach Körperbereich, Hautempfindlichkeit, Fettmasse, Behaarung des zu behandelnden Bereichs, Luftfeuchtigkeit usw. unterschiedlich. Auch kann das Empfinden jedes Einzelnen von Tag zu Tag unterschiedlich sein.

Für starke Schmerzen, für die Sie **schnelle Linderung** benötigen, wählen Sie am besten die **PROGRAMME 2 und 3** (Standard) als Mittel der Wahl.

Bei weniger starken Schmerzen und für eine **langanhaltende Linderung** wählen Sie **PROGRAMM 1**.

Für chronische Schmerzen im Beckenbereich (z. B. Endometriose) verwenden Sie vorzugsweise das **PROGRAMM 3**.

**Anzahl Behandlungseinheiten:** so viele wie nötig mit dem/den Programm(en), das/die Ihnen am meisten Linderung verschafft/verschaffen; achten Sie darauf, das **Patch zwischen den Behandlungseinheiten abzunehmen**, damit Ihre Haut sich erholen kann. Der **zeitliche Abstand** zwischen den Behandlungseinheiten sollte nach Möglichkeit eine **halbe Stunde** betragen.

Bei Hautreizungen die Stimulation beenden und der Haut Zeit geben, sich zu erholen. Bei anhaltender Hautreizung oder Juckreiz holen Sie bitte vor der weiteren Anwendung ärztlichen Rat ein.

## 2. VORBEREITUNG VOR DER ANWENDUNG

### ■ VOR JEDER ANWENDUNG:

- Achten Sie beim Platzieren des Patch auf die in Abschnitt 4 genannten Gegenanzeigen.
- Die Haut sollte sauber sein, ohne Creme oder fetthaltige Lotion. So kann das Patch am besten funktionieren.
- Patch nicht auf Kleidung verwenden.
- Für optimale Wirkung sollten die Elektroden vollständigen Hautkontakt haben.
- Prüfen Sie vor der Behandlungseinheit, ob das Patch geladen ist. Drücken Sie dazu kurz die Taste : Sie hören ein Tonsignal und ein grünes Licht leuchtet. Wenn Sie kein grünes Licht sehen und kein Tonsignal hören, ist das Patch vollständig entladen.
- Patch während des Ladevorgangs nicht verwenden.

### ■ LADEN DES PATCHS:

- Während des Ladevorgangs blinkt das grüne Licht am Gerät. Wenn es durchgehend leuchtet, ist der Ladevorgang abgeschlossen.
- Das Patch sollte vor der ersten Anwendung vollständig aufgeladen werden.
  - Verwenden Sie ausschließlich das mitgelieferte Kabel.
  - Verwenden Sie eine geeignete Stromquelle: eine Steckdose oder einen USB-Port (z. B. den eines Notebooks oder Tablets). Zum Aufladen an einer Steckdose verwenden Sie bitte nur ein CE-zertifiziertes Netzladegerät für den Hausgebrauch mit folgenden Ausgangsparametern (Output): 5,0 V und 0,3 - 2 A (auf dem Ladegerät angegeben).
  - Keine Schnellladegeräte verwenden: Diese Art von Ladegerät ist für das Patch ungeeignet und kann die Batterie beschädigen.
- Elektroden während des Ladevorgangs nicht berühren.
- Dieses Gerät enthält einen Lithium-Akku. Sollte sich der Akku beim Aufladen überhitzen, beenden Sie den Ladevorgang und wenden Sie sich an den Händler.
- ZUM SCHUTZ DES AKKUS:
  - Das Patch muss mindestens alle drei Monate ge- und entladen werden.



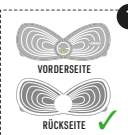
### 3. ANWENDUNG

Die Gebrauchsanleitung als Video finden Sie auf [www.urgo.be](http://www.urgo.be)

#### 3.1 Inbetriebnahme des wiederaufladbaren URGO TENS-PATCHS FÜR REGELSCHMERZEN



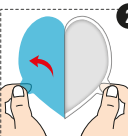
1



##### ERKENNEN DER SEITEN DES PATCHS

Legen Sie das Patch so vor sich auf den Tisch, dass Sie die Rückseite sehen (die Bedieneinheit zeigt zur Tischplatte).

2



##### VORBEREITUNG DER HAFTGEL-REFILLS

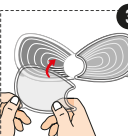
Zum Aufbringen des Gels muss das Patch ausgeschaltet sein.

Entnehmen Sie die beiden Haftgel-Refills und öffnen Sie den Beutel an der dafür vorgesehenen Einkerbung. Verwenden Sie dazu keine Schere.

Nehmen Sie ein Haftgel-Refill: ein Refill entspricht der rechten Seite des Patch, das andere der linken. Ziehen Sie vorsichtig die blaue Schutzfolie ab und **achten Sie darauf, dass das Haftgel auf der transparenten Schutzfolie am Platz bleibt.** (Falls nötig, können Sie das Gel mit Ihrem Finger festhalten.)

Überprüfen Sie, dass das Haftgel keine Beschädigungen aufweist (fehlende Gelteile, beschädigtes Gel usw.), da dies bei der Benutzung zu Hautreizungen führen könnte. Bewahren Sie die blaue Schutzfolie auf, um sie nach jeder Benutzung wieder auf dem Patch zu platzieren.

3



##### AUFBRINGEN DES GELS AUF DAS PATCH

Platzieren Sie mithilfe der transparenten Schutzfolie das Gel korrekt auf dem Patch und achten Sie darauf, dass die **Lasche des Gels auf der Lasche am Patch zu liegen kommt.** Wiederholen Sie Schritt 2 und 3 mit dem anderen Gelpad. Wenn beide Gelpads auf den Stromkreisen platziert wurden, ziehen Sie die beiden transparenten Schutzfolien ab und achten Sie darauf, dass die Gels auf dem Patch bleiben. (Falls nötig, halten Sie die Gels mit Ihrem Finger fest.)

1 Paar Haftgel-Pads = ca. 30 Anwendungen

(Hinweis: Die transparente Schutzfolie kann entsorgt werden.)

##### AUFBRINGEN DES PATCH

Legen Sie das Patch auf den schmerzenden Bereich. Achten Sie darauf, dass die Haut an der Stelle intakt ist, **nicht mit Creme oder fetthaltiger Lotion gepflegt wurde** und nicht zu stark behaart ist. Drücken Sie das Patch fest an, um einen guten Hautkontakt zu gewährleisten.

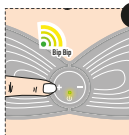
4



##### EINSCHALTEN DES PATCHS

Zum Einschalten des Patcha kurz auf die Taste "⏻" drücken: Sie hören einen Signalton, und ein grünes Licht leuchtet auf. **Sie befinden sich im PROGRAMM 1.** Wenn Sie kein grünes Licht sehen und keinen Signalton hören, ist das Patch vollständig entladen. Laden Sie das Patch mit dem mitgelieferten Ladekabel wieder auf.

5



##### PROGRAMMAUSWAHL

Dieses Patch bietet drei Programme. Jedes Programm dauert 30 Minuten.

Einzelheiten entnehmen Sie bitte Teil I.3 – Programme dieser Anleitung.

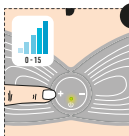
Das Programm 1 wird standardmäßig beim Einschalten des Patchs ausgewählt: Dieses Programm wird als Mittel der Wahl empfohlen. **Zum Wechseln des Programms die "⏻"-Taste lange drücken** (ca. 3 Sekunden, bis eine Reihe Signaltöne zu hören sind). Zwei Signaltöne zeigen an, dass Programm 2 eingestellt ist. Knopf loslassen. **Durch längeres Drücken** erfolgt der Wechsel zu Programm 3: 3 Piepstöne.

**Zum Wechseln des Programms die "⏻"-Taste lange drücken** (ca. 3 Sekunden, bis eine Reihe Signaltöne zu hören sind).

**Um die Stimulation zu beginnen, fahren Sie mit dem nächsten Schritt fort.**

1 Piepstön: Kombi-Programm // 2 Piepstöne: Kontinuierliches Standardprogramm // 3 Piepstöne: Diskontinuierliches Standardprogramm.

6



##### START DER STIMULATION UND EINSTELLUNG DER INTENSITÄT

**Nach Auswahl des Programms einmal kurz die "⏻"-Taste drücken, um die Stimulation zu starten.** Die Intensität durch kurzes Drücken der Tasten "⏻" und "⏪" anpassen.

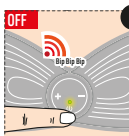
Die Einstellung der Intensität ist vom Individuum und dem zu behandelnden Bereich abhängig. Steigern Sie die Intensität allmählich, bis Sie ein deutliches prickeln spüren, das aber nicht schmerzhaft sein sollte. Wenn sich die Stimulation schmerzhaft anfühlt, reduzieren Sie die Intensität. Eine zu starke Einstellung kann zu Schmerzen und unerwünschten Muskelkontraktionen führen und bringt keinen zusätzlichen gesundheitlichen Nutzen.

**Es gibt 15 Intensitätsstufen.**

Wenn die höchste oder niedrigste Intensitätsstufe erreicht wurde, wird dies durch doppeltes Blinken der LED und einen doppelten Signalton angezeigt.

① Wenn Sie während einer Behandlungseinheit eine Serie von Tonsignalen hören, obwohl Sie das Patch nicht berührt haben, und sich das Patch ausschaltet, bedeutet dies, dass das Patch nicht ausreichend Hautkontakt hat. Bringen Sie das Patch erneut auf, damit die Elektroden vollständigen Hautkontakt haben, und starten Sie das laufende Programm durch kurzes Drücken der "⏻"-Taste erneut. Das Programm wird wieder an der Stelle aufgenommen, an der es unterbrochen wurde, und Sie müssen die Intensität erneut einstellen.

7

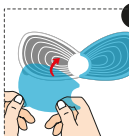


##### ABSCHALTEN DES PATCHS

**Nach 30 Minuten schaltet sich das Gerät automatisch ab.**

Wenn Sie das Gerät vor Ablauf der 30 Minuten ausschalten möchten, drücken Sie kurz auf "⏻": Drei Piepstöne und ein dreimaliges Blinken der LED bestätigen das Abschalten des Geräts.

8



##### VERSTAUEN DES PATCHS

Bevor Sie das Patch abnehmen, vergewissern Sie sich, dass es abgeschaltet ist. Ziehen Sie das Patch **sanft** ab und achten Sie darauf, dass die Gelpads auf dem Stromkreis bleiben (falls nötig, halten Sie die Gels mit Ihrem Finger fest). **Belassen Sie die Gelpads auf dem Patch und decken Sie sie mit den blauen Schutzfolien ab.** Jetzt ist Ihr Patch bereit für den nächsten Einsatz. Verstauen Sie es in der Transportbox. Beim nächsten Gebrauch nehmen Sie die Schutzfolien ab und beginnen direkt mit Schritt 4.

### 3.2 Pflege und ersatz der haftgels

#### ❶ Verlängerung der Lebensdauer der Haftgels

Wenn das Patch nicht mehr ausreichend auf der Haut haftet, befeuchten Sie die Gels, um ihre Lebensdauer zu verlängern. Verteilen Sie einige Tropfen Wasser auf der gesamten Oberfläche der Gels, ohne dass Wasser an die zentrale Steuereinheit gerät.

- Achten Sie darauf, dass nichts auf der Geloberfläche haften bleibt (verwenden Sie keine Papiertaschentücher).
- Warten Sie, bis die Gels das Wasser aufgesogen haben, bevor Sie das Patch wieder verwenden.

#### ❷ Ersatz der Haftgels

- Ein Paar Haftgel-Pads ermöglicht ungefähr 30 Anwendungen.
- Zum Austauschen das Haftgel einfach mit den Fingern abrollen.
- Achten Sie darauf, dass keine Reste mehr auf dem Stromkreis sind, bevor Sie ein neues Haftgel auflegen.
- Verwenden Sie das Gerät nur mit Gels, die mit dem wiederaufladbaren URGO TENS-Patch für Regelschmerzen kompatibel sind. Wenn Sie sich unsicher sind, fragen Sie Ihren Apotheker.

### 3.3 Anwendungsbereich des wiederaufladbaren urgo tens-patches für regelschmerzen



#### Unterleibsschmerzen

Das Patch sollte direkt auf den schmerzenden Bereich aufgelegt werden, bei Bauchschmerzen auf den Unterbauch unterhalb des Nabels.



#### Lumbalschmerzen

Bei Rückenschmerzen die Stromkreise seitlich der Wirbelsäule platzieren, sodass die Steuereinheit auf der Wirbelsäule zu liegen kommt.

Für bestimmte Körperzonen, insbesondere den unteren Rücken, ist unter Umständen die Hilfe einer anderen Person erforderlich.

## 4. NICHTZULÄSSIGE ANWENDUNGSBEREICHE / MEDIZINISCHE GEGENANZEIGEN / WARNHINWEISE

Die Verwendung dieses Geräts ersetzt keinen Arztbesuch und keine medizinische Behandlung. Wenn Sie unsicher sind, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

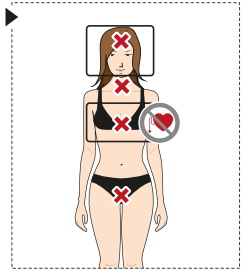
#### ⚠️ 4.1 Nicht erlaubte Anwendungsbereiche

- Nicht in der Nähe des Herzens oder am Rumpf anbringen, da die elektrischen Signale die elektrischen Signale des Herzens stören können.
- Nicht vorne oder seitlich am Hals anbringen (Halsschlagader, Kehle), da die Elektrostimulation Spasmen des Kehlkopfes oder Rachens auslösen und Atembeschwerden verursachen kann. Die Stimulation der Halsschlagader kann den Herzrhythmus verlangsamen oder bei Personen mit Gefäßproblemen den arteriellen Blutdruck absenken.
- Dieses Patch ist nicht zur Verwendung am Kopf vorgesehen.
- Nicht im Genitalbereich anwenden.

#### ■ Zusammenfassung: das patch nicht in den folgenden bereichen anwenden:

#### 4.2 Medizinische gegenanzeigen

- Tragen eines Implantats (Herzschrittmacher, Insulinpumpe, Blutzuckersensor, Defibrillator), da das wiederaufladbare URGO TENS-Patch für Regelschmerzen die Funktion dieser Geräte stören kann.
- **Hautläsionen** (gereizte Haut, entzündete Haut, postoperative Wunden, Narben jüngerer Datums, Hautklammern, traumatische Hautverletzungen, Verbrennungen usw.): nicht auf die betroffenen Bereiche aufbringen, da die Elektrostimulation die Hautreizung verstärken oder den Heilungsprozess stören kann.
- Bei **Empfindungsstörungen der Haut** im Bereich des unteren Bauchs oder Rückens das Patch nicht anwenden, um eine sekundäre Verbrennung aufgrund zu hoher Einstellung der Intensität infolge des mangelnden Empfindens in diesem Bereich zu vermeiden.
- Bei **Krebserkrankungen** das Patch nicht **auf oder in der Nähe von Krebsläsionen oder infizierten Bereichen** aufbringen, da der Reizstrom die Ausbreitung von Krebszellen in andere Körperbereiche begünstigen kann.
- Dieses Gerät darf nicht von bzw. bei schwangeren Frauen angewendet werden.



#### 4.3 Fragen sie ihren arzt oder apotheker

- wenn Sie unter Epilepsie leiden oder eine Epilepsie bei Ihnen vermutet wird, da die Elektrostimulation das Auftreten epileptischer Anfälle begünstigen kann;
- wenn Sie unter Herzproblemen leiden, da die elektrischen Signale die elektrischen Signale des Herzens stören können;
- bei Fieber über 39 °C, das Ihre Aufmerksamkeit beeinträchtigen kann.



#### 4.4 Warnhinweise

- Dieses Gerät nicht beim Führen von Fahrzeugen oder Maschinen oder bei anderen Aktivitäten benutzen, bei denen eine elektrische Stimulation oder unwillkürliche Muskelkontraktion gefährlich sein könnte.
- Das Gerät nicht beim Schlafen verwenden, um das Risiko von Schmerzen, Entzündungen oder sekundären Verbrennungen aufgrund zu hoher Intensität infolge von Nichtüberwachung auszuschließen.
- Gerät nicht in Bereichen mit Wundklammern, Implantaten oder anderen Metallgegenständen verwenden, da dies zu Verbrennungen oder Schmerzen führen könnte.
- Gerät nicht in sehr feuchten Umgebungen wie zum Beispiel Badezimmer oder in der Badewanne oder unter der Dusche verwenden.
- Aus Hygienegründen Haftgel-Pads nicht mit anderen Personen teilen.
- Außerhalb der Reich- und Sichtweite von Kindern aufbewahren: Das Gerät ist kein Spielzeug.

#### 4.5 Mögliche nebenwirkungen

- Im Anwendungsbereich des Patches kann es zu normalen Rötungen oder Hautreizungen kommen, die harmlos sind und von selbst wieder abklingen. Sie sind auf die erhöhte Durchblutung dieses Bereichs zurückzuführen. Wenn dies der Fall ist, Patch nicht wieder auf derselben Stelle anlegen, solange die Rötung noch besteht.
- Bei anhaltenden Hautreizungen, Verbrennungen oder allergischer Reaktion im Anwendungsbereich aufgrund der elektrischen Stimulation oder des Haftgels Behandlung abbrechen.
- Sollten Sie andere Nebenwirkungen beobachten, brechen Sie die Behandlung ab und unterrichten Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## 4.6 Wechselwirkungen

- Gerät nicht anwenden, während Sie an ein elektronisches Überwachungsgerät angeschlossen sind (z. B. Herzmonitor, EKG-Alarm) oder ein Elektrokardiogramm oder Elektroenzephalogramm aufgezeichnet wird. Diese elektronischen Geräte können nicht ordnungsgemäß funktionieren, wenn das Patch in Betrieb ist.
- Bitte beachten Sie das Verbrennungsrisiko bei gleichzeitigem Alkoholkonsum oder Anwendung von schmerzlindernden oder entzündungshemmenden Medikamenten, denn diese können die Schmerzempfindlichkeit der Haut herabsetzen. Hierbei handelt es sich aber nicht um eine Gegenanzeige.

## 5. REINIGUNG

**Nach der Anwendung die Vorderseite des Patches bei Bedarf mit einem leicht angefeuchteten Tuch reinigen:**

- Achten Sie vor der Reinigung des Patches darauf, dass das USB-Ladekabel nicht eingesteckt ist.
- Keine chemischen Reinigungsmittel oder Scheuermittel verwenden. Bei starken Verschmutzungen des Patches können Sie eventuell eine leichte Seifenlauge benutzen.
- Stellen Sie sicher, dass kein Wasser nach innen eindringt. Sollte dies trotzdem einmal vorgekommen sein, das Gerät erst dann wieder benutzen, wenn es vollständig getrocknet ist.
- Die Rückseite des Patches mit den Haftgels muss nicht gereinigt werden.
- Wenn der Benutzer geistig oder körperlich eingeschränkt ist, sollten Reinigung und Pflege unter Aufsicht eines Erwachsenen erfolgen.

## 6. AUFBEWAHRUNG

- Gerät vor Feuchtigkeit, hohen Temperaturen und direkter Lichteinstrahlung im Aufbewahrungsbeutel schützen.
- Die blauen Schutzfolien aufbewahren, um sie nach jeder Benutzung wieder auf dem Patch zu platzieren.

## 7. FRAGEN UND ANTWORTEN

Probleme	Mögliche Ursachen	Fehlerbehebung
Das Patch produziert beim Einschalten keinen Piepton oder die Kontrollleuchte geht nicht an.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Patch ist vollständig entladen.</li> <li>• Das Patch hat einen Funktionsfehler.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laden Sie das Patch mit dem in der Verpackung mitgelieferten Ladekabel wieder auf.</li> <li>• Wenden Sie sich an den URGO-Kundendienst in Belgien: <a href="mailto:contact@urgo.be">contact@urgo.be</a>.</li> </ul>
Sie spüren keine Stimulation.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Intensität ist zu niedrig.</li> <li>• Das Patch ist entladen.</li> <li>• Die Gels müssen neu befeuchtet werden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Steigern Sie die Intensität mit der "+"-Taste.</li> <li>• Laden Sie das Patch mit dem in der Verpackung mitgelieferten Ladekabel und einem CE-zertifizierten Netzladegerät wieder auf.</li> <li>• Befeuchten Sie die Gelpads wie in Abschnitt 3.2 beschrieben.</li> </ul>

Probleme	Mögliche Ursachen	Fehlerbehebung
Die Stimulation durch die Elektroden fühlt sich unangenehm an.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Intensität ist zu hoch.</li> <li>• Die Haftgel-Pads haften nicht mehr richtig, oder sind beschädigt und haben keinen ausreichenden Hautkontakt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verringern Sie die Intensität mit der "-"-Taste.</li> <li>• Reinigen und trocknen Sie Ihre Haut. Wenn das Patch immer noch nicht richtig haftet, die Gelpads wie in Abschnitt 3.2 beschrieben befeuchten. Wenn das Problem weiter besteht, die Haftgel-Pads ersetzen und überprüfen, ob sie den gesamten Stromkreis des Elektrostimulators bedecken, bevor Sie diesen erneut verwenden.</li> </ul>
Eine Seite des Patches verabreicht stärkere Stimulationen als die andere.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeder Bereich Ihres Körpers kann unterschiedlich reagieren.</li> <li>• Das Patch haftet nicht richtig auf der Haut.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn es unangenehm ist, korrigieren Sie die Position des Patches.</li> <li>• Prüfen Sie, ob das Patch guten Hautkontakt hat.</li> <li>• Reinigen und trocknen Sie Ihre Haut. Wenn das Patch immer noch nicht richtig haftet, die Gelpads wie in Abschnitt 3.2 beschrieben befeuchten.</li> <li>• Wenn das Problem weiter besteht, die Haftgel-Pads ersetzen und überprüfen, ob sie die gesamte Fläche des Stromkreises des Elektrostimulators bedecken, bevor Sie diesen erneut verwenden.</li> </ul>
Ohne Drücken der Tasten gibt der Patch während der Behandlungseinheit eine Reihe Pieptöne von sich.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Patch hat nicht ausreichend Hautkontakt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bringen Sie das Patch erneut auf, damit die Elektroden vollständigen Hautkontakt haben, und starten Sie das laufende Programm durch kurzes Drücken der "+"-Taste erneut.</li> <li>• Das Programm wird wieder an der Stelle aufgenommen, an der es unterbrochen wurde, und Sie müssen die Intensität erneut einstellen.</li> </ul>
Die Intensität nimmt ab, obwohl das Patch nicht berührt wurde.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es gibt mehrere mögliche Ursachen:</li> <li>• Das Patch hat sich abgelöst.</li> <li>• Das Patch ist entladen.</li> <li>• Ihre Empfindlichkeit hat abgenommen, da sich das Nervensystem sehr schnell an den Strom gewöhnt.</li> <li>• Die Gels müssen befeuchtet werden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prüfen Sie, ob das Patch vollständig guten Hautkontakt hat.</li> <li>• Der Akku ist eventuell leer. Laden Sie das Patch mit dem mitgelieferten Ladekabel wieder auf.</li> <li>• Sie haben sich im Laufe der Behandlungseinheit an die Intensität gewöhnt. Erhöhen Sie sie mit der "+"-Taste.</li> <li>• Die Gels müssen befeuchtet werden (siehe Abschnitt 3.2).</li> </ul>
Das Patch haftet nicht richtig auf der Haut.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cremes und Lotionen können die Haftfähigkeit des Gels beeinträchtigen.</li> <li>• Die Gels müssen befeuchtet werden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reinigen und trocknen Sie Ihre Haut.</li> <li>• Wenn das Patch immer noch nicht richtig haftet, die Gelpads wie in Abschnitt 3.2 beschrieben befeuchten.</li> <li>• Wenn das Problem weiter besteht, die Haftgel-Pads ersetzen und überprüfen, ob sie den gesamten Stromkreis des Elektrostimulators bedecken, bevor Sie diesen erneut verwenden.</li> </ul>

Fragen	Antworten
Der Anwendungsbereich ist gerötet. Ist das normal?	Eine vorübergehende Rötung der Haut unter den Elektroden ist normal und harmlos. Sie ist auf die erhöhte Durchblutung zurückzuführen. Vielleicht haben Sie das Patch zu abrupt abgezogen, was auch zu Rötungen führen kann. Lösen Sie das Patch beim nächsten Mal vorsichtiger ab. Bei anhaltender Hautreizung oder Juckreiz kann eine Allergie die Ursache sein. Fragen Sie in diesem Fall vor der erneuten Behandlung Ihren Arzt.
Kann man das Patch auch über der Kleidung verwenden?	Nein, der Programmstart ist blockiert, weil der Stromkreis nicht geschlossen ist: Kleidung wirkt wie eine Isolierschicht, sodass sich kein Strom fließen kann. Das Patch muss direkten Kontakt mit der Haut haben.
Kann ich das Patch abziehen, ohne es auszuschalten?	Nein, das Patch muss zunächst ausgeschaltet werden (mit der ON/OFF-Taste). Nachdem drei Pieptöne zu hören waren, kann es abgezogen werden.
Kann ich das Patch verwenden, um Schmerzen vorzubeugen?	Nein. Mit dem Patch lassen sich Schmerzen nicht vorbeugen. Verwenden Sie es ab den ersten Symptomen.
Kann ich mit dem Patch Sport treiben?	Sie können mit dem URGO TENS-Patch für Regelschmerzen gehen und Alltagsstätigkeiten ausführen. Sport treiben ist kein Problem, solange das Patch korrekt haftet. Wenn Sie aber schwitzen oder sich stark bewegen, haftet das Patch wahrscheinlich weniger gut, sodass die Wirkung abnimmt oder ganz ausbleibt.
Kann ich das Patch in Anwesenheit einer Person nutzen, die ein elektronisches Implantat oder einen Herzschrittmacher trägt?	Ja.
Kann ich das Patch auf einer Kaiserschnittnarbe anlegen?	Sie können das Patch auch auf Narben verwenden, wenn diese mindestens sechs Monate alt sind. Bei Narben jüngeren Datums raten wir von der Verwendung ab.
Werde ich eine gleichmäßige Wirkung spüren, wenn ich das Patch auf eine Narbe lege?	Nicht unbedingt, denn die kleinen oberflächlichen Nervenfasern können im Bereich der Narbe beschädigt sein, was das Empfinden der Patch-Wirkung beeinträchtigt. In keinem Fall sollten Sie das Patch auf Narben legen, die weniger als sechs Monate alt sind.
Wie bald nach der Entbindung kann ich das Patch verwenden?	Sie können das Patch acht Wochen nach der Entbindung verwenden. Bei einer weniger als sechs Monate alten Kaiserschnittnarbe raten wir jedoch von der Verwendung ab.
Während meiner Regel habe ich oft auf einer Seite stärkere Schmerzen als auf der anderen. Worauf muss ich in diesem Fall beim Anbringen.	Legen Sie in diesem Fall das Patch möglichst nah an die schmerzende Stelle. Aber auch wenn Sie es in der Bauchmitte platzieren, hilft es weiterhin gegen Regelschmerzen.
Nach dem Aufbringen des Gels auf die Stromkreise habe ich kleine Luftbläschen bemerkt. Ist das schlimm?	Nein, die Luftbläschen auf dem Stromkreis beeinträchtigen die Funktion des Patches nicht. Achten Sie nur darauf, dass das Gel insgesamt gut klebt.
Die Haftgel-Pads wurden an den Rändern leicht beschädigt (zum Beispiel beim Abziehen der transparenten Schutzfolie): Funktioniert das Patch dann weniger gut?	Auch wenn die Gelpads an den Rändern leicht beschädigt sind, funktioniert das Patch weiter einwandfrei, vorausgesetzt, die Stromkreise sind vollständig abgedeckt.
Kann ich das Netzladegerät meines Smartphones verwenden?	Ja, wenn es zertifiziert ist und Strom mit folgenden Ausgangsparametern (Output) liefert: 5 V, 0,3 - 2 A (auf dem Ladegerät angegeben).
Darf ich ein Schnellladegerät verwenden?	Nein, denn ein Schnellladegerät ist für das Patch nicht geeignet und kann es beschädigen.
Kann ich das Kabel meines Smartphones verwenden?	Nein, verwenden Sie ausschließlich das in der Verpackung mitgelieferte Kabel.

## 8. ENTSORGUNG

Aus Umweltschutzgründen darf das URGO TENS-Patch für Regelschmerzen am Ende seiner Lebensdauer nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Die Entsorgung hat an den entsprechenden Sammelpunkten für Elektroartikel zu erfolgen. Entsorgen Sie das Gerät gemäß der WEEE-Richtlinie für Elektro- und Elektronik-Altgeräte. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Behörden vor Ort, die für die Entsorgung und das Recycling dieser Produkte zuständig sind.

## 9. TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN

Modell/Typ .....	Wiederaufladbares URGO TENS-Patch für Regelschmerzen
Stromquelle .....	Interner 3,7 V Lithium-Ionen-Akku
Wellenform .....	Rechteckige biphasische Wellenimpulse
Impulsdauer .....	0-200 µs (Mikrosekunden)
Impulsfrequenz .....	1 - 100 Hz ± 15%
Höchstspannung .....	Max. 16V+/- 20% (bei 500 Ohm Widerstand)
Behandlungsdauer .....	30 Minuten
Ausgangsintensität .....	Einstellbar von 0 bis 15
Programme .....	3 Programme
Normale Betriebsdauer des Akkus .....	Ungefähr 240 Minuten nach vollständigem Aufladen
Verhalten des Geräts während des Ladevorgangs des internen Akkus .....	Die Kontrollleuchte blinkt während des Ladevorgangs, wenn der Akku voll geladen ist, leuchtet sie durchgängig
Normale Lebensdauer des Akkus .....	300 Mal aufladbar
Gewicht .....	30 g
Automatische Abschaltung .....	30 Minuten
Schutz gegen Stromschläge .....	Gerät vom Typ BF
Art des Schutzes gegen Stromschläge .....	Ausrüstung mit interner Stromversorgung
IP-Code .....	IP22: Das Gerät ist geschützt gegen Fremdkörper ≥ 12,5 mm und fallendes Tropfwasser, wenn das Gehäuse um 15° geneigt ist
Anzahl Verwendungen der Haftgels .....	30 Mal
Halbbarkeitsdatum der Haftgels .....	Auf den Haftgels angegeben
Funktionsmodus .....	Kontinuierlich/diskontinuierlich
Softwareversion .....	A0
Aufwärmzeit von der Mindestlagerungstemperatur bis zur Betriebsbereitschaft .....	30 Minuten
Abkühlzeit des Geräts zwischen den Anwendungen bei Höchsttemperatur bis zur erneuten Betriebsbereitschaft .....	15 Minuten bis zur Betriebsbereitschaft
USB-Ladekabel .....	Ein DC5V-Ausgangskabel und eine Ausgangsstromstärke von 0,3-2,0 A beim Laden verwenden
Normale Betriebsumgebungsluftfeuchtigkeit .....	15 - 90 % relative Luftfeuchtigkeit
Umgebungsluftfeuchtigkeit für Lagerung und Transport .....	0 - 90 % relative Luftfeuchtigkeit
Fläche der Elektroden .....	48 cm <sup>2</sup>
Normale Betriebsumgebungstemperatur .....	5 - 40 °C
Umgebungstemperatur für Lagerung und Transport .....	-25 - +70 °C
Luftdruck für Betrieb und Lagerung .....	70 - 106 kPa

**HINWEIS: DARF NICHT STERILISIERT WERDEN.**

**Nicht in einer SAUERSTOFFREICHEN UMGEBUNG verwenden. So ist zum Beispiel die Verwendung in einer Druckkammer oder einer Umgebung zur Behandlung mit Sauerstoff untersagt.**

Dieses Gerät erfüllt die europäischen Normen EN 60601-1, EN 60601-1-2, EN60601-1-11 und EN 60601-2-10 sowie die besonderen Sicherheitsanforderungen in Bezug auf elektromagnetische Kompatibilität. Bitte beachten Sie, dass das Gerät durch tragbare und mobile HF-Kommunikationseinrichtungen beeinflusst werden kann. Für weitere Einzelheiten wenden Sie sich bitte an den Kundendienst in Ihrem Land. Das Gerät erfüllt die Anforderung der europäischen Richtlinie 93/42/EWG über Medizinprodukte.

## 10. GARANTIE

















Die Laboratoires URGO HEALTHCARE tauschen defekte Geräte\* während der zweijährigen Garantielaufzeit ab Kaufdatum aus. Von der Garantie ausgenommen sind:

- Schäden durch nicht bestimmungsgemäße Nutzung: Nichteinhaltung der Gebrauchsanweisung, Nutzung zu einem nicht ursprünglich vorgesehenen Zweck, nicht regelkonforme Umgebungsbedingungen, ungeeignete Betriebsbedingungen, Überladung oder Wartungs- oder Pflegefehler.
- Schäden durch kommerzielle Nutzung.
- Schäden an gebraucht weiterverkauften Geräten.
- veränderte oder überarbeitete Produkte.

\*Davon ausgeschlossen sind Verbrauchsmaterialien (Elektroden und andere Elektrotherapie-Verbrauchsartikel), die der normalen Abnutzung unterliegen.

Diese Garantie ergänzt die bestehenden Garantieverpflichtungen und beeinträchtigt in keiner Weise Ihre gesetzlich verbrieften Rechte als Verbraucher.

Um die Garantie in Anspruch zu nehmen, legen Sie der Anfrage den Kaufbeleg (Kassenbon) bei.

	Verboten für Personen mit Herzschrittmachern oder implantierten Defibrillatoren.		Gerät vom Typ BF: alle Geräte mit Kontakt mit Patienten, mit Ausnahme von Herzschrittmachern und implantierten Defibrillatoren.
	Empfindlich gegenüber Feuchtigkeit.	<b>IP22</b>	IP-Code des Geräts.
	Hersteller.		Befugter Vertreter in der Europäischen Union.
<b>CE 1639</b>	CE-Kennzeichnung, Zertifikat ausgestellt durch SGS.		Chargenbezeichnung.
	Herstellungsdatum.		Haltbarkeitsdatum: Datum, nach dem das Produkt nicht mehr benutzt werden darf.
	Temperaturgrenze.		Die Produktverpackung muss dem Recycling zugeführt werden.
	ACHTUNG: Bitte Gebrauchsanweisung lesen (wichtige Vorsichtsmaßnahmen und Warnhinweise).		Siehe Anwendungshinweise.
	Feuchtigkeitsbegrenzung.		Recyclingpflichtiges Produkt.
	Vor Licht und Sonne geschützt aufbewahren.	<b>ROHS</b>	Einschränkung der Verwendung bestimmter Gefahrstoffe in Elektro- und Elektronikartikeln.
	Aus Umweltschutzgründen dürfen das Gerät und der Akku nach ihrer Nutzungsdauer nicht im Haushaltsmüll entsorgt werden. Sie müssen an entsprechenden Sammelstellen für elektrische und elektronische Geräte abgegeben werden.		

Datum der CE-Kennzeichnung: 2021

Datum der letzten Überarbeitung des Beipackzettels: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**

Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Vertrieb in Belgien durch:**

URGO SA/NV  
Chaussée de Ruisbroek 76  
1180 Bruxelles - BELGIQUE  
Noch Fragen? [contact@urgo.be](mailto:contact@urgo.be)

Typ: PL-029C/PL-013 - Artikelnummer 553082

Lea atentamente el manual y siga las instrucciones que indica. Lea atentamente las precauciones y contraindicaciones.



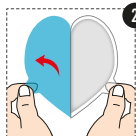
**Se recomienda cargar completamente el parche antes del primer uso.**

Utilice únicamente el cable suministrado y un cargador de red certificado CE con los siguientes parámetros de salida: 5V y 0,3 - 2 A (impresos en el cargador). **No utilice cargadores rápidos.**



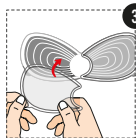
### 1 IDENTIFICACIÓN DE LAS PARTES DEL PARCHES

Una recarga corresponderá a la parte derecha del parche y la otra, a la parte izquierda. Retire con cuidado el film protector azul asegurándose de que el gel adhesivo se mantiene en su sitio en el film protector transparente.



### 2 COLOCACIÓN DEL GEL ADHESIVO SOBRE EL PARCHES

Abra el sobre y coja una recarga de gel adhesivo. Una recarga corresponderá a la parte derecha del parche y la otra, a la parte izquierda. Retire con cuidado el film protector azul asegurándose de que el gel adhesivo se mantiene en su sitio en el film protector transparente. (Si es necesario, puede sujetar el gel con el dedo). Conserve el film protector azul para colocarlo de nuevo sobre el parche después de cada uso.



### 3 APLICACIÓN DE LOS GELES EN EL PARCHES

Con ayuda del film protector, coloque correctamente el gel sobre el parche asegurándose de que la pestaña del gel se superponga con la del parche. Vuelva a realizar el mismo procedimiento con el otro gel, repitiendo los pasos 2 y 3. Una vez que los dos geles estén colocados sobre los circuitos eléctricos, retire los 2 films protectores transparentes, asegurándose de que los geles permanezcan en el parche. (Si es necesario, mantenga los geles con el dedo).

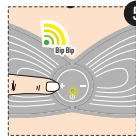
**1 par de geles adhesivos = 30 usos de media**

(Nota: Puede tirar el film protector transparente).



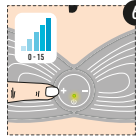
### 4 APLICACIÓN Y PUESTA EN MARCHA DEL PARCHES

Aplique el parche sobre la zona dolorida, como se muestra en el dibujo, y pulse brevemente el botón "ON". Se escuchará un pitido y se encenderá una luz verde. **Este es el PROGRAMA 1.** Si no ve la luz verde ni oye el pitido, su parche está completamente descargado. Recargue el parche con el cable suministrado.



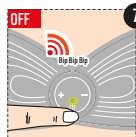
### 5 SELECCIÓN DEL PROGRAMA

El parche cuenta con **3 programas**. Cada programa dura 30 minutos. Para más información, consulte el prospecto completo. **Por defecto**, al poner en marcha el parche se **selecciona automáticamente el PROGRAMA 1.** Este es el programa recomendado para el primer uso. **Para cambiar de programa, mantenga pulsado el botón "ON"** (unos 3 segundos, hasta escuchar una serie de pitidos): 2 pitidos indican que se ha activado el programa 2. Suelte el botón. **Una nueva pulsación prolongada** le permitirá pasar al programa 3: 3 pitidos. **Para iniciar la estimulación, vaya al paso siguiente.**



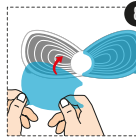
### 6 INICIO DE LA ESTIMULACIÓN Y AJUSTE DE LA INTENSIDAD

Tras seleccionar el programa deseado, pulse una vez y brevemente el botón "ON"; para iniciar la estimulación. Ajuste la intensidad pulsando brevemente los botones "+" y "-". Si la sensación es desagradable o dolorosa, reduzca la intensidad. **Hay 15 niveles de intensidad disponibles.**



### 7 APAGADO DEL PARCHES

**Al cabo de 30 minutos, el parche se apaga automáticamente.** Si desea apagar el dispositivo antes de que transcurran los 30 minutos de la sesión, pulse brevemente el botón "ON". El aparato se apagará con 3 pitidos y 3 señales luminosas.



### 8 ALMACENAMIENTO DEL PARCHES

Antes de retirar el parche, asegúrese de que esté apagado. A continuación, retire con cuidado el parche asegurándose de que los geles permanezcan sobre el circuito eléctrico (si es necesario, mantenga los geles con el dedo). **Deje los geles colocados en el parche y cúbralos con los films protectores azules que ha guardado previamente.** El parche queda listo para su futuro uso. Guarde el parche en la caja de transporte. Para los siguientes usos, retire los films protectores azules y pase directamente al paso 4.

Demostración de la aplicación del parche en:  
[www.urgo.es](http://www.urgo.es) o mediante código QR



**NOTA:** Cuando el parche no presente una adherencia suficiente a la piel, será necesario humedecer los geles para prolongar su vida útil, como se recomienda en el prospecto.

## URGO PARCHE DE ELECTROTERAPIA RECARGABLE PARA DOLORES MENSTRUALES

ES

### ÍNDICE

#### CONTENIDO DEL PACK

1. PRESENTACIÓN DE URGO PARCHE DE ELECTROTERAPIA RECARGABLE PARA DOLORES MENSTRUALES
2. PREPARACIÓN ANTES DEL USO
3. MODO DE EMPLEO
4. ZONAS DE APLICACIÓN CONTRAINDICADAS/CONTRAINDICACIONES MÉDICAS/PRECAUCIONES DE USO
5. LIMPIEZA
6. ALMACENAMIENTO
7. PREGUNTAS Y RESPUESTAS
8. CÓMO DESECHAR EL DISPOSITIVO
9. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS
10. GARANTÍA

Lea atentamente este prospecto y consérvelo para su uso posterior. Asegúrese de dejarlo en un lugar accesible para el resto de los usuarios y siga las indicaciones que contiene.

#### Contenido del pack:



1 Electroestimulador recargable



1 Cable USB de recarga



1 Prospecto



1 Caja de transporte

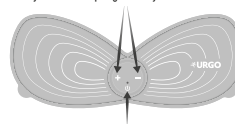


2 Sobres de geles adhesivos\*

\*1 gel adhesivo: aproximadamente 30 usos depende del tipo de piel y de la cantidad de vello/osidat.

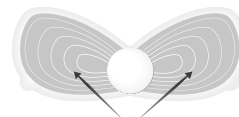
**Electroestimulador:** El electroestimulador (parche) está compuesto por una goma de silicona fina y flexible.

Ajuste de los programas y la intensidad



Botón de encendido/apagado

PARTE DELANTERA

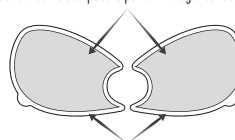


Circuito eléctrico

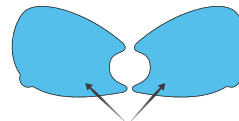
PARTE TRASERA

**Gel adhesivo:** La superficie adhesiva está compuesta por un hidrogel conductor.

Gel adhesivo compuesto por un hidrogel conductor



Film protector



Film protector

Estos geles adhesivos se encuentran a la venta en farmacias. Asegúrese de comprar geles compatibles con URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales.

**Electrodo:** Es el conjunto constituido por el circuito eléctrico y el gel.

**Cable USB de carga:**



Para cualquier consulta, póngase en contacto con el servicio de atención al consumidor:

Distribuidor en España:

Laboratorios URGO S.L., Florida 29, 20120 Hernani (Guipúzcoa)- España

¿Tiene alguna pregunta? ☎ 943 07 99 97

## 1. PRESENTACIÓN DE URGO PARCHE DE ELECTROTERAPIA RECARGABLE PARA DOLOR MENSTRUALES

Urgo Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales funciona con la tecnología TENS.

### 1.1 ¿Qué es la electroterapia (TENS) y en qué consiste?

La **tecnología médica TENS** (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, que en español significa neuroestimulación eléctrica transcutánea) permite **aliviar el dolor** gracias a una corriente eléctrica de una intensidad específica. Este método **no medicamentoso** se utiliza de forma habitual en **las unidades del dolor**.

Independientemente de la patología, la tecnología TENS no trata la causa del dolor, pero reduce o elimina la sensación de dolor sobre el conjunto de tejidos musculares y articulares doloridos.

La corriente eléctrica se transmite mediante electrodos (el circuito eléctrico con el gel) que se colocan sobre la superficie de la piel. Esto crea una estimulación eléctrica de los nervios. El dolor se reduce gracias a dos **acciones**:

- **INMEDIATA**: Disminución de la transmisión del dolor hacia la médula espinal, gracias al denominado "efecto compuerta" (gate control, en inglés).
- **DURADERA**: Aumento de la liberación de endorfinas, hormonas naturales antidolor segregadas por el cerebro.

El tratamiento mediante electroterapia ofrece un alivio inmediato y duradero del dolor.

**Todos los programas de electroterapia son eficaces: han sido científicamente probados y la tecnología ha sido aprobada por profesionales médicos.**

### 1.2 Indicaciones

**Antes de utilizar la electroterapia es necesario que un profesional de la salud haya diagnosticado el origen y el motivo de los dolores que padece durante la menstruación. Su farmacéutico o médico puede darle indicaciones de cómo realizar el autotratamiento con electroterapia.**

Asegúrese de no utilizar este parche en una zona contraindicada (consulte el apartado 4.1). Aplique el dispositivo únicamente sobre la piel sana y limpia, sin restos de cremas ni lociones grasas.

Las personas física o mentalmente dependientes, solo pueden utilizarlo bajo la supervisión de un adulto responsable.

URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales está indicado para el dolor pélvico (de la zona baja del abdomen) crónico (p. ej., endometriosis) (programa 3) y para las dismenorreas primarias, es decir, las menstruaciones dolorosas que no están provocadas por ningún trastorno ginecológico subyacente (programas 1 y 2). El dolor comienza poco antes o al inicio de la menstruación y, en la mayoría de los casos, dura de uno a tres días. Se manifiesta en forma de calambres en la zona baja del abdomen que, en ocasiones, se extienden hasta la región lumbar.

### 1.3 ¿Cómo elegir el programa adecuado y ajustar la intensidad?

El parche cuenta con 3 programas, cada uno con 15 niveles de intensidad.

Cada programa dura 30 minutos. El parche se apaga automáticamente al finalizar el programa.

La sensación de estimulación eléctrica proporcionada por el parche debe sentirse con fuerza sin llegar nunca a ser dolorosa. El programa elegido no debe provocar ninguno de estos síntomas:

- sensaciones dolorosas durante la sesión.
- contracciones musculares fuertes (si el parche provoca contracciones, reduzca la intensidad y, si esto no es suficiente, apague el parche y reposiciónelo desplazándolo unos centímetros).
- sensaciones de quemaduras eléctricas.

Cada programa puede ajustarse a una intensidad entre 1 y 15. Comience siempre la estimulación a baja intensidad y aumentela progresivamente hasta que encuentre la que le proporcione el mayor alivio. Esta intensidad puede variar en función del programa utilizado. El sistema nervioso se acostumbra rápidamente a la corriente. Durante los primeros 5 minutos de un programa o después de varios usos podrá sentir como su sensibilidad a la estimulación disminuye, esto es completamente normal. Puede aumentar la intensidad a su gusto para recuperar un nivel de estimulación más fuerte, pero aún indolora.

- La sensación provocada por la estimulación eléctrica difiere de una persona a otra. **Por ello, se recomienda **PROBAR TODOS LOS PROGRAMAS** para identificar el que le proporcione el mayor alivio y comodidad.** En función del tipo de dolor que desee aliviar con URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales, el programa más conveniente también puede variar.

### Descripción de los 3 programas de electroterapia que ofrece el parche:

Programa	1.	2.	3.
<b>Modo</b>	Combinado.	Convencional continuo.	Convencional discontinuo.
<b>Ventajas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alivio rápido y duradero del dolor.</li> <li>• Evita la habituación.</li> </ul>	Alivio rápido del dolor.	Alivio rápido del dolor.
<b>Efectos observados</b>	Alternancia entre sensación de hormigueo agudo e impulsos asociados a las micro contracciones musculares.	Sensación de hormigueo agudo.	Sensación de hormigueo agudo.
<b>¿Cómo funciona?</b>	Este programa utiliza el modo TENS convencional a diferentes frecuencias (60 Hz, 80 Hz y 100 Hz) en modo continuo o discontinuo. La estimulación de alta frecuencia discontinua con una frecuencia fija (2 Hz) es un modo "BURST" que activa simultáneamente 2 mecanismos de alivio del dolor: el efecto "compuerta" (gate control) y la liberación de endorfinas.	Se trata de una estimulación eléctrica de alta frecuencia (100 Hz) que estimula directamente las fibras nerviosas, bloqueando de este modo la transmisión de la señal de "dolor" al cerebro. El dolor se alivia gracias al denominado efecto "compuerta" (gate control).	Se trata de una estimulación eléctrica de alta frecuencia (85 Hz) que estimula directamente los nervios sensoriales, bloqueando de este modo la transmisión de la señal de dolor al cerebro. El dolor se alivia gracias al llamado efecto «compuerta» (gate control).
<b>Duración (min)</b>	30	30	30



Programa	1.	2.	3.
Tipo de corriente	Bidireccional.		
Frecuencia (Hz) <sup>1</sup>	Fase 1: 100 Hz Fase 3: 80 Hz Fase 5: 60 Hz	Fase 2: 100 Hz Fase 4: 80 Hz Fase 6: 60 Hz	100
Anchura del impulso (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Modo <sup>3</sup>	<p><b>DISCONTINUO Y RÁFAGAS</b></p> <p>El uso de 3 frecuencias (60 Hz, 80 Hz y 100 Hz) en modo discontinuo y por ráfagas permite crear 6 fases diferentes de estimulación de 1 minuto de duración cada una que se alternan durante el programa. Al final de cada fase se realiza una breve pausa (1s) para que la estimulación sea más cómoda y agradable.</p> <p><b>Fase 1:</b> DISCONTINUO (5 segundos encendido y 1 segundo apagado)</p> <p><b>Fase 2:</b> Por RÁFAGAS de 2 Hz (fase de trabajo = 0,25 s; fase de pausa = 0,25 s)</p> <p><b>Fase 3:</b> DISCONTINUO (5 segundos encendido y 1 segundo apagado)</p> <p><b>Fase 4:</b> Por RÁFAGAS de 2 Hz (fase de trabajo = 0,25 s; fase de pausa = 0,25 s)</p> <p><b>Fase 5:</b> DISCONTINUO (5 segundos encendido y 1 segundo apagado)</p> <p><b>Fase 6:</b> Por RÁFAGAS de 2 Hz (fase de trabajo = 0,25 s; fase de pausa = 0,25 s)</p> <p>Duración total de cada fase = 1 min: Tiempo de trabajo = 59 s; tiempo de pausa = 1 s.</p>	CONTINUO (sin ciclos)	DISCONTINUO (3 segundos de estimulación y 1 segundo sin estimulación)
Gráfico			
Autonomía de la batería <sup>4</sup>	5 Horas.	4 Horas.	3 Horas.

<sup>1</sup> **Frecuencia (F):** Se mide en hercios (Hz). Se trata de un indicador que proporciona el número de estimulaciones por segundo. Por ejemplo: una frecuencia de 2 Hz quiere decir que recibirá 2 impulsos por segundo.

<sup>2</sup> **Anchura del impulso (L):** Se mide en microsegundos (µs). Indica la duración de cada estímulo expresada en microsegundos (µs). Cada segundo contiene un millón de microsegundos.

<sup>3</sup> **Modo continuo o discontinuo: CONTINUO:** Es un estímulo sin interrupción. **DISCONTINUO:** El programa incluye pausas breves entre los ciclos para que la estimulación sea más cómoda y agradable. Para saber cómo elegir entre los distintos programas y ajustar el nivel de intensidad, consulte el apartado 3, "MODO DE EMPLEO".

<sup>4</sup> **Utilización con la intensidad más alta.**

### Recomendaciones de uso:

Si lo desea, puede caminar y dedicarse a sus tareas cotidianas, mientras utiliza URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales. Mientras el parche esté correctamente adherido, no debería haber ningún problema.

Debe elegir el o los programas que más le convengan en términos de eficacia y de confort. Son muchos los factores que determinan la percepción sensorial del programa (zona afectada, sensibilidad de la piel, grasa corporal, cantidad de vello en la zona a tratar, humedad atmosférica, etc.). Además, las preferencias de la persona también pueden variar de un día a otro.

Para dolores intensos que requieran un **alivio rápido**, utilice preferiblemente los **PROGRAMAS 2 y 3** (convencional) como primera opción.

Si el dolor es menos intenso y quiere obtener un alivio más **duradero**, utilice el **PROGRAMA 1**.

Para el dolor pélvico crónico (p. ej., endometriosis), utilice preferiblemente el **PROGRAMA 3**.

**Número de sesiones:** Tantas como sea necesario, utilizando el(l) programa(s) que le ofrezca(n) un mayor alivio, teniendo cuidado de **retirar el parche al acabar cada sesión** para que la piel descansa y **espaciando las sesiones media hora** si es posible.

En caso de irritación cutánea, detenga la estimulación y deje descansar la piel. Si la irritación cutánea continúa y experimenta picazón o irritación, consulte con su médico antes de reanudar el uso.

## 2. PREPARACIÓN ANTES DEL USO

### ANTES DE CADA USO:

- Asegúrese de colocar el parche teniendo en cuenta las contraindicaciones del apartado 4.
- La piel debe estar limpia y no tener restos de cremas o lociones grasas para asegurar un funcionamiento óptimo del parche.
- No aplique el parche sobre la ropa.
- Para que el efecto sea óptimo, toda la superficie de los electrodos del parche debe de estar en contacto con la piel.
- Antes de comenzar la sesión, asegúrese de que el parche esté cargado. Para ello, pulse brevemente el botón : escuchará un pitido y se encenderá una luz verde. Si no ve la luz verde ni oye el pitido, significa que su parche está completamente descargado.
- **No utilice el dispositivo mientras se esté cargando.**

### CARGA DEL PARCHE:

- La luz verde del dispositivo parpadeará durante la carga y se mantendrá fija cuando la carga se haya completado.
- **Se recomienda cargar completamente el parche antes del primer uso.**
  - Utilice únicamente el cable suministrado.
  - Utilice una fuente de alimentación adecuada: una toma de corriente o un puerto USB (por ejemplo el de un ordenador portátil o una tableta). Si carga desde una toma de corriente, utilice únicamente un cargador de red con certificado CE para uso doméstico con los siguientes parámetro de salida: 5,0V y 0,3 - 2 A (impresos en el cargador).
  - **No utilice cargadores rápidos: este tipo de cargadores son incompatibles con el parche y pueden dañar la batería.**
- **No toque los electrodos durante la carga.**
- Este dispositivo contiene una batería de litio. Si el dispositivo se sobrecalienta durante la carga, detenga la carga e informe al distribuidor.

### CÓMO MANTENER LA BATERÍA:

- El parche se debe cargar y descargar al menos una vez cada 3 meses.

### 3. MODO DE EMPLEO

Consulte el modo de empleo en video en [www.urgo.es](http://www.urgo.es)

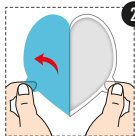
#### 3.1 Puesta en marcha de URGO PARCHES DE ELECTROTERRAPIA RECARGABLE PARA DOLORS MENSTRUALES



1

##### IDENTIFICACIÓN DE LAS PARTES DEL PARCHES

Coloque el parche sobre una mesa de modo que la parte trasera esté frente a usted (con el sistema de control contra la mesa).



2

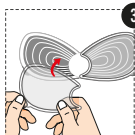
##### COLOCACIÓN DEL GEL ADHESIVO SOBRE EL PARCHES

Para colocar el gel, el parche debe estar apagado.

Extraiga un recambio de gel adhesivo abriendo el sobre por la muesca prevista para ello y sin utilizar tijeras.

Coja una recarga de gel adhesivo. Una recarga corresponderá a la parte derecha del parche y la otra, a la parte izquierda. Retire con cuidado el film protector azul asegurándose de que el gel adhesivo se mantiene en su sitio en el film protector transparente. (Si es necesario, puede sujetar el gel con el dedo).

Compruebe que el gel adhesivo no presente defectos (ausencia de una parte del gel, gel dañado, etc.), ya que eso podría provocar irritaciones cutáneas durante el uso. Conserve el film protector azul para colocarlo de nuevo sobre el parche después de cada uso.



3

##### APLICACIÓN DE LOS GELES EN EL PARCHES

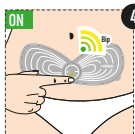
Con ayuda del film protector transparente, posicione correctamente el gel sobre el parche asegurándose de que la **pestaña del gel se superponga con la del parche**. Vuelva a realizar el mismo procedimiento con el otro gel, repitiendo los pasos 2 y 3. Una vez que los dos geles estén colocados sobre los circuitos eléctricos, retire los 2 films protectores transparentes, asegurándose de que los geles permanezcan en el parche. (Si es necesario, mantenga los geles con el dedo).

1 par de geles adhesivos = 30 usos de media

(Nota: Puede tirar el film protector transparente).

##### APLICACIÓN DEL PARCHES

Aplique el parche sobre la zona dolorida. Asegúrese de que la piel esté sana, **no haya sido tratada con cremas ni lociones grasas** y que no presente una cantidad de vello excesiva. Presione firmemente para asegurar un contacto correcto con la piel.

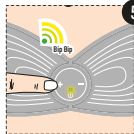


4

##### PUESTA EN MARCHA DEL PARCHES

Para activar el parche, **pulse brevemente el botón "⏻"**: Se escuchará un pitido y se encenderá una luz verde. **Este es el PROGRAMA 1.**

Si no ve la luz verde ni oye el pitido, su parche está completamente descargado. Recargue el parche con el cable suministrado.



5

##### SELECCIÓN DEL PROGRAMA

El parche cuenta con **3 PROGRAMAS**. Cada programa dura **30 minutos**.

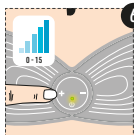
Para obtener información detallada, consulte el apartado 1.3 - "PROGRAMAS" de este prospecto.

Por defecto, al poner en marcha el parche se **selecciona automáticamente el PROGRAMA 1**. Este es el programa recomendado para el primer uso. Para **cambiar de programa, mantenga pulsado el botón "⊕"** (unos 3 segundos, hasta escuchar una serie de pitidos): 2 pitidos indican que se ha activado el programa 2. Suelte el botón. Una **nueva pulsación prolongada** le permitirá pasar al programa 3: 3 pitidos.

Para volver al programa anterior, **mantenga pulsado el botón "⊖"** (unos 3 segundos) hasta escuchar una serie de pitidos.

Para **iniciar** la estimulación, **pase al siguiente paso**.

1 pitido: Programa Combinado // 2 pitidos: Programa Convencional continuo // 3 pitidos: Programa Convencional discontinuo.



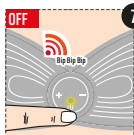
6

##### INICIO DE LA ESTIMULACIÓN Y AJUSTE DE LA INTENSIDAD

Tras **seleccionar el programa deseado, pulse una vez y brevemente el botón "⊕"**; para **iniciar la estimulación**. Ajuste la intensidad **pulsando brevemente los botones "⊕" y "⊖"**.

El ajuste de la intensidad depende de cada persona y de la zona a tratar. Aumente gradualmente la intensidad hasta percibir una sensación de estimulación eléctrica muy pronunciada, pero no dolorosa. Si la sensación es desagradable o dolorosa, reduzca la intensidad. Incrementar la intensidad de la estimulación hasta un nivel demasiado elevado puede provocar dolor y contracciones musculares no deseadas. Además, esto no supone una eficacia adicional. **Hay 15 niveles de intensidad disponibles**. Cuando la intensidad alcanza el nivel más alto o más bajo, la luz LED y el pitido se emiten 2 veces en lugar de una.

ⓘ Si escucha una serie de pitidos durante la sesión sin haber tocado el parche y este deja de funcionar, significa que el parche ya no está en suficiente contacto con la piel. Deberá volver a colocar el parche de forma que los electrodos queden completamente en contacto con la piel y reiniciar el programa en curso pulsando brevemente el botón "⊕". El programa se reanudará donde lo dejó, tendrá que volver a ajustar la intensidad.

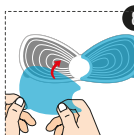


7

##### APAGADO DEL PARCHES

Al cabo de 30 minutos, el parche se **apaga automáticamente**.

Si desea apagar el dispositivo antes de que transcurran los 30 minutos de la sesión, pulse **brevemente el botón "⏻"**. El aparato se apagará con 3 pitidos y 3 señales luminosas.



8

##### ALMACENAMIENTO DEL PARCHES

Antes de retirar el parche, asegúrese de que esté apagado. A continuación, retire con **cuidado** el parche asegurándose de que los geles permanezcan sobre el circuito eléctrico (si es necesario, mantenga los geles con el dedo). **Deje los geles colocados en el parche y cúbralos con los films protectores azules que ha guardado previamente**. El parche queda listo para su futuro uso. Guarde el parche en la caja de transporte. Para los siguientes usos, retire los films protectores azules y pase directamente al paso 4.

### 3.2 Mantenimiento y sustitución de los geles adhesivos

#### ❗ Prolongar la vida útil de los geles adhesivos

Cuando el parche no presente una adherencia suficiente a la piel, será necesario humedecer los geles para prolongar su vida útil. Ponga unas gotas de agua sobre la superficie de los geles, pero sin mojar el sistema de control central.

- Asegúrese de que no queden residuos sobre la superficie de los geles (no utilice pañuelos de papel).
- Antes de volver a reutilizar el parche, espere a que los geles hayan absorbido el agua.

#### ❗ Sustitución de los geles adhesivos

- Un gel permite unos 30 usos.
- Para cambiar el gel adhesivo, enrolle el gel adhesivo sobre sí mismo con los dedos.
- Antes de colocar un nuevo gel adhesivo, compruebe que no queden residuos en los circuitos eléctricos.
- Utilice este dispositivo únicamente con los geles adhesivos compatibles. En caso de duda, consulte con su farmacéutico.

### 3.3 ¿DÓNDE SE PUEDE UTILIZAR URGO PARCHE DE ELECTROTERAPIA RECARGABLE PARADOLORS MENSTRUALES?



#### Dolor abdominal

El parche debe colocarse directamente sobre la zona dolorosa: en la parte inferior del abdomen, por debajo del ombligo.



#### Dolor lumbar

En caso de dolor lumbar, coloque los electrodos a ambos lados de la columna vertebral, de modo que el sistema de control quede sobre la columna vertebral.

En algunas localizaciones, y especialmente en el caso de los dolores en la parte baja de la espalda, puede ser necesaria la ayuda de otra persona.

### 4. ZONAS DE APLICACIÓN CONTRAINDICADAS/CONTRAINDICACIONES MÉDICAS/PRECAUCIONES DE USO

El uso del dispositivo no reemplaza una consulta médica o un tratamiento médico. En caso de duda, consulte con su médico o su farmacéutico.

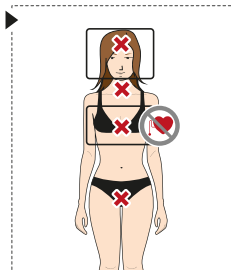
#### ⚠ 4.1 Zonas de aplicación contraindicadas

- No aplique el dispositivo cerca del corazón o en el torso, ya que las señales eléctricas pueden interferir con las señales eléctricas del corazón.
- No aplique el dispositivo en la parte delantera o en los laterales del cuello (carótida, garganta), ya que la electroestimulación puede provocar espasmos laríngeos y faríngeos, que pueden provocar problemas respiratorios. La estimulación de la arteria carótida puede provocar una frecuencia cardíaca más lenta o una presión arterial inusualmente baja en personas con problemas vasculares.
- Este parche no está diseñado para su aplicación en la cabeza.
- No lo utilice en los genitales.

■ En resumen, no se debe utilizar el parche en las siguientes zonas:

#### 4.2 Contraindicaciones médicas

- Si lleva un **dispositivo implantado** (marcapasos, bomba de insulina, medidor de glucosa en sangre, desfibrilador implantado, etc.), porque URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales puede interferir con su funcionamiento.
- Si presenta **lesiones cutáneas** (piel irritada, erupciones cutáneas, heridas postoperatorias, cicatrices recientes, presencia de grapas, heridas traumáticas, quemaduras, etc.), no aplique el dispositivo en las zonas afectadas, ya que la electroestimulación puede agravar la irritación cutánea o alterar la cicatrización.
- Si tiene **problemas de sensibilidad cutánea** en la parte inferior del abdomen o la espalda, no aplique el parche para evitar riesgos de quemaduras secundarias al ajustar la intensidad excesivamente alta debido a la falta de sensibilidad.
- No lo aplique sobre una **lesión oncológica o infectada ni cerca de esta**, ya que la corriente producida podría favorecer la propagación de las células cancerosas hacia otras partes del cuerpo. Si padece cáncer, no aplique el dispositivo.
- Este dispositivo no está destinado ni debe ser utilizado por mujeres embarazadas.



#### 4.3 Consulte con su médico o farmacéutico:

- En caso de epilepsia o sospecha de epilepsia, ya que la electroestimulación puede desencadenar crisis epilépticas.
- En caso de trastornos cardíacos, ya que las señales eléctricas pueden interferir con las señales eléctricas del corazón.
- En caso de fiebre superior a 39 °C que pueda afectar a su estado de alerta.

#### 4.4 Precauciones de uso

- No utilice este dispositivo mientras conduce (automóviles, máquinas, etc.) ni en caso de ejercer una actividad en la que la estimulación eléctrica o la contracción muscular involuntaria puedan resultar peligrosas.
- No utilice este aparato mientras duerme para evitar el riesgo de aparición de dolor, inflamación o quemaduras secundarias debido a una intensidad excesivamente alta que no podría controlar por falta de vigilancia.
- No utilice este dispositivo en zonas con grapas, implantes u otros elementos metálicos, ya que esto puede ocasionar quemaduras o dolor.
- No utilice este dispositivo en lugares con humedad elevada, como un baño durante la ducha o el baño.
- Por motivos de higiene, no comparta los geles adhesivos con otras personas.
- Mantenga el dispositivo fuera del alcance y de la vista de los niños; no les permita jugar con el dispositivo.

#### 4.5 Reacciones adversas

Se puede producir enrojecimiento o irritación cutánea en la zona de aplicación del parche, esta reacción es normal si es una reacción temporal. Esto se debe al aumento localizado del flujo sanguíneo. Si esto ocurre, no vuelva a aplicar el parche en la misma zona mientras persista el enrojecimiento.

- Interrumpa el tratamiento en caso de irritaciones cutáneas persistentes, quemaduras en la zona de aplicación o reacciones alérgicas que puedan aparecer en la zona de aplicación del dispositivo debido a la estimulación eléctrica o al gel conductor.
- Si experimenta otras reacciones adversas, deje de usar el dispositivo y consulte con su médico o farmacéutico.

## 4.6 Interacciones

- No utilice el dispositivo en presencia de equipos de monitorización electrónica (p. ej., un monitor cardíaco o una alarma de ECG) o mientras se somete a un electrocardiograma o un electroencefalograma. Los equipos electrónicos no funcionan correctamente cuando el parche está activado.
- Tenga en cuenta el riesgo potencial de quemaduras si consume alcohol, analgésicos o medicamentos antiinflamatorios al mismo tiempo, ya que estos pueden afectar a la sensibilidad de su piel. Esto no es una contraindicación.

## 5. LIMPIEZA

Después de su uso, si es necesario, puede limpiar la parte delantera del parche con un paño suave ligeramente humedecido:

- Para limpiar el parche, asegúrese de que el cable USB de recarga está desconectado.
- No utilice detergentes químicos ni abrasivos. Si el parche está muy sucio, puede utilizar una solución ligeramente jabonosa.
- Asegúrese de que no entre agua en el interior. Si esto ocurriera, no utilice el dispositivo hasta que esté completamente seco.
- La parte trasera del parche con los geles adhesivos no requiere limpieza.
- Si el usuario es una persona física o mentalmente dependiente, la limpieza y el mantenimiento deberán realizarse bajo la supervisión de un adulto responsable.

## 6. ALMACENAMIENTO

- Mantenga el dispositivo dentro de su caja de transporte, alejado de la humedad, altas temperaturas y luz solar directa.
- Conserve los films protectores azules para colocarlos de nuevo sobre el parche después de cada uso.

## 7. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Problemas	Posibles causas	¿Qué hacer?
El parche no emite ningún pitido al encenderse o no se enciende.	<ul style="list-style-type: none"> <li>El parche está completamente descargado.</li> <li>El parche presenta un problema de funcionamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cargue el parche con el cable de carga suministrado en el envase.</li> <li>Póngase en contacto con el servicio de atención al consumidor de URGO: 943 07 99 97</li> </ul>
No siente ningún tipo de estimulación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>El nivel de intensidad es demasiado bajo.</li> <li>El parche está descargado.</li> <li>Debe volver a humedecer los geles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aumente el nivel de intensidad con el botón "⊕".</li> <li>Cargue el parche con el cable de carga suministrado en el envase y un cargador de red con certificado CE.</li> <li>Humedezca los geles como se indica en el apartado 3.2.</li> </ul>

Problemas	Posibles causas	¿Qué hacer?
Los electrodos provocan una sensación desagradable.	<ul style="list-style-type: none"> <li>El nivel de intensidad utilizado es demasiado alto.</li> <li>Los geles adhesivos no se adhieren bien o están dañados y ya no tienen suficiente contacto con la piel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reduzca el nivel de intensidad con el botón "⊖".</li> <li>Comience por limpiar y secar su piel. Si el parche sigue sin adherirse correctamente, humedezca los geles como se indica en el apartado 3.2. Si el problema persiste, sustituya los geles y compruebe que cubran todo el circuito eléctrico del electroestimulador antes de volver a utilizar el dispositivo.</li> </ul>
Un lado del parche envía estímulos más fuertes que el otro.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Es posible que cada zona de su cuerpo reaccione de manera diferente.</li> <li>El parche no se adhiere correctamente a la piel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Si esta sensación es desagradable, reposicione el parche.</li> <li>Asegúrese de que el parche esté en contacto con la piel.</li> <li>Comience por limpiar y secar la piel. Si el parche sigue sin adherirse correctamente, humedezca los geles como se indica en el apartado 3.2.</li> <li>Si el problema persiste, sustituya los geles y compruebe que cubran toda la superficie del circuito eléctrico del electroestimulador antes de volver a utilizar el dispositivo.</li> </ul>
Si haber pulsado ningún botón, el parche emite una serie de pitidos durante la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>El parche ya no está en suficiente contacto con la piel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deberá volver a adherir el parche para que los electrodos estén completamente en contacto con la piel y reiniciar el programa en curso pulsando brevemente el botón "⊕".</li> <li>El programa se reanuda donde lo dejó y tendrá que volver a ajustar intensidad.</li> </ul>
La intensidad disminuye sin tocar el parche.	<p>Hay varias causas posibles:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>El parche puede no estar en contacto con la piel.</li> <li>El parche está descargado.</li> <li>Es posible que se haya acostumbrado a la intensidad durante la sesión, puede aumentarla pulsando el botón "⊕".</li> <li>Los geles deben humedecerse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asegúrese de que toda la superficie del parche esté en contacto con la piel.</li> <li>La batería puede estar casi descargada; recargue el parche con el cable suministrado.</li> <li>Puede que se haya acostumbrado a la intensidad durante la sesión; aumentela con el botón "⊕".</li> <li>Los geles deben volver a humedecerse (ver el apartado 3.2).</li> </ul>
El parche no se adhiere correctamente a la piel.	<ul style="list-style-type: none"> <li>La presencia de crema o leche corporal reduce la adherencia de los geles.</li> <li>Los geles deben humedecerse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comience por limpiar y secar la piel.</li> <li>Si el parche sigue sin adherirse correctamente, humedezca los geles tal y como se indica en el apartado 3.2.</li> <li>Si el problema persiste, sustituya los geles y compruebe que cubran todo el circuito eléctrico del electroestimulador antes de volver a utilizar el dispositivo.</li> </ul>

Preguntas	Respuestas
La zona de tratamiento se pone roja. ¿Es esto normal?	El enrojecimiento temporal de la piel situada bajo los electrodos es benigno y normal. Esto se debe al aumento localizado del flujo sanguíneo. Es posible que haya retirado el parche de la piel muy rápido, lo que causa enrojecimiento. La próxima vez, trate de retirar el parche más suavemente. Si la irritación cutánea continúa y experimenta picazón o irritación, es posible que se deba a una alergia. Consulte con su médico antes de reanudar el uso.
¿Se puede aplicar el parche por encima de la ropa?	No, el inicio del programa quedará bloqueado porque el circuito eléctrico no está cerrado: la ropa actúa como capa aislante y evita que el circuito se cierre. El parche debe estar en contacto directo con la piel.
¿Puedo retirar el parche sin detener el dispositivo?	No, en primer lugar deberá apagar el parche (pulsando el botón de "encendido/apagado") y, después de oír los 3 pitidos, puede retirarlo.
¿Puedo utilizar el parche para prevenir dolores?	No. El parche no sirve para prevenir dolores. Puede utilizarlo en cuanto aparezcan los primeros síntomas.
¿Puedo practicar deporte mientras uso el parche?	Puede caminar y realizar sus actividades cotidianas mientras lleva puesto URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales. En cuanto a la práctica deportiva, mientras el parche esté correctamente adherido, no debe haber ningún problema; sin embargo, si suda o se mueve mucho, es probable que la adherencia del parche disminuya y, por tanto, la eficacia del parche se reduzca o se elimine.
¿Puedo utilizar el parche en presencia de una persona que lleve implantado un dispositivo electrónico o cardíaco?	Sí.
¿Sentiré los efectos del parche de forma homogénea si aplico el parche sobre una cicatriz?	No necesariamente. Las pequeñas fibras nerviosas superficiales pueden haber resultado dañadas y dificultar la percepción de las sensaciones asociadas a los efectos del parche. En cualquier caso, no coloque el parche sobre cicatrices producidas hace menos de 6 meses.
Después del parto, ¿cuánto tiempo debe transcurrir para que pueda utilizar el parche?	Puede aplicar el parche cuando hayan transcurrido 8 semanas. Sin embargo, si tiene una cicatriz de cesárea realizada hace menos de 6 meses, le aconsejamos que no aplique el parche.
Durante la menstruación me suele doler más un lado que el otro. En este caso, ¿cómo debo aplicar el parche?	En este caso, deberá aplicar el parche lo más cerca posible de la zona dolorosa. Sin embargo, incluso si lo coloca en el centro del abdomen, el parche seguirá siendo eficaz para las menstruaciones dolorosas.
Después de adherir los geles en los circuitos eléctricos me he dado cuenta de que hay pequeñas burbujas de aire. ¿Es esto malo?	No, la presencia de pequeñas burbujas de aire en el circuito eléctrico no impide el correcto funcionamiento del parche. Asegúrese de que el gel está completamente bien adherido.
Los geles adhesivos están ligeramente dañados por la zona periférica (p. ej., el film transparente). ¿Afectará esto al funcionamiento del parche?	Aunque los geles estén ligeramente dañados en la periferia, el parche funcionará correctamente siempre y cuando los circuitos eléctricos estén bien cubiertos.
¿Puedo utilizar el cargador de red de mi teléfono móvil?	Sí, si está certificado y los parámetros de salida de la corriente son los siguientes: 5V, 0,3-2 A (impresos en el cargador).
¿Puedo utilizar un cargador rápido?	No, porque el cargador rápido no es compatible con el parche y puede dañarlo.
¿Puedo utilizar el cable de mi teléfono móvil?	No, utilice el cable suministrado en el envase.

## 8. CÓMO DESECHAR EL DISPOSITIVO

Con el fin de proteger el medio ambiente, URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales no debe desecharse con los residuos domésticos al final de su vida útil. Debe desecharse a través de los puntos de recogida de residuos de equipos eléctricos y electrónicos existentes. Deseche el dispositivo según lo estipulado en la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE). Si tiene alguna pregunta, póngase en contacto con las autoridades locales responsables de la eliminación y el reciclaje de este tipo de productos.

## 9. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Modelo/tipo	URGO Parche de Electroterapia Recargable para Dolores Menstruales
Fuente de alimentación	Alimentado mediante una batería interna de iones de litio de 3,7 V
Forma de onda	Impulso de onda rectangular bifásica
Duración del impulso	0-200 µs (microsegundos)
Frecuencia del impulso	1 - 100 Hz ± 15%
Peso	30 g
Apagado automático	30 minutos
Grado de protección contra descargas eléctricas	Dispositivo de tipo BF
Tipo de protección contra descargas eléctricas	Equipo de alimentación interna
Código IP	IP22: El dispositivo está protegido frente a cuerpos extraños ≥12,5 mm y contra las gotas de agua que caen con una inclinación de 15°
Voltaje máximo	Máx. 16V+/- 20%(a una carga de 500 ohmios)
Tiempo de tratamiento	30 minutos
Intensidad de salida	De 0 a 15 niveles, ajustable
Programas	3 programas
Duración de funcionamiento normal de la batería	Alrededor de 240 minutos después de una carga completa
Comportamiento del equipo cuando la batería interna recargable se está cargando	La luz parpadea durante la carga y se mantiene fija cuando la carga se haya completado
Duración de la vida útil normal de la batería	Recargable 300 veces
Temperatura ambiente normal de funcionamiento	De 5 °C a 40 °C
Temperatura ambiente de almacenamiento y transporte	De -25 °C a +70 °C
Presión atmosférica para el uso y el almacenamiento	70 kPa-106 kPa
Número de aplicaciones de los geles adhesivos	30 veces
Fecha de caducidad de los geles adhesivos	Indicada en los geles adhesivos
Modo de funcionamiento	Continuo/discontinuo
Versión del software	A0
Tiempo necesario para que el equipo se caliente desde el momento en el que la temperatura de almacenamiento es mínima hasta el momento en el que esté listo para el uso	30 minutos
Tiempo necesario para que el equipo se enfríe desde los usos a temperatura máxima hasta el momento en el que esté listo para el uso	15 minutos hasta que esté listo
Cable USB de recarga	Utilice un cable de salida de 5 V CC y una corriente de salida de 0,3-2,0 A para la carga
Humedad ambiente normal de funcionamiento	De 15 %-90 % de HR
Humedad ambiente de almacenamiento y de transporte	0 %-90 % de HR
Superficie de los electrodos	48 cm²

**NOTA: NO ESTERILICE EL DISPOSITIVO.**

**No utilice el parche en ENTORNOS RICOS en OXÍGENO: por ejemplo, no puede usarse en cámaras de oxígeno hiperbáricas o en entornos de tratamiento con oxígeno.**

Este dispositivo cumple con las normas europeas EN 60601-1, EN 60601-1-2; EN60601-1-11 y EN 60601-2-10 y con los requisitos especiales de seguridad sobre compatibilidad electromagnética. Recuerde que los dispositivos de comunicación RF portátiles y móviles pueden afectar a este dispositivo. Si desea obtener más información, consulte al servicio de atención al consumidor de su país. El producto/aparato cumple con los requisitos de la Directiva Europea 93/42/CE relativa a productos sanitarios.

## 10. GARANTÍA

















Laboratorios Urgo Healthcare se compromete a sustituir los dispositivos defectuosos\* en los 2 años posteriores a la fecha de adquisición. Quedan excluidos de la garantía:

- Los daños causados por un uso inadecuado: el incumplimiento de las instrucciones de uso, utilización no conforme con el uso previsto para el que ha sido desarrollado, condiciones ambientales anormales, condiciones de funcionamiento inadecuadas, sobrecarga o falta de mantenimiento o de cuidado.
- Los daños causados por un uso comercial.
- Los daños de productos vendidos de segunda mano.
- Los productos manipulados o modificados.

\* Quedan excluidos los consumibles (electrodos y otros accesorios de electroterapia consumibles) que están sujetos a un desgaste normal.

Esta garantía complementa las obligaciones garantizadas existentes y no afecta de ninguna manera a sus derechos como consumidor.

Para reclamar la garantía, su solicitud deberá ir acompañada de un comprobante de compra (recibo).

	Se prohíbe el uso en personas que lleven marcapasos.		Dispositivo de tipo BF: todos los dispositivos en contacto con el paciente, excepto los dispositivos para la aplicación cardíaca directa.
	Sensible a la humedad.	<b>IP22</b>	Código IP del dispositivo.
	Fabricante.		Representante autorizado en la Unión Europea.
<b>CE 1639</b>	Marca CE, certificado emitido por SGS.		Número de lote.
	Fecha de fabricación.		Fecha de caducidad: fecha a partir de la cual el producto no debe ser utilizado.
	Límite de temperatura.		El embalaje del producto debe ser reciclado
	ATENCIÓN: Lea las instrucciones (precauciones y advertencias importantes)		Consulte las instrucciones de uso.
	Límite de humedad.		Producto sujeto a un orden de clasificación para reciclaje
	Mantener alejado de la luz y del sol.	<b>ROHS</b>	Restricción del uso de determinadas sustancias peligrosas en equipos eléctricos y electrónicos
	Para proteger el medioambiente, el dispositivo y su batería no deben desecharse con los residuos domésticos al final de su vida útil. Se deben eliminar a través de los puntos de recogida de residuos de equipos eléctricos y electrónicos existentes.		

Fecha del marcado CE: 2021  
Última revisión del prospecto: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**  
Dirección: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao  
Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Distribuidor en España:**  
Laboratorios URGO S.L.  
Florida 29, 20120 Hernani (Guipúzcoa) - España  
**¿Tiene alguna pregunta?** [atencioncliente@es.urgo.com](mailto:atencioncliente@es.urgo.com)

Tipo: PL-029C/PL-013 – Artículo n.º 553082

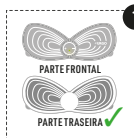


Leia atentamente as informações antes da utilização respeitando as instruções nela constantes. Tome conhecimento das precauções de utilização e das contraindicações



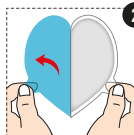
**Recomenda-se que carregue completamente o emplastro antes da primeira utilização.**

Utilize exclusivamente o cabo fornecido e um carregador CA com certificação CE com os parâmetros de saída (output) seguintes: 5 V e 0,3 - 2 A (impresso no carregador). **Não utilizar carregadores rápidos.**



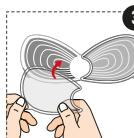
### 1 IDENTIFICAÇÃO DOS LADOS DO EMPLASTRO

Numa mesa, coloque o emplastro de forma a que o lado de trás fique virado para si (unidade de controlo contra a mesa).



### 2 PREPARAÇÃO DO GEL ADESIVO

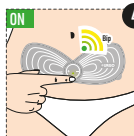
Abra a embalagem e retire uma recarga de gel adesivo. Uma recarga corresponde à parte direita do emplastro e a outra à parte esquerda. Retire delicadamente a película de proteção azul certificando-se de que o gel adesivo está devidamente colocado na película de proteção transparente. (Se necessário, pode segurar o gel com o dedo.) Guarde a película de proteção azul para a colocar novamente no emplastro após cada utilização.



### 3 APLICAÇÃO DOS GÉIS NO EMPLASTRO

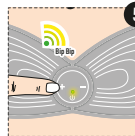
Com a película de proteção transparente, posicione corretamente o gel sobre o emplastro certificando-se de que a **patilha do gel fica sobreposta à do emplastro**. Proceda da mesma forma com o outro gel repetindo as etapas 2 e 3. Assim que os dois géis estiverem posicionados nos circuitos elétricos, retire as 2 películas de proteção transparentes certificando-se de que os géis permanecem no emplastro. *(segure os géis com o dedo, se necessário).*

**1 par de géis adesivos = aproximadamente 30 utilizações**  
(Observação: pode deitar fora a película de proteção transparente).



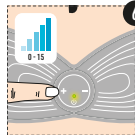
### 4 APLICAÇÃO E ATIVAÇÃO DO EMPLASTRO

Aplique o emplastro na zona onde dói, conforme indicado no esquema e pressione brevemente o botão "ON". Irá ouvir 1 sinal sonoro e acende-se 1 luz verde. **Está no PROGRAMA 1.** Se não vir a luz verde nem ouvir o sinal sonoro, significa que o seu emplastro está completamente descarregado. Carregue o emplastro com a ajuda do cabo fornecido.



### 5 SELEÇÃO DO PROGRAMA

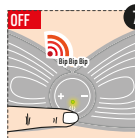
Este emplastro contém 3 programas. Cada programa dura 30 minutos. Para mais informações, consulte as instruções completas. **Por predefinição, o PROGRAMA 1 é selecionado** automaticamente durante a ativação do emplastro: este programa é recomendado como primeira opção. **Para mudar de programa, pressione continuamente o botão "P"** (aprox. 3 segundos, até ouvir uma série de sinais sonoros): 2 sinais sonoros indicam que o programa 2 foi ativado. Solte o botão. **Uma nova pressão contínua** permitirá passar para o programa 3: 3 sinais sonoros **Para iniciar a estimulação, passe à etapa seguinte.**



### 6

### INÍCIO DA ESTIMULAÇÃO E AJUSTE DA INTENSIDADE

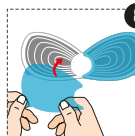
Depois de ter selecionado o seu programa, pressione uma vez e brevemente o botão "I" para iniciar a estimulação. Ajuste a intensidade pressionando brevemente os botões "+" e "-". Se a sensação for dolorosa, diminua a intensidade. **Estão disponíveis 15 níveis de intensidade.**



### 7

### PARAGEM DO EMPLASTRO

Ao fim de 30 minutos, o aparelho desliga-se automaticamente. Se quiser desligar o aparelho antes do decorrer dos 30 minutos, pressione brevemente o botão "OFF": 3 sinais sonoros e 3 sinais luminosos indicam a paragem do aparelho.



### 8

### ACONDICIONAMENTO DO EMPLASTRO

Antes de retirar o emplastro, certifique-se de que já não se encontra a funcionar. Retire então com cuidado o emplastro certificando-se de que os géis se mantêm no circuito elétrico (segure os géis com o dedo, se necessário). **Deixe os géis adesivos no emplastro e cubra-os com as películas de proteção azuis guardadas.** O seu emplastro está pronto para uma futura utilização. Guarde o emplastro na caixa de transporte. Para as utilizações seguintes, retire as películas de proteção azuis e consulte diretamente a etapa 4.

Demonstração da aplicação do emplastro em:  
[www.urgo.pt](http://www.urgo.pt) ou através do código QR



**OBSERVAÇÃO:** Quando o emplastro já não adere o suficiente à pele, será necessário humedecer os géis para prolongar a sua duração, conforme aconselhado nas instruções.



## URGO EMPLASTO DE ELETRÓTERAPIA RECARREGÁVEL PARA CÓLICAS MENSTRUAIS

PT

### ÍNDICE

#### CONTEÚDO DA EMBALAGEM

1. APRESENTAÇÃO DO URGO EMPLASTO DE ELETRÓTERAPIA RECARREGÁVEL PARA CÓLICAS MENSTRUAIS
2. PREPARAÇÃO ANTES DA UTILIZAÇÃO
3. UTILIZAÇÃO
4. ZONAS DE APLICAÇÃO CONTRAINDICADAS / CONTRAINDICAÇÕES MÉDICAS / PRECAUÇÕES DE UTILIZAÇÃO
5. LIMPEZA
6. ARMAZENAMENTO
7. PERGUNTAS - RESPOSTAS
8. ELIMINAÇÃO
9. CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS
10. GARANTIA

Leia atentamente estas instruções e guarde-as para uma futura consulta.  
Certifique-se de que as mantém acessíveis a outros utilizadores e respeita as informações existentes.

#### Conteúdo da embalagem:



1 Eletroestimulador recarregável



1 Cabo USB de carregamento



1 Guia de utilização



1 Caixa de transporte

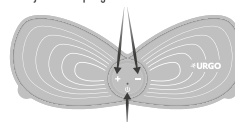


2 Pares de géis adesivos\*

\*1 par de géis adesivos = aproximadamente 30 utilizações dependendo do tipo de pele/pilosidade

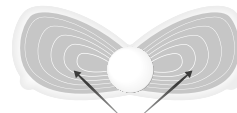
■ **Eletroestimulador:** O eletroestimulador (o emplastro) é composto por uma borracha de silicone, fina e flexível.

Ajuste dos programas e da intensidade



Botão ligar/desligar

PARTE FRONTAL

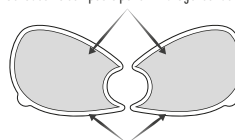


Circuito elétrico

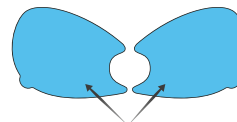
PARTE TRASEIRA

■ **Gel adesivo:** A superfície adesiva é composta por um hidrogel condutor.

Gel adesivo composto por um hidrogel condutor



Película de proteção



Película de proteção

Pode encontrar estes géis adesivos à venda na farmácia.  
Certifique-se de que compra géis compatíveis com o URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais.

■ **O elétrodo:** É o conjunto composto por um circuito elétrico e um gel.

■ **Cabo USB para o carregamento:**



Para qualquer pedido, contacte o serviço de apoio ao consumidor:

**Distribuidor em Portugal:**

Laboratórios URGO S.L.

Florida 29

20120 Hernani (Guipúzcoa) - Espanha

Alguma questão? [servicoaocliente@pt.urgo.com](mailto:servicoaocliente@pt.urgo.com)



## 1. APRESENTAÇÃO DO URGO EMPLASTRO DE ELETROTERAPIA RECARREGÁVEL PARA CÓLICAS MENSTRUAIS

O URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais funciona com a tecnologia TENS.

### 1.1 O que é a eletroterapia (TENS) e em que é que consiste?

A **tecnologia médica TENS** (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* traduzido em português como: Neuroestimulação elétrica transcutânea) proporciona o **alívio da dor** usando uma corrente elétrica com uma intensidade especificamente adaptada. Este método **não medicamentoso** é utilizado diariamente nos **Centros de Medicina da Dor**.

Seja qual for a patologia, a eletroterapia reduz ou elimina a dor mas não trata a causa.

A corrente elétrica é transmitida por eletrodos (o circuito elétrico com o gel) colocados na superfície da pele. Cria uma excitação elétrica dos nervos. A dor é atenuada graças a duas **ações**:

- **IMEDIATA**: a diminuição da transmissão da dor para a medula espinal, também chamado de efeito "porta" (*gate control*).
- **DURADOURA**: o aumento da secreção das endorfinas, hormonas naturais contra a dor segregadas pelo cérebro.

O tratamento pela eletroterapia permite aliviar a dor de forma imediata e duradoura.

**Todos os programas de eletroterapia são eficazes: foram cientificamente comprovados, a tecnologia é aprovada por profissionais médicos.**

### 1.2 Indicações

Antes de utilizar a eletroterapia, a origem e o motivo das suas dores durante a menstruação devem ter sido diagnosticadas pelo seu médico. O seu farmacêutico ou o seu médico poderão dar-lhe instruções sobre a forma como efetuar um autotratamento com eletroterapia.

Certifique-se de que não utiliza este emplastro numa zona não autorizada. Consulte a secção 4.1. Aplique o aparelho apenas numa pele saudável e limpa, sem creme ou loção oleosa.

Recomenda-se que a utilização em pessoas com deficiência mental ou física ocorra sob a supervisão de um adulto responsável.

O URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais é indicado para as dores pélvicas (do baixo ventre) crónicas (ex. endometriose) (programa 3) e para as dismenorrias primárias, ou seja, as cólicas menstruais que não são provocadas por nenhuma desordem ginecológica subjacente (programas 1 e 2). A dor começa um pouco antes ou no início do período menstrual, e na maioria das vezes, dura de um a três dias. Esta manifesta-se em câibras no baixo ventre, que por vezes se estendem até à região lombar.

### 1.3 Como escolher o seu programa e ajustar a intensidade?

Estão disponíveis 3 programas e cada um inclui 15 níveis de intensidade. Cada programa dura 30 minutos. O emplastro desliga-se automaticamente no final de cada programa.

Deve aumentar a intensidade até que a sensação de estimulação elétrica proporcionada pelo emplastro seja bastante sentida sem nunca se tornar dolorosa. Se a estimulação se tornar dolorosa, é preciso diminuir a intensidade. O programa que escolheu não deve provocar-lhe:

- sensações dolorosas durante a sessão,
- contrações musculares fortes (se o emplastro provocar contrações, diminua a intensidade e, se não for suficiente, desligue o emplastro e reposicione-o movendo-o alguns centímetros),
- sensações de queimaduras elétricas.

Cada programa pode ser ajustado com uma intensidade compreendida entre 1 e 15. Comece sempre a estimulação com uma intensidade fraca e aumente-a progressivamente, até **encontrar a que lhe proporcione o maior alívio**. Dependendo do programa utilizado, esta intensidade poderá variar. O sistema nervoso habitua-se muito rapidamente à corrente. Durante os primeiros 5 minutos de um programa ou depois de várias utilizações, pode constatar que a sua sensibilidade à estimulação diminui, e isto é completamente normal. Não hesite em reajustar a intensidade para encontrar um nível de estimulação mais forte, mas sempre indolor.

- A sensação da estimulação elétrica é diferente de pessoa para pessoa. **Portanto, recomenda-se que EXPERIMENTE CADA PROGRAMA de forma a identificar o que lhe oferece o melhor alívio e o melhor conforto.** De acordo com o tipo de dor que deseja aliviar com o seu URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais, o programa que se adapta melhor a si pode ser diferente.

### Descrição dos 3 programas de eletroterapia propostos por este emplastro:

Programa	1.	2.	3.
Modo	Combinado.	Convencional contínuo.	Convencional descontinuo.
Vantagens	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alívio rápido e duradouro da dor.</li><li>• Evita o efeito de habituação.</li></ul>	Alívio rápido da dor.	Alívio rápido da dor.
Efeitos sentidos	Alternância de sensações de formigueiro intenso e de pulsações associadas às micro-contracções dos músculos.	Sensação de formigueiro intenso.	Sensação de formigueiro intenso.
Como funciona?	Este programa utiliza o modo TENS convencional com diferentes frequências (60 Hz, 80 Hz e 100 Hz) em modo contínuo e descontinuo. A estimulação de alta frequência em modo descontinuo com uma periodicidade fixa (2 Hz) é um modo Burst que ativa simultaneamente 2 mecanismos de alívio da dor: o efeito "porta" ( <i>gate control</i> ) e a produção de endorfinas.	Trata-se de uma estimulação elétrica de alta frequência (100 Hz) que excita diretamente os nervos sensoriais, bloqueando assim a transmissão do sinal de "dor" para o cérebro. A dor é aliviada graças ao efeito chamado "porta" ( <i>gate control</i> ).	Trata-se de uma estimulação elétrica de alta frequência (85 Hz) que excita diretamente os nervos sensoriais, bloqueando assim a transmissão do sinal de "dor" para o cérebro. A dor é aliviada graças ao efeito chamado "porta" ( <i>gate control</i> ).
Duração (min):	30	30	30

Programa	1.	2.	3.
Tipo de corrente	Bidirecional.		
Frequência (Hz) <sup>1</sup>	Fase 1 : 100 Hz Fase 3 : 80 Hz Fase 5 : 60 Hz Fase 2 : 100 Hz Fase 4 : 80 Hz Fase 6 : 60 Hz	100	85
Período, (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Modo <sup>3</sup>	DESCONTÍNUO E BURST A utilização das 3 frequências (60 Hz, 80Hz e 100Hz) em modo descontinuo e burst permite criar 6 diferentes fases de estimulação que duram 1 minuto cada e alternam-se durante o programa. Prevêem-se curtas pausas (1s) ao fim de cada fase para tornar a estimulação mais confortável e agradável. <b>Fase 1: DESCONTÍNUO</b> (5 segundos ON e 1 segundo OFF) <b>Fase 2: BURST 2Hz</b> (Fase de trabalho = 0,25 s; Fase de pausa = 0,25 s.) <b>Fase 3: DESCONTÍNUO</b> (5 segundos ON e 1 segundo OFF) <b>Fase 4: BURST 2Hz</b> (Fase de trabalho = 0,25 s; Fase de pausa = 0,25 s.) <b>Fase 5: DESCONTÍNUO</b> (5 segundos ON e 1 segundo OFF) <b>Fase 6: BURST 2Hz</b> (Fase de trabalho = 0,25 s; Fase de pausa = 0,25 s.) Duração total de cada fase = 1 min: Tempo de trabalho = 59 s; Tempo de pausa 1 s.	CONTÍNUO (sem ciclos)	DESCONTÍNUO (3 segundos LIGADO e 1 segundo DESLIGADO)
Gráfico			
Autonomia da bateria <sup>4</sup>	5 Horas.	4 Horas.	3 Horas.

<sup>1</sup>**Frequência (F)** - medida em Hertz (Hz). Trata-se de um indicador que dá o número de estimulações por segundo. Por exemplo, uma frequência de 2 Hz significa que receberá 2 impulsos por segundo.

<sup>2</sup>**Período (T)** - medida em microssegundos (µs). Trata-se da duração de cada estímulo, expressa em microssegundos (µs). Cada segundo contém um milhão de microssegundos.

<sup>3</sup>**Modo contínuo ou descontinuo: CONTÍNUO:** trata-se de uma estimulação sem interrupção. **DESCONTÍNUO:** o programa prevê curtas pausas entre os ciclos para tornar a estimulação mais confortável e agradável. Para saber como colocar em funcionamento os diferentes programas e ajustar o nível de intensidade, consulte a parte 3 "UTILIZAÇÃO".

<sup>4</sup>**Utilização com a intensidade mais alta.**

### Conselhos de utilização:

Se desejar, pode caminhar e dedicar-se às suas ocupações diárias utilizando o URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais. Enquanto o emplastro se mantiver corretamente colado, não deverá haver qualquer problema.

Cabe-lhe a si escolher o(s) programa(s) melhor(es) para si em termos de eficácia e conforto. Efetivamente, serão vários os fatores que atuarão na percepção sensorial do programa (zona em causa, sensibilidade da sua pele, massa gorda, nível de pilosidade na zona a tratar, humidade atmosférica...). As preferências de uma mesma pessoa podem também mudar de um dia para o outro.

Para as **dores intensas** que necessitam de um **alívio rápido**, utilize de preferência os **PROGRAMAS 2 e 3** (convencional) como primeira opção.

Se a dor for menos intensa e para obter um alívio mais **duradouro**, utilize de preferência o **PROGRAMA 1**.

Para as dores pélvicas crónicas (ex. endometriose) utilize, de preferência, o **PROGRAMA 3**.

**Número de sessões:** tanto quanto necessário utilizando o(s) programa(s) que lhe proporcione(m) o melhor alívio tendo o cuidado de **retirar o emplastro entre cada sessão** de forma a deixar repousar a sua pele e **espaçando as sessões meia hora** se possível.

Em caso de irritação cutânea, pare a estimulação e deixe repousar a sua pele. Se a irritação cutânea persistir e sentir comichão ou irritação, consulte o seu médico antes de continuar a utilização.

## 2. PREPARAÇÃO ANTES DA UTILIZAÇÃO

### ANTES DE CADA UTILIZAÇÃO:

- Certifique-se de que aplica o emplastro cumprindo as contraindicações da secção 4.
- Ter a pele limpa, sem creme ou loção oleosa. Desta forma, o emplastro poderá funcionar da melhor forma.
- Não aplicar o emplastro por cima da roupa.
- Para um efeito ideal, os eletrodos do emplastro devem estar totalmente em contacto com a pele.
- Certifique-se de que o emplastro está carregado antes de começar a sessão: pressione brevemente o botão "⏻": será ouvido um sinal sonoro e uma luz verde irá acender. Se não vir a luz verde nem ouvir o sinal sonoro, significa que o seu emplastro está completamente descarregado.
- Não utilizar enquanto o aparelho estiver a carregar.

### CARREGAMENTO DO EMPLASTRO:

- A luz verde do aparelho irá piscar durante o carregamento e ficará acesa continuamente quando o carregamento tiver terminado.
- **Recomenda-se que carregue completamente o emplastro antes da primeira utilização.**
  - Utilize apenas o cabo fornecido.
  - Utilize uma fonte de alimentação apropriada: uma tomada elétrica ou uma porta USB (por exemplo, a de um computador portátil ou Tablet).
- Para o carregamento utilizando uma tomada elétrica, utilize apenas um carregador CA com certificação CE para utilização doméstica com os parâmetros de saída (output) seguintes: 5,0 V e 0,3 - 2 A (impressos no carregador).
- Não utilizar carregadores rápidos: estes tipos de carregadores são incompatíveis com o emplastro e podem danificar a bateria.
- Não tocar nos eletrodos durante o carregamento.
- Este aparelho contém uma bateria de lítio. Se o aparelho sobreaquecer durante o carregamento, pare de carregar e informe o distribuidor.

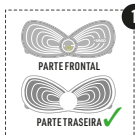
### PARA PRESERVAR A BATERIA:

- O emplastro deve ser carregado e descarregado pelo menos a cada 3 meses.

### 3. UTILIZAÇÃO

Veja as instruções em vídeo em [www.urgo.pt](http://www.urgo.pt)

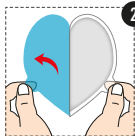
#### 3.1 Utilização do URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais



1

##### IDENTIFICAÇÃO DOS LADOS DO EMPLASTRO

Numa mesa, coloque o emplastro de forma a que o lado de trás fique virado para si (unidade de controlo contra a mesa).



2

##### PREPARAÇÃO DO GEL ADESIVO

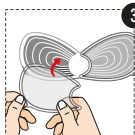
Para a aplicação dos géis, o emplastro deve estar desligado.

Retire as duas recargas de géis adesivos abrindo a saqueta através da ranhura prevista para o efeito, e sem utilizar tesoura.

Pegue numa recarga de gel adesivo: uma recarga corresponde à parte direita do emplastro e a outra à parte esquerda. Retire delicadamente a película de proteção azul **certificando-se de que o gel adesivo está devidamente colocado na película de proteção transparente**. (Se necessário, pode segurar o gel com o dedo).

Verifique se o gel adesivo não apresenta nenhuma falha (parte do gel em falta, gel danificado, etc.) havendo o risco de provocar irritações cutâneas durante a utilização.

Guarde a película de proteção azul para a colocar novamente no emplastro após cada utilização.



3

##### APLICAÇÃO DOS GÉIS NO EMPLASTRO

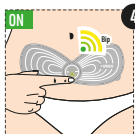
Com a película de proteção transparente, posicione corretamente o gel sobre o emplastro certificando-se de que a **patilha do gel fica sobreposta à do emplastro**. Proceda da mesma forma com o outro gel repetindo as etapas 2 e 3. Assim que os dois géis estiverem posicionados nos circuitos elétricos, retire as 2 películas de proteção transparentes certificando-se de que os géis permanecem no emplastro. (segure os géis com o dedo, se necessário).

**1 par de géis adesivos = aproximadamente 30 utilizações**

(Observação: pode deitar fora a película de proteção transparente).

##### APLICAÇÃO DO EMPLASTRO

Aplique o emplastro na zona dolorosa. Certifique-se de que a sua pele está saudável e não foi tratada com cremes ou loções oleosas e que não se encontra particularmente suja. Pressione firmemente de forma a garantir um bom contacto com a pele.

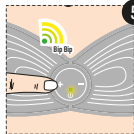


4

##### ATIVAÇÃO DO EMPLASTRO

Para ligar o emplastro, pressione brevemente o botão "ON": Irá ouvir 1 sinal sonoro e acende-se 1 luz verde. **Está no PROGRAMA 1.**

Se não vir a luz verde nem ouvir o sinal sonoro, significa que o seu emplastro está completamente descarregado. Carregue o emplastro com a ajuda do cabo fornecido.



5

##### SELEÇÃO DO PROGRAMA

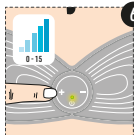
Este emplastro contém **3 programas**. Cada programa dura **30 minutos**.

Para mais informações, consulte a secção I.3 – Programas deste manual.

Por **predefinição**, o programa **1 é selecionado** automaticamente durante a ativação do emplastro: este programa é recomendado como primeira opção. Para **mudar de programa**, pressione continuamente o botão "⊕" (aprox. 3 segundos, até ouvir uma série de sinais sonoros): 2 sinais sonoros indicam que o programa 2 foi ativado. Solte o botão. **Uma nova pressão contínua** permitirá passar para o programa 3: 3 sinais sonoros. Para voltar ao programa anterior, pressione **continuamente** o botão "⊖" (aprox. 3 segundos) até ouvir uma série de sinais sonoros.

Para **iniciar** a estimulação, passe à **etapa seguinte**.

1 sinal sonoro: Programa Combinado // 2 sinais sonoros: Programa Convencional contínuo // 3 sinais sonoros: Programa Convencional descontinuo.



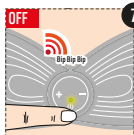
6

##### INÍCIO DA ESTIMULAÇÃO E AJUSTE DA INTENSIDADE

Depois de ter selecionado o seu programa, pressione uma vez e brevemente o botão "⊕" para iniciar a estimulação. Ajuste a intensidade pressionando brevemente os botões "⊕" e "⊖".

O ajuste da intensidade depende da pessoa e da zona a tratar. Aumente progressivamente a intensidade até sentir uma sensação de estimulação elétrica forte mas não dolorosa. Se a sensação for dolorosa, diminua a intensidade. Aumentar a intensidade de estimulação para um nível demasiado elevado pode desencadear dor e contrações musculares que são indesejáveis e isto não implica eficácia adicional. **Estão disponíveis 15 níveis de intensidade**. Assim que a intensidade atingir o nível mais elevado ou o nível mais baixo, a luz LED e o sinal sonoro são emitidos 2 vezes em vez de uma vez.

❗ Se ouvir **uma série de sinais sonoros durante a sessão**, não tendo tocado no emplastro e o emplastro parar de funcionar, isto significa que o emplastro não está suficientemente em contacto com a pele. É necessário voltar a colar o emplastro para que os eletrodos fiquem totalmente em contacto com a pele e reiniciar o programa em curso pressionando brevemente o botão "⊕". O seu programa irá reiniciar onde foi parado e deverá ajustar novamente a intensidade.

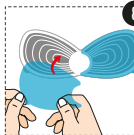


7

##### PARAGEM DO EMPLASTRO

Ao fim de 30 minutos, o aparelho desliga-se automaticamente.

Se quiser desligar o aparelho antes do decorrer dos 30 minutos, pressione brevemente "⊕": 3 sinais sonoros e 3 sinais luminosos indicam a paragem do aparelho.



8

##### ACONDICIONAMENTO DO EMPLASTRO

Antes de retirar o emplastro, certifique-se de que já não se encontra a funcionar. Retire o emplastro com **cuidado** o emplastro certificando-se de que os géis se mantêm no circuito elétrico (segure os géis com o dedo, se necessário). **Deixe os géis adesivos no emplastro e cubra-os com as películas de proteção azuis guardadas**. O seu emplastro está pronto para uma futura utilização. Guarde o emplastro na caixa de transporte.

Para as utilizações seguintes, retire as películas de proteção azuis e consulte diretamente a etapa 4.

### 3.2 Manutenção e substituição dos géis adesivos

#### **i** Prolongamento da vida útil dos géis adesivos

Quando o emplastro já não adere o suficiente à pele, é necessário humedecer os géis para prolongar a sua vida útil. Coloque algumas gotas de água em toda a superfície dos géis mas sem molhar a unidade de controlo central.

- Não deixe resíduos na superfície dos géis (não utilize lenços de papel).
- Guarde até que os géis tenham absorvido a água para reutilizar o emplastro.

#### **i** Substituição dos géis adesivos

- Um par de géis permite aproximadamente 30 utilizações.
- Para mudar o gel adesivo, enrole-o com os dedos.
- Verifique se não ficam resíduos nos circuitos elétricos antes de reposicionar um novo gel adesivo.
- Utilize este aparelho apenas com os géis adesivos compatíveis com o URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais. Em caso de dúvida, peça aconselhamento ao seu farmacêutico.

### 3.3 Onde utilizar o URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais?



#### Dores abdominais

O emplastro deve ser colocado diretamente na zona dolorosa: na zona do baixo ventre abaixo do umbigo.



#### Dores lombares

No caso de dores lombares, posicione os circuitos elétricos de ambos os lados da coluna vertebral, de forma a que a unidade de controlo fique colocada sobre a coluna vertebral.

Para determinados locais, em particular para as dores lombares, pode ser necessária ajuda de uma terceira pessoa.

## 4. ZONAS DE APLICAÇÃO CONTRAINDICADAS / CONTRAINDICAÇÕES MÉDICAS / PRECAUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

A utilização do aparelho não substitui uma consulta ou um tratamento médico. Em caso de dúvida, peça sempre aconselhamento ao seu médico ou ao seu farmacêutico.

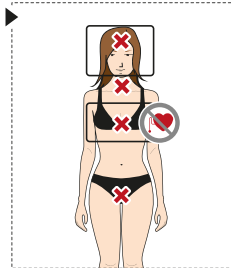
### **⚠** 4.1 Zonas de aplicação contraindicadas

- Não aplicar próximo do coração ou do tronco uma vez que os sinais elétricos podem interferir com os sinais elétricos do coração.
- Não aplicar na parte da frente ou dos lados do pescoço (carótida, garganta) uma vez que a eletroestimulação poderá desencadear espasmos laringeos e faríngeos resultando em problemas respiratórios. A estimulação da carótida pode provocar um abrandamento do ritmo cardíaco ou uma pressão arterial extraordinariamente baixa nas pessoas que apresentam problemas nos vasos sanguíneos.
- Este emplastro não foi concebido para uma aplicação na cabeça.
- Não utilizar nas zonas genitais.

■ Em suma, não utilizar o emplastro nas seguintes zonas:

### 4.2 Contraindicações médicas

- Se tem algum dispositivo implantado (pacemaker, bomba de insulina, glicosímetro, desfibrilador implantado...), uma vez que o URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais pode interferir com o funcionamento destes aparelhos.
- Se tem **lesões cutâneas** (pele irritada, erupção cutânea, ferida pós-operatória, cicatriz recente, presença de agraços, ferida traumática, queimaduras...), não aplicar nestas zonas uma vez que a eletroestimulação poderá agravar a irritação cutânea ou perturbar a cicatrização.
- Se tem **distúrbios da sensibilidade cutânea** ao nível do baixo ventre ou das costas, não aplicar o emplastro para evitar um risco de queimadura secundária devido a um ajuste demasiado elevado da intensidade que não possa controlar por falta de sensibilidade.
- Se tem cancro, não aplicar **sobre ou próximo da lesão cancerígena ou infetada** uma vez que a corrente produzida pode favorecer a propagação das células cancerígenas para outras partes do corpo.
- Este dispositivo não se destina e não deve ser utilizado por uma mulher grávida.



### 4.3 Peça aconselhamento médico ou farmacêutico

- Em caso de epilepsia ou suspeita de epilepsia uma vez que a eletroestimulação poderá favorecer a ocorrência de crises de epilepsia.
- Em caso de problemas cardíacos uma vez que os sinais elétricos podem interferir com os sinais elétricos do coração.
- Em caso de febre superior a 39°C que altere o seu estado de alerta.



### 4.4 Precauções de utilização

- Não utilizar este aparelho durante a condução (carros, máquinas...), ou em caso de atividade em que uma estimulação elétrica ou uma contração muscular involuntária possam ser perigosas.
- Não utilizar este aparelho enquanto dorme para evitar um risco de dor, de inflamação ou de queimadura secundária a um ajuste da intensidade demasiado elevado, que não conseguiria controlar por falta de vigilância.
- Não utilizar este aparelho ao nível das zonas com agraços, implantes ou qualquer elemento metálico uma vez que isto pode provocar queimaduras ou dores.
- Não utilizar este aparelho num local muito húmido como uma casa de banho ou quando estiver no banho ou no duche.
- Por motivos de higiene, não partilhar a utilização dos géis adesivos com outras pessoas.
- Manter fora do alcance e da vista das crianças: não devem brincar com o aparelho.

### 4.5 Efeitos indesejáveis

- Vermelhidões ou irritações cutâneas benignas, transitórias e normais podem surgir ao nível da zona de aplicação durante a utilização do emplastro. Isto deve-se ao aumento localizado do fluxo sanguíneo. Se for o caso, não voltar a aplicar o emplastro no mesmo sítio enquanto a vermelhidão persistir.
- Pare o tratamento em caso de irritações cutâneas persistentes, queimaduras ou reação alérgica que possam ocorrer ao nível da zona de aplicação do aparelho devido à estimulação elétrica ou ao gel adesivo
- Se sentir outros efeitos indesejáveis, pare de utilizar o aparelho e comunique-os ao seu médico ou farmacêutico.

## 4.6 Interações

- Não utilizar este aparelho na presença de um equipamento eletrónico de monitorização (ex.: monitor cardíaco, alarme de ECG) ou durante a realização de um eletrocardiograma ou de um eletroencefalograma. O equipamento eletrónico pode não funcionar corretamente quando o emplastro estiver em funcionamento.
- Esteja atento para o potencial risco de queimaduras em caso de consumo simultâneo de álcool, de medicamentos analgésicos ou anti-inflamatórios na medida em que estes podem afetar a sua sensibilidade cutânea à dor. Isto não é uma contraindicação.

## 5. LIMPEZA

Após a utilização, se necessário, a parte da frente do emplastro pode ser limpa com um pano macio ligeiramente humedecido:

- Para limpar o emplastro, certifique-se de que o cabo USB de carregamento está desligado.
- Não utilize detergente químico ou abrasivo. Em caso de sujidade significativa do emplastro, pode eventualmente utilizar uma solução com um pouco de sabão.
- Certifique-se devidamente de que a água não se infiltra no interior. Se isto acontecer, não utilizar o aparelho antes de estar completamente seco.
- A parte traseira do emplastro, com os géis adesivos, não necessita de limpeza.
- A limpeza e a manutenção devem ser efetuadas sob a supervisão de um adulto responsável se o utilizador for uma pessoa com deficiência mental ou física.

## 6. ARMAZENAMENTO

- Guarde este aparelho ao abrigo da humidade, ao abrigo de altas temperaturas e ao abrigo da luz direta na sua caixa de arrumação.
- Guarde as películas de proteção azuis para as colocar no emplastro após cada utilização.

## 7. PERGUNTAS – RESPOSTAS

Problemas	Causas possíveis	O que fazer?
O emplastro não emite nenhum sinal sonoro quando é ligado ou não liga.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O emplastro está completamente descarregado.</li> <li>• O emplastro apresenta um problema de funcionamento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carregue o emplastro com a ajuda do cabo de carregamento fornecido na embalagem.</li> <li>• Contacte o serviço de apoio ao consumidor URGO.</li> </ul>
Não sente nenhuma estimulação.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O nível de intensidade é demasiado baixo.</li> <li>• O emplastro está descarregado.</li> <li>• Os géis precisam de ser novamente humedecidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumente o nível de intensidade com a ajuda do botão "⊕".</li> <li>• Carregue o emplastro com a ajuda do cabo de carregamento fornecido na embalagem e de um carregador CA com certificação CE.</li> <li>• Humedeca os géis conforme indicado na secção 3.2</li> </ul>

Problemas	Causas possíveis	O que fazer?
Os eletrodos proporcionam-lhe uma sensação desagradável.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O nível de intensidade utilizado é demasiado elevado.</li> <li>• Os géis adesivos já não colam corretamente ou estão danificados e já não garantem um contacto suficiente com a pele.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baixe o nível de intensidade com a ajuda do botão "⊖".</li> <li>• Comece por limpar e secar a sua pele. Se o seu emplastro continuar a não aderir corretamente, humedeca os géis conforme indicado na secção 3.2. Se o problema persistir, substitua os géis e verifique se eles cobrem todo o circuito elétrico do eletroestimulador antes de utilizá-lo novamente.</li> </ul>
Um lado do emplastro envia estimulações mais fortes que o outro.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada zona do seu corpo pode reagir de forma diferente.</li> <li>• O emplastro não adere corretamente à pele.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se isto for desagradável, reposicione o emplastro.</li> <li>• Verifique se o emplastro está devidamente em contacto com a sua pele.</li> <li>• Comece por limpar e secar a sua pele. Se o seu emplastro continuar a não aderir corretamente, humedeca os géis conforme indicado na secção 3.2.</li> <li>• Se o problema persistir, substitua os géis e verifique se eles cobrem toda a superfície do circuito elétrico do eletroestimulador antes de utilizá-lo novamente.</li> </ul>
Sem ter pressionado os botões, o emplastro emite uma série de sinais sonoros durante a sessão.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O emplastro já não se encontra suficientemente em contacto com a pele.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• É necessário voltar a colar o emplastro para que os eletrodos fiquem totalmente em contacto com a pele e reiniciar o programa em curso pressionando brevemente o botão "⊕".</li> <li>• O seu programa irá reiniciar, onde foi parado e deverá ajustar novamente a intensidade.</li> </ul>
A intensidade diminuiu sem tocar no emplastro.	<p>Várias causas possíveis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• O emplastro talvez esteja descolado.</li> <li>• O emplastro está descarregado.</li> <li>• A sua sensibilidade à estimulação diminuiu uma vez que o sistema nervoso habitua-se muito rapidamente à corrente.</li> <li>• Os géis precisam de ser humedecidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Certifique-se de que o emplastro está devidamente em contacto, em toda a sua superfície, com a pele.</li> <li>• A bateria pode estar quase descarregada, carregue o emplastro com a ajuda do cabo fornecido.</li> <li>• Pode estar habituado à intensidade durante a sessão, aumente-a com a ajuda do botão "⊕".</li> <li>• Os géis precisam de ser humedecidos (ver secção 3.2).</li> </ul>
O emplastro não adere corretamente à pele.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A existência de creme ou leite corporal diminui a aderência dos géis.</li> <li>• Os géis precisam de ser humedecidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comece por limpar e secar a sua pele.</li> <li>• Se o seu emplastro continuar a não aderir corretamente, humedeca os géis conforme indicado na secção 3.2.</li> <li>• Se o problema persistir, substitua os géis e verifique se eles cobrem todo o circuito elétrico do eletroestimulador antes de utilizá-lo novamente.</li> </ul>

Perguntas	Respostas
A zona de tratamento ficou vermelha. É normal?	Uma vermelhidão cutânea temporária debaixo dos eletrodos é benigna e normal. Isto deve-se ao aumento localizado do fluxo sanguíneo. É possível que tenha retirado o emplastro demasiado rápido da pele, o que provoca a vermelhidão. Tente retirar o emplastro mais devagar na próxima vez. Se a irritação cutânea persistir e sentir comichão ou irritação, uma alergia pode ser a causa. Neste caso, consulte o seu médico antes de continuar a utilização.
O emplastro pode ser aplicado por cima da roupa?	Não, o início do programa está bloqueado uma vez que o circuito elétrico não está fechado: a roupa desempenha um papel de camada de isolamento e impede que o circuito se feche. O emplastro deve estar em contacto direto com a pele.
Posso retirar o emplastro sem o desligar?	Não, é preciso primeiro desligar o emplastro (pressionar o botão "on/off") e depois, após ter ouvido os 3 sinais sonoros, retirar o emplastro.
Posso utilizar o emplastro para prevenção das dores?	Não. O emplastro não permite prevenir a dor. Utilize-o desde os primeiros sintomas.
Posso fazer desporto com o emplastro?	Pode andar e dedicar-se às suas ocupações diárias usando o URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais. No que diz respeito ao desporto, enquanto o emplastro permanecer corretamente aderente, isto não deve colocar nenhum problema mas se transpirar ou se se mover muito, é provável que a aderência do emplastro diminua e provoque uma diminuição ou anule a sua eficácia.
Posso utilizar o emplastro na presença de uma pessoa que tenha um dispositivo implantado eletrónico ou cardíaco?	Sim.
Posso aplicar o emplastro sobre uma cicatriz de cesariana?	Pode aplicar o emplastro sobre uma cicatriz com mais de 6 meses, se a cicatriz tiver menos de 6 meses, aconselhamos a que não aplique o emplastro.
You sentir os efeitos do emplastro de forma homogênea se aplicar o emplastro sobre uma cicatriz?	Não necessariamente, pequenas fibras nervosas superficiais podem ter sido danificadas e interferir com as sensações relativas aos efeitos do emplastro. De qualquer forma, não disponha o emplastro sobre cicatrizes com menos de 6 meses.
A partir de quanto tempo após o parto posso utilizar o emplastro?	Poderá aplicar o emplastro após 8 semanas. Mas no caso de uma cicatriz de cesariana inferior a 6 meses, aconselhamos a que não aplique o emplastro.
Durante a minha menstruação, tenho muitas vezes dor mais de um lado do que do outro, como devo aplicar o emplastro neste caso?	Neste caso, é preciso aplicar o emplastro o mais próximo da dor. No entanto, mesmo se colocado no centro do ventre, o emplastro continuará a ser eficaz contra as cólicas menstruais.
Após ter colado os géis nos circuitos elétricos, verifico a presença de pequenas bolhas de ar. É grave?	Não, a presença de pequenas bolhas de ar no circuito elétrico não dificulta o bom funcionamento do emplastro. Certifique-se de que o gel está bem colado na sua totalidade.
Os géis adesivos foram ligeiramente danificados na periferia (por exemplo, durante a remoção da película de proteção transparente): o emplastro irá funcionar menos bem?	Mesmo que os géis estejam ligeiramente danificados na periferia, o emplastro irá funcionar corretamente desde que os circuitos elétricos estejam devidamente cobertos.
Posso utilizar o carregador CA do meu telemóvel?	Sim, caso o mesmo possua certificação e forneça uma corrente com os parâmetros de saída ( <i>output</i> ) seguintes: 5 V, 0,3 - 2 A (impresso no carregador).
Posso utilizar o carregador rápido?	Não, o carregador rápido não é compatível com o emplastro e pode danificá-lo.
Posso utilizar o cabo do meu telemóvel?	Não, utilize o cabo fornecido na embalagem.

## 8. ELIMINAÇÃO

No interesse da proteção do ambiente, o URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais não deve ser deixado fora juntamente com o lixo doméstico no fim da sua vida útil.

A eliminação deve ser feita através dos pontos de recolha de resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos em vigor.

Elimine o aparelho em conformidade com a diretiva europeia relativa aos Resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos (REE). Para qualquer questão, entre em contacto com as autoridades locais responsáveis pela eliminação e reciclagem destes produtos.

## 9. CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

Modelo/tipo	URGO Emplastro de Eletroterapia Recarregável para Cólicas Menstruais
Fonte de corrente	Alimentado por uma bateria interna Li-ion de 3,7 V
Forma de onda	Impulso onda retangular bifásico
Duração do impulso	0-200µs (Microsegundos)
Frequência do impulso	1 - 100 Hz ± 15%
Voltagem máxima	Máx. 16V+/- 20% (com uma carga de 500 ohm)
Tempo de tratamento	30 minutos
Intensidade de saída	0 a 15 níveis, ajustável
Programas	3 programas
Duração de funcionamento normal da bateria	Aproximadamente 240 minutos após um carregamento completo
Comportamento do equipamento enquanto a bateria interna recarregável estiver a carregar	A luz pisca durante a carga e permanece fixa quando está carregada no máximo
Vida útil normal da bateria	Recarregável 300 vezes
Peso	30g
Paragem automática	30 minutos
Grau de proteção contra os choques elétricos	Aparelho de tipo BF
Tipo de proteção contra os choques elétricos	Equipamento com alimentação interna
Código IP	IP22: O aparelho está protegido contra os objetos estranhos ≥ 12,5 mm e contra as gotas de água que caíam de uma inclinação de 15°
Número de utilização dos géis adesivos	30 vezes
Prazo de validade dos géis adesivos	Indicado nos géis adesivos
Modo de funcionamento	Contínuo/descontínuo
Versão do software	AD
Tempo necessário para que o equipamento aqueça entre o momento em que a temperatura de armazenamento é mínima e o momento em que está pronto para ser utilizado	30 minutos
Tempo necessário para que o equipamento arrefeça entre as utilizações da temperatura máxima até estar pronto para ser utilizado	15 minutos até que esteja pronto
Cabo USB de carregamento	Utilizar um cabo de saída DC5V e uma corrente de saída de 0,3-2,0 A para o carregamento
Temperatura ambiente normal de funcionamento	5°C a 40°C
Temperatura ambiente de armazenamento e de transporte	-25°C a +70°C
Pressão atmosférica para a utilização e o armazenamento	70kPa-106kPa
Humidade ambiente normal de funcionamento	15%HR-90%HR
Humidade ambiente de armazenamento e de transporte	0%HR-90%HR
Superfície dos eletrodos	48 cm²

**NOTA: NÃO DEVE SER ESTERILIZADO.**

**Não utilizar num AMBIENTE RICO em OXIGÉNIO: por exemplo, é proibido utilizar o emplastro numa câmara de oxigénio hiperbárica ou num ambiente de tratamento com oxigénio.**

Este aparelho está em conformidade com as normas europeias EN60601-1, EN60601-1-2, EN60601-1-11 e EN60601-2-10 e responde às exigências de segurança especiais relativas à compatibilidade eletromagnética. Tenha em atenção que os dispositivos de comunicação HF portáteis e móveis podem afetar este aparelho. Mais informações podem ser enviadas para o serviço de apoio ao consumidor do país. O aparelho está em conformidade com os requisitos da Diretiva Europeia 93/42/CE relativa aos dispositivos médicos.

## 10. GARANTIA
















Os Laboratórios Urgo Healthcare comprometem-se a substituir o aparelho com defeito\* nos 2 anos a contar da data de compra. Estão excluídos da garantia:

- os danos causados por uma utilização incorreta: incumprimento das instruções de utilização, utilização não conforme à utilização prevista inicialmente, condições ambientais anormais, condições de funcionamento inadequadas, sobrecarga ou falta de manutenção ou de cuidado.
- os danos causados por uma utilização comercial.
- os danos em produtos vendidos usados.
- os produtos transformados ou modificados.

\*Isto exclui os consumíveis (géis, e outros acessórios de eletroterapia consumíveis) uma vez que estes estão sujeitos a um desgaste normal.

Esta garantia vem completar as obrigações de garantia existentes e não afeta em nada os seus direitos estatutários como consumidor.

Para fazer valer a garantia, o seu pedido deverá ser acompanhado por um comprovativo de compra (talão de compra).

	Proibido às pessoas com um pacemaker.		Peça aplicada do tipo BF: todo o dispositivo em contacto com o consumidor, exceto os dispositivos para aplicação cardíaca.
	Manter seco.	<b>IP22</b>	Código IP do aparelho.
	Fabricante.		Mandatário dentro da Comunidade Europeia.
<b>CE 1639</b>	Marcação CE, Certificado emitido pela SGS Belgique.		Código de lote.
	Data de fabrico.		Data limite de utilização: data após a qual o produto já não deve ser utilizado.
	Limites de temperatura.		A embalagem do produto deve ser reciclada.
	<b>ATENÇÃO:</b> ler as instruções (precauções e advertências importantes).		Consultar as instruções de utilização.
	Limites de humidade.		Produto sujeito a uma instrução de triagem com vista à reciclagem.
	Manter longe da luz solar.	<b>ROHS</b>	Restrição da utilização de determinadas substâncias perigosas nos equipamentos elétricos e eletrónicos.
	Para proteger o ambiente, o aparelho e a sua bateria não devem ser deixados fora juntamente com o lixo doméstico no fim da sua vida. Devem ser eliminados através dos pontos de recolha de resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos existentes.		

Data de marcação CE: 2021  
Última revisão do folheto: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**  
Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao  
Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Distribuidor em Portugal:**  
Laboratorios URGO S.L.  
Florida 29  
20120 Hernani (Guipúzcoa) - Espanha  
**Alguma questão?** [servicoaocliente@pt.urgo.com](mailto:servicoaocliente@pt.urgo.com)

Tipo: PL-029C/PL-013 - artigo N° 553082

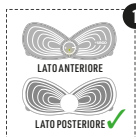


Invitiamo a leggere con attenzione le istruzioni prima dell'uso, oltre che a rispettare le indicazioni fornite. Acquisire familiarità con le precauzioni d'uso e le controindicazioni.



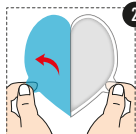
**Si raccomanda di caricare completamente il cerotto prima del primo utilizzo.**

Utilizzare solo il cavo fornito in dotazione e un caricabatterie da muro con marcatura CE che abbia i seguenti valori di uscita (output): 5V e 0,3 - 2A (stampati sul caricabatterie). **Non utilizzare caricabatterie rapidi.**



### 1 IDENTIFICAZIONE DEI LATI DEL CEROTTO

Su un tavolo, mettere il cerotto in modo che il lato posteriore sia rivolto verso di sé (e il pannello di controllo verso il tavolo).

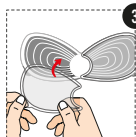


### 2 PREPARAZIONE DELLA RICARICA DI GEL ADESIVO

Aprire il sacchetto e prendere una ricarica di gel adesivo. Una ricarica corrisponde alla parte destra del cerotto e l'altra alla parte sinistra. Togliere delicatamente la pellicola protettiva blu assicurandosi che il gel adesivo resti sulla pellicola protettiva trasparente.

*(Se necessario, si può tenere il gel con il dito)*

Conservare la pellicola protettiva blu per rimetterla sul cerotto dopo ogni utilizzo.



### 3 APPLICAZIONE DEI GEL SUL CEROTTO

Aiutandosi con la pellicola protettiva trasparente, posizionare correttamente il gel sul cerotto assicurandosi che il gel sia completamente sovrapposto al cerotto. Procedere allo stesso modo con l'altro gel ripetendo i passaggi 2 e 3. Una volta posti i due gel sui circuiti elettrici, togliere le 2 pellicole protettive trasparenti assicurandosi che il gel restino sul cerotto. *(Tenere i gel con il dito, se necessario).*

**1 coppia di gel adesivi = 30 utilizzi circa**

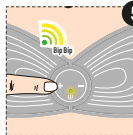
*(Nota: si può gettare la pellicola protettiva trasparente)*



### 4 APPLICAZIONE E MESSA IN FUNZIONE DEL CEROTTO

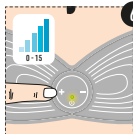
Applicare il cerotto sulla zona dolente, come indicato nello schema, e premere brevemente il pulsante: viene prodotto 1 bip sonoro e si accende 1 luce verde.

**Questo è il PROGRAMMA 1.** Se non si vede la luce verde e non si sente il bip, vuole dire che il cerotto è completamente scarico. Ricaricare il cerotto con il cavo fornito.



### 5 SELEZIONE DEL PROGRAMMA

Questo cerotto contiene **3 programmi**. Ogni programma dura **30 minuti**. Per maggiori dettagli, consultare il foglio illustrativo completo. **Per impostazione predefinita, il programma 1 è selezionato automaticamente** al momento della messa in funzione del cerotto: questo programma è consigliato per il primo utilizzo. **Per tornare al programma precedente, premere a lungo il pulsante "⊕"** (circa 3 secondi, fino a udire una serie di bip): 2 bip sonori indicano che il programma 2 è attivato. Rilasciare il pulsante. **Una nuova pressione prolungata** farà passare al programma 3: 3 bip sonori. **Per avviare la stimolazione, andare al passaggio successivo.**

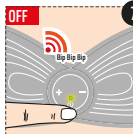


### 6 AVVIO DELLA STIMOLAZIONE E REGOLAZIONE DELL'INTENSITÀ

Dopo aver selezionato il programma, premere una volta brevemente il pulsante "⊕" per avviare la stimolazione. Regolare l'intensità premendo brevemente i pulsanti "⊕" e "⊖".

Se la sensazione avvertita è dolorosa, ridurre l'intensità.

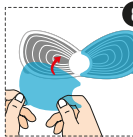
Sono disponibili **15 livelli di intensità**.



### 7 SPEGNIMENTO DEL CEROTTO

Dopo 30 minuti, il cerotto si spegne automaticamente.

Se si desidera spegnere il cerotto prima che siano passati 30 minuti, premere brevemente "⊕": 3 bip sonori e 3 segnali luminosi indicano l'arresto dell'apparecchio.



### 8 CONSERVAZIONE DEL CEROTTO

Prima di togliere il cerotto, assicurarsi che non sia più in funzione. Togliere allora delicatamente assicurandosi che il gel restino sul circuito elettrico *(tenere i gel con il dito, se necessario)*. Lasciare i gel sul cerotto e coprirli con le pellicole protettive blu conservate. Il cerotto è pronto per un futuro utilizzo. Rimettere il cerotto nella custodia per il trasporto.

Per gli utilizzi successivi, togliere le pellicole protettive blu e andare direttamente al passaggio 4.

Dimostrazione dell'applicazione del cerotto su:  
[www.urgo.it](http://www.urgo.it) o tramite il codice QR



**NOTA:** Quando il cerotto non aderirà più sufficientemente alla pelle, bisognerà umidificare i gel per prolungarne la durata di vita, come consigliato nel foglio illustrativo.





## URGO CEROTTO ELETTROTERTICO RICARICABILE PER MESTRUAZIONI DOLOROSE

IT

### INDICE

#### CONTENUTO DELLA CONFEZIONE

1. PRESENTAZIONE DEL CEROTTO URGO CEROTTO ELETTROTERTICO RICARICABILE PER MESTRUAZIONI DOLOROSE
2. PREPARAZIONE PRIMA DELL'UTILIZZO
3. UTILIZZO
4. ZONE DI APPLICAZIONE CONTROINDICATE / CONTROINDICAZIONI MEDICHE / PRECAUZIONI PER L'USO
5. PULIZIA
6. CONSERVAZIONE
7. DOMANDE E RISPOSTE
8. SMALTIMENTO
9. SPECIFICHE TECNICHE
10. GARANZIA

Leggere attentamente questo foglio illustrativo e conservarlo per un futuro riferimento.  
Accertarsi che sia accessibile agli altri utenti e rispettare le indicazioni in esso contenute.

#### Contenuto della confezione:



1 Elettrostimolatore  
ricaricabile



1 Cavo USB  
di ricarica



1 Guida



1 Custodia  
per il trasporto

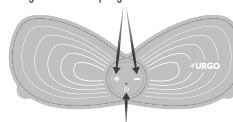


2 Coppie  
di gel adesivi \*

\*1 coppia di gel adesivi = 30 utilizzi circa a seconda del tipo di pelle/della pelosità

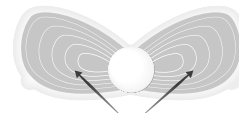
**Elettrostimolatore:** L'elettrostimolatore (il cerotto) è realizzato in gomma siliconica, sottile e flessibile.

Regolazione dei programmi e dell'intensità



Pulsante di avvio/arresto

LATO ANTERIORE

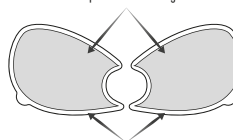


Circuito elettrico

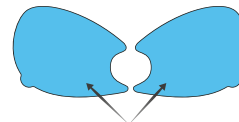
LATO POSTERIORE

**Gel adesivo:** La superficie adesiva è composta da un idrogel conduttore.

Gel adesivo composto da un idrogel conduttore



Pellicola protettiva



Pellicola protettiva

Questi gel adesivi si possono trovare in vendita in farmacia.  
Assicurarsi di acquistare gel compatibili con il cerotto elettrotterapico ricaricabile URGO per mestruazioni dolorose.

**Elettrodo:** È l'insieme costituito da un circuito elettrico e un gel.

**Cavo USB di ricarica:**



Per qualsiasi domanda, contattare il servizio consumatori:

Recapito per l'Italia:  
Via Sabin 1/1 - 59100 Prato - Italia  
E-mail: [Customerservice@it.urgo.com](mailto:Customerservice@it.urgo.com)

## 1. PRESENTAZIONE DEL CEROTTO ELETTROTERTAPICO RICARICABILE URGO PER MESTRUAZIONI DOLOROSE

Il Cerotto elettroterapico ricaricabile URGO per mestruazioni dolorose funziona con la tecnologia TENS.

### 1.1 Cos'è l'elettroterapia (TENS) e in cosa consiste?

La **tecnologia medica TENS** (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, in italiano Neurostimolazione Elettrica Transcutanea) **allevia il dolore** grazie a una corrente elettrica di intensità appropriata. Questo metodo **non farmacologico** è utilizzato quotidianamente nei **Centri di Terapia del Dolore**.

Qualunque sia la patologia, l'elettroterapia non ha la capacità di curare la causa ma riduce o elimina il dolore su tutti i tessuti muscolari e articolari.

La corrente elettrica è trasmessa da elettrodi (il circuito elettrico con il gel) posti sulla superficie della pelle e provoca un'eccitazione elettrica dei nervi. Il dolore viene attenuato grazie a due azioni:

- **IMMEDIATA:** diminuzione della trasmissione del dolore verso il midollo spinale, detta anche effetto "cancello" (gate control)
- **DURATURA:** aumento della secrezione di endorfine, ormoni antidolorifici naturali secreti dal cervello.

Il trattamento mediante elettroterapia permette di alleviare il dolore in modo immediato e duraturo.

**Tutti i programmi di elettroterapia sono efficaci: sono stati dimostrati in modo scientifico e la tecnologia è approvata dai professionisti della salute.**

### 1.2 Indicazioni

**Prima di usare l'elettroterapia, il medico deve aver diagnosticato l'origine e la causa del dolore. Il medico o il farmacista possono fornire istruzioni su come effettuare un auto-trattamento mediante elettroterapia.**

Assicurarsi di non utilizzare il cerotto su una zona non autorizzata, vd. sezione 4.1. Applicare l'apparecchio solo su pelle sana e pulita, priva di creme e lozioni grasse.

Questo dispositivo può essere utilizzato da donne con deficit mentali o fisici solo sotto la supervisione di un adulto responsabile.

Il cerotto URGO elettroterapia mestruazioni dolorose ricaricabile è indicato per il dolore pelvico (del basso ventre) cronico (ad es. endometriosi) (Programma 3) e per la dismenorrea primaria, ossia le mestruazioni dolorose non causate da alcun disturbo ginecologico sottostante (Programmi 1 e 2). Il dolore inizia poco tempo prima delle mestruazioni o insieme ad esse e, nella maggior parte dei casi, dura da uno a tre giorni. Si manifesta con crampi al basso ventre che si estendono talvolta fino alla regione lombare.

### 1.3 Come scegliere un programma e regolarne l'intensità?

Sono disponibili 3 programmi, ciascuno dotato di 15 livelli di intensità. Ogni programma dura 30 minuti. Il cerotto si spegne automaticamente alla fine di un programma.

Bisogna aumentare l'intensità finché la sensazione di stimolazione elettrica procurata dal cerotto è avvertita con forza senza diventare dolorosa. Se la stimolazione diventa dolorosa, bisogna diminuire l'intensità. Il programma scelto non deve provocare:

- sensazioni dolorose durante la seduta.
- contrazioni muscolari importanti (se il cerotto provoca contrazioni, ridurre l'intensità e, se non fosse sufficiente, spegnerlo e riposizionarlo spostandolo di alcuni centimetri).
- sensazioni di bruciatura elettrica.

Ogni programma può essere regolato a una intensità compresa tra 1 e 15. Iniziare sempre la stimolazione a un'intensità debole e aumentare progressivamente, fino a **trovare quella che procura il migliore sollievo**. A seconda del programma utilizzato, l'intensità potrà variare. Il sistema nervoso si abitua molto rapidamente alla corrente. Nei primi 5 minuti di un programma o dopo diversi utilizzi si può constatare che la sensibilità alla stimolazione diminuisce, cosa del tutto normale. Non si deve esitare ad incrementare l'intensità per ritrovare un livello di stimolazione più forte, ma sempre indolore.

- La sensazione data dalla stimolazione elettrica differisce a seconda delle persone. **Si raccomanda quindi di PROVARE OGNI PROGRAMMA per identificare quello che offre il miglior sollievo e il miglior comfort.** A seconda del tipo di dolore che si desidera alleviare con il Cerotto elettroterapico ricaricabile URGO per mestruazioni dolorose, il programma più adatto può essere diverso.

### Descrizione dei 3 programmi di elettroterapia proposti da questo cerotto:

Programma	1.	2.	3.
<b>Modalità</b>	Combinata.	Convenzionale continuo.	Convenzionale discontinuo.
<b>Vantaggi</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sollievo rapido e duraturo dal dolore.</li><li>• Evita l'effetto di assuefazione.</li></ul>	Sollievo rapido dal dolore.	Sollievo rapido dal dolore.
<b>Effetti avvertiti</b>	Alternanza di sensazioni di forte formicolio e di pulsazioni associate alle micro-contrazioni dei muscoli.	Sensazione di forte formicolio.	Sensazione di forte formicolio.
<b>Come funziona?</b>	Questo programma utilizza la modalità TENS tradizionale a diverse frequenze (60 Hz, 80 Hz e 100 Hz) in modalità continua e discontinua. La stimolazione ad alta frequenza discontinua con una periodicità fissa (2 Hz) è una modalità burst che attiva simultaneamente 2 meccanismi di sollievo del dolore: il cosiddetto effetto "cancello" (gate control) ed il rilascio di endorfine.	Si tratta di una stimolazione elettrica ad alta frequenza (100 Hz) che eccita direttamente i nervi sensitivi, bloccando così la trasmissione del segnale "dolore" al cervello. Il dolore viene alleviato grazie al cosiddetto effetto "cancello" (gate control).	Si tratta di una stimolazione elettrica ad alta frequenza (85 Hz) che eccita direttamente i nervi sensitivi, bloccando così la trasmissione del segnale "dolore" al cervello. Il dolore viene alleviato grazie al cosiddetto effetto "cancello" (gate control).
<b>Durata (min)</b>	30	30	30

Programma	1.	2.	3.
Tipo di corrente	Bidirezionale.		
Frequenza (Hz) <sup>1</sup>	Fase 1: 100 Hz Fase 3: 80 Hz Fase 5: 60 Hz	Fase 2: 100 Hz Fase 4: 80 Hz Fase 6: 60 Hz	100  85
Larghezza dell'impulso (µs) <sup>2</sup>	100		
Modalità <sup>3</sup>	DISCONTINUA E BURST L'uso delle 3 frequenze (60 Hz, 80 Hz e 100 Hz) in modalità discontinua e burst permette di creare 6 diverse fasi di stimolazione che durano 1 minuto ciascuna e si alternano durante il programma. Alla fine di ogni fase sono previste brevi pause (1 sec) per rendere la stimolazione più confortevole e piacevole.  Fase 1: DISCONTINUA (5 secondi ON e 1 secondo OFF) Fase 2: BURST 2 Hz (fase di lavoro = 0,25 sec; fase di pausa = 0,25 sec) Fase 3: DISCONTINUA (5 secondi ON e 1 secondo OFF) Fase 4: BURST 2 Hz (fase di lavoro = 0,25 sec; fase di pausa = 0,25 sec) Fase 5: DISCONTINUA (5 secondi ON e 1 secondo OFF) Fase 6: BURST 2 Hz (fase di lavoro = 0,25 sec; fase di pausa = 0,25 sec)  Durata totale di ogni fase = 1 min: tempo di lavoro = 59 sec; tempo di pausa = 1 sec.	CONTINUA (senza cicli)	DISCONTINUI (3 secondi ON e 1 secondo OFF)
Grafico			
Autonomia della batteria <sup>4</sup>	50re.	4 Ore.	3 Ore.

<sup>1</sup>Frequenza (F) – misurata in Hertz (Hz). Si tratta di un indicatore che segnala il numero di stimolazioni al secondo. Ad esempio, una frequenza di 2 Hz significa che si riceveranno 2 impulsi al secondo.

<sup>2</sup>Larghezza dell'impulso (L) – misurata in microsecondi (µs). Si tratta della durata di ogni stimolo, espressa in microsecondi (µs). Ogni secondo è costituito da un milione di microsecondi.

<sup>3</sup>Modalità continua o discontinua: CONTINUA: si tratta di una stimolazione senza interruzioni. DISCONTINUA: il programma prevede brevi pause tra i cicli per rendere la stimolazione più confortevole e piacevole. Per sapere come mettere in funzione i diversi programmi e regolare il livello di intensità, consultare la sezione 3 "UTILIZZO".

<sup>4</sup>Utilizzo alla massima intensità.

### Consigli per l'uso:

Se lo desiderate, potete camminare e svolgere le vostre attività quotidiane indossando il cerotto URG0 elettroterapico mestruazioni dolorose ricaricabile. Finché il cerotto resta ben incollato non ci sono problemi.

Sta a voi scegliere il programma o i programmi più adatti a voi in termini di efficacia e comfort. Molti fattori, infatti, influenzano la percezione sensoriale del programma (zona interessata, sensibilità della pelle, massa grassa, livello di pelosità della zona da trattare, umidità atmosferica...). Le preferenze di una stessa persona possono anche evolvere da un giorno all'altro.

Per i dolori intensi che necessitano di un **sollievo rapido**, utilizzare preferibilmente i **PROGRAMMI 2 e 3** (tradizionale) come primo approccio.

Se il dolore è meno intenso e per ottenere un sollievo più **duraturo**, utilizzare preferibilmente il **PROGRAMMA 1**.

Per il dolore pelvico cronico (ad es. endometriosi), utilizzare preferibilmente il **PROGRAMMA 3**.

**Numero di sedute:** eseguire il numero di sedute necessarie utilizzando il programma o i programmi che apportano il miglior sollievo, prestando attenzione a **togliere il cerotto tra una seduta e l'altra** per lasciar riposare la pelle, **distanziando le sedute di mezz'ora, se possibile**.

In caso di irritazione cutanea, interrompere immediatamente la stimolazione e lasciare riposare la pelle. Se l'irritazione cutanea persiste e si avverte prurito o irritazione, consultare il medico prima di riprendere l'utilizzo.

## 2. PREPARAZIONE PRIMA DELL'UTILIZZO

### PRIMA DI OGNI UTILIZZO:

- Assicurarsi di applicare il cerotto rispettando le controindicazioni della sezione 4.
- Assicurarsi di avere la pelle pulita, priva di creme o oli. Solo così il cerotto potrà funzionare al meglio.
- Non applicare il cerotto su un indumento.
- Per un effetto ottimale, gli elettrodi del cerotto devono essere completamente a contatto con la pelle.
- Assicurarsi che il cerotto sia carico prima di cominciare la seduta: premere brevemente il pulsante "ON": si avverte un bip sonoro e si accende una luce verde. Se non si vede la luce verde e non si sente il bip sonoro, significa che il cerotto è completamente scarico.
- Non utilizzare quando l'apparecchio è in carica.

### CARICA DEL CEROTTO:

- La luce verde dell'apparecchio lampeggerà durante la ricarica e resterà accesa in modo continuo quando la ricarica è terminata.
- Si raccomanda di **caricare completamente il cerotto prima del primo utilizzo**.
  - Utilizzare solo il cavo fornito in dotazione.
  - Utilizzare una fonte di alimentazione adatta, ad esempio una presa elettrica o una porta USB (per esempio quella di un computer portatile o di un tablet). Per la ricarica da una presa elettrica, utilizzare solo un caricabatterie da muro con marcatura CE che abbia i seguenti valori di uscita (output): 5,0V e 0,3 - 2A (stampati sul caricabatterie).
- Non utilizzare caricabatterie rapidi perché quel tipo di caricabatterie sono incompatibili con il cerotto e potrebbero danneggiare la batteria.**
- Non toccare gli elettrodi durante la carica.**
- L'apparecchio contiene una batteria al litio. Se l'apparecchio si surriscalda durante la carica, interromperla e informare il distributore.

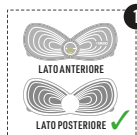
### PER PRESERVARE LA BATTERIA:

- Il cerotto deve essere caricato e scaricato almeno ogni 3 mesi.

### 3. UTILIZZO

Le istruzioni per l'uso sono disponibili anche in formato video su [www.urgo.it](http://www.urgo.it)

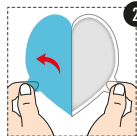
#### 3.1 Messa in funzione del Cerotto elettroterapico ricaricabile URGO PER MESTRUAZIONI DOLOROSE



1

#### IDENTIFICAZIONE DEI LATI DEL CEROTTO

Su un tavolo, mettere il cerotto in modo che il lato posteriore sia rivolto verso di sé (e il pannello di controllo verso il tavolo).



2

#### PREPARAZIONE DELLA RICARICA DI GEL ADESIVO

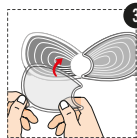
Per l'applicazione dei gel, il cerotto deve essere spento.

Estrarre le due ricariche di gel adesivo aprendo il sacchetto dalla tacca prevista a questo scopo e senza utilizzare forbici.

Prendere una ricarica di gel adesivo: una ricarica corrisponde alla parte destra del cerotto e l'altra alla parte sinistra. Togliere delicatamente la pellicola protettiva blu assicurandosi che il gel adesivo rimanga completamente attaccato alla pellicola protettiva trasparente. (Se necessario, si può tenere il gel con il dito).

Verificare che il gel adesivo non presenti alcun difetto (parte del gel mancante, gel danneggiato, ecc.) perché ciò può causare irritazioni cutanee durante l'uso.

Conservare la pellicola protettiva blu per rimetterla sul cerotto dopo ogni utilizzo.



3

#### APPLICAZIONE DEI GEL SUL CEROTTO

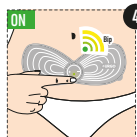
Aiutandosi con la pellicola protettiva trasparente, posizionare correttamente il gel sul cerotto assicurandosi che il gel sia completamente sovrapposto al cerotto. Procedere allo stesso modo con l'altro gel ripetendo i passaggi 2 e 3. Una volta posti i due gel sui circuiti elettrici, togliere le 2 pellicole protettive trasparenti assicurandosi che i gel restino sul cerotto. (Tenere i gel con il dito, se necessario).

1 coppia di gel adesivi = 30 utilizzi circa

(Nota: si può gettare la pellicola protettiva trasparente)

#### APPLICAZIONE DEL CEROTTO

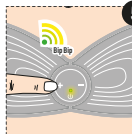
Applicare il cerotto sulla zona dolente. Assicurarsi che la pelle sia sana e non sia stata trattata con creme e lozioni grasse e che non ci siano troppi peli. Premere con forza per assicurare un buon contatto con la pelle.



4

#### MESSA IN FUNZIONE DEL CEROTTO

Per accendere il cerotto, premere brevemente sul pulsante "ON": viene prodotto 1 bip sonoro e si accende 1 luce verde. Questo è il PROGRAMMA 1. Se non si vede la luce verde e non si sente il bip, vuole dire che il cerotto è completamente scarico. Ricaricare il cerotto con il cavo fornito.



5

#### SELEZIONE DEL PROGRAMMA

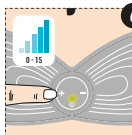
Questo cerotto contiene 3 programmi. Ogni programma dura 30 minuti.

Per maggiori dettagli, fare riferimento alla sezione 1.3 - Come scegliere un programma e regolarne l'intensità?

Per impostazione predefinita, il PROGRAMMA 1 è selezionato automaticamente al momento della messa in funzione del cerotto: questo programma è consigliato per il primo utilizzo. Per cambiare programma, premere a lungo il pulsante "P" (circa 3 secondi, fino a udire una serie di bip): 2 bip sonori indicano che il programma 2 è attivato. Rilasciare il pulsante. Per tornare al programma precedente, premere a lungo il pulsante "M" (circa 3 secondi, fino a udire una serie di bip). Una nuova pressione prolungata farà passare al programma 3: 3 bip sonori.

Per avviare la stimolazione, andare al passaggio successivo.

1 bip: programma combinato // 2 bip: programma tradizionale continuo // 3 bip: programma tradizionale discontinuo.



6

#### AVVIO DELLA STIMOLAZIONE E REGOLAZIONE DELL'INTENSITÀ

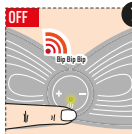
Dopo aver selezionato il programma, premere una volta brevemente il pulsante "I" per avviare la stimolazione. Regolare l'intensità premendo brevemente i pulsanti "E" e "M".

La regolazione dell'intensità dipende dai soggetti e dalla zona da trattare. Aumentare progressivamente l'intensità fino a percepire una sensazione di stimolazione elettrica ben pronunciata ma non dolorosa. Se la sensazione avvertita è dolorosa, ridurre l'intensità. Infatti, aumentare l'intensità della stimolazione a un livello troppo elevato può scatenare dolore e contrazioni muscolari indesiderate, senza apportare un'efficacia supplementare. Sono disponibili 15 livelli di intensità.

Una volta che l'intensità ha raggiunto il livello più elevato o il livello più basso, la luce LED e il bip sonoro vengono emessi 2 volte invece di 1.

ⓘ

Se si ode una serie di bip sonori durante la seduta pur non avendo toccato il cerotto e il cerotto smette di funzionare, significa che il cerotto non è più sufficientemente a contatto con la pelle. Bisogna riattaccare il cerotto in modo che gli elettrodi siano perfettamente a contatto con la pelle e riavviare il programma in corso premendo brevemente il pulsante "I". Il programma riprenderà dove si era arrestato ma bisognerà regolare nuovamente l'intensità.

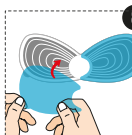


7

#### SPENIMENTO DEL CEROTTO

Dopo 30 minuti, l'apparecchio si spegne automaticamente.

Se si desidera spegnere il cerotto prima che siano passati 30 minuti, premere brevemente il pulsante "OFF": 3 bip sonori e 3 segnali luminosi indicano l'arresto dell'apparecchio.



8

#### CONSERVAZIONE DEL CEROTTO

Prima di togliere il cerotto, assicurarsi che non sia più in funzione. Togliere allora delicatamente assicurandosi che i gel restino sul circuito elettrico (tenere i gel con il dito, se necessario). Lasciare i gel sul cerotto e coprirli con le pellicole protettive blu conservate. Il cerotto è pronto per un futuro utilizzo.

Rimettere il cerotto nella custodia per il trasporto.

Per gli utilizzi successivi, togliere le pellicole protettive blu e andare direttamente al passaggio 4.

### 3.2 Manutenzione e sostituzione dei gel adesivi

#### ❗ Prolungamento della durata di vita dei gel adesivi

Quando il cerotto non aderisce più sufficientemente alla pelle, è necessario umidificare i gel per prolungare la loro durata di vita. Depositare alcune gocce d'acqua su tutta la superficie dei gel senza bagnare il pannello di controllo centrale.

- Prestare attenzione a non lasciare residui sulla superficie dei gel (non utilizzare fazzoletti di carta).
- Attendere che i gel abbiano assorbito l'acqua per riutilizzare il cerotto.

#### ❗ Sostituzione dei gel adesivi

- Una coppia di gel permette 30 utilizzi circa.
- Per cambiare il gel adesivo, arrotolarlo su sé stesso con le dita.
- Verificare che non restino residui sui circuiti elettrici prima di riposizionare un nuovo gel adesivo.
- Utilizzare questo apparecchio esclusivamente con gel adesivi compatibili con il cerotto URGO Elettroterapico mestruazioni dolorose ricaricabile. In caso di dubbi, chiedere consiglio al farmacista.

### 3.3 Dove utilizzare il Cerotto elettroterapico ricaricabile URGO per mestruazioni dolorose?



#### Dolori addominali

Il cerotto deve essere posizionato direttamente sulla zona dolente: la parte bassa dell'addome sotto l'ombelico.



#### Dolori lombari

In caso di dolori lombari, assicurarsi di posizionare i circuiti elettrici ai due lati della colonna vertebrale, in modo che il pannello di controllo si trovi sulla colonna vertebrale.

Per alcune posizioni, in particolare per i dolori lombari, può essere necessario l'aiuto di una seconda persona.

## 4. ZONE DI APPLICAZIONE CONTROINDICATE / CONTROINDICAZIONI MEDICHE / PRECAUZIONI PER L'USO


L'uso del cerotto non sostituisce una visita medica o un trattamento medico. In caso di dubbi, chiedere sempre consiglio al medico o al farmacista.

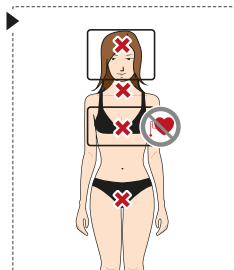
### ⚠ 4.1 Zone di applicazione controindicate

- Non applicare vicino al cuore o sul torace in quanto i segnali elettrici possono interferire con i segnali elettrici del cuore.
- Non applicare sulla parte anteriore o laterale del collo (carotide, gola) perché l'elettrostimolazione potrebbe scatenare spasmi laringei e faringei con conseguenti disturbi respiratori. La stimolazione dell'arteria carotidea può provocare un rallentamento del ritmo cardiaco o una pressione arteriosa particolarmente bassa nelle persone che presentano problemi ai vasi sanguigni.
- Questo cerotto non è destinato all'applicazione sulla testa.
- Non utilizzare sui genitali.

■ Riassumendo, non utilizzare il cerotto sulle zone seguenti:

### 4.2 Controindicazioni mediche

- Se si è portatori di un dispositivo medico impiantabile (pacemaker, pompa per insulina, glucometro, defibrillatore...), perché il Cerotto URGO elettroterapico ricaricabile per mestruazioni dolorose può interferire con il funzionamento di questi apparecchi.
- Se si hanno **lesioni cutanee** (pelle irritata, eruzione cutanea, ferita postoperatoria, cicatrice recente, presenza di clip, ferita traumatica, ustioni, ulcere arteriose o venose, ferite diabetiche, ...) non applicare sulle zone interessate perché l'elettrostimolazione potrebbe aggravare l'irritazione cutanea o interferire con la guarigione.
- In caso di **disturbi della sensibilità cutanea** a livello del basso ventre o della schiena, non applicare il cerotto per evitare il rischio di ustioni secondarie dovute a una regolazione troppo elevata dell'intensità a causa della mancanza di sensibilità.
- In caso di tumore, non applicare **sulla lesione cancerosa o infetta o vicino a essa** in quanto la corrente prodotta può favorire la propagazione delle cellule cancerose verso altre parti del corpo.
- Questo dispositivo non è destinato e non deve essere utilizzato su donne incinte. 



### 4.3 Chiedere consiglio al medico o al farmacista

- In caso di epilessia o sospetto di epilessia, in quanto l'elettrostimolazione potrebbe favorire la comparsa di crisi epilettiche.
- In caso di problemi cardiaci in quanto i segnali elettrici possono interferire con i segnali elettrici del cuore.
- In caso di febbre superiore a 39 °C, che altera la vigilanza.

### 4.4 Precauzioni d'uso

- Non utilizzare l'apparecchio mentre si guida (auto, macchinari...) o in caso di attività in cui una stimolazione elettrica o una contrazione muscolare involontaria potrebbero essere pericolose.
- Non utilizzare questo apparecchio mentre si dorme per evitare il rischio di dolore, infiammazione o ustione secondaria a una regolazione troppo elevata dell'intensità che non si riuscirebbe a controllare per mancanza di vigilanza.
- Non utilizzare questo apparecchio in zone con clip, impianti o qualunque elemento metallico per evitare ustioni o dolore.
- Non utilizzare questo cerotto in un luogo molto umido come un bagno o quando si è nella vasca da bagno o sotto la doccia.
- Per motivi di igiene, non condividere l'uso dei gel adesivi con altre persone.
- Tenere fuori dalla portata e dalla vista dei bambini: non devono giocare con l'apparecchio.

### 4.5 Effetti indesiderati

- Leggeri arrossamenti o irritazioni cutanee benigne e transitorie, possono verificarsi sulla zona di applicazione durante l'uso del cerotto, questo è normale. Sono dovuti all'aumento localizzato del flusso sanguigno. In questo caso, non riapplicare il cerotto nello stesso punto finché persiste l'arrossamento.
- Interrompere il trattamento in caso di irritazioni cutanee persistenti, ustioni o reazione allergica che possono verificarsi sulla zona di applicazione dell'apparecchio a causa della stimolazione elettrica o del gel adesivo.
- Se si presentano altri effetti indesiderati, interrompere l'uso dell'apparecchio e segnalarli al medico o al farmacista.

## 4.6 Interazioni

- Non utilizzare l'apparecchio in presenza di apparecchiature elettroniche di monitoraggio (ad es. registratore cardiaco, allarme ECG) o durante l'esecuzione di un elettrocardiogramma o di un elettroencefalogramma. Le apparecchiature elettroniche potrebbero non funzionare correttamente quando il cerotto è in funzione.
- Prestare attenzione al rischio potenziale di ustioni in caso di assunzione concomitante di alcolici, farmaci analgesici o antinfiammatori poiché questi possono modificare la sensibilità cutanea al dolore. Questa non è una controindicazione.

## 5. PULIZIA

Dopo l'uso, se necessario, il lato anteriore del cerotto può essere pulito con un panno morbido leggermente inumidito:

- Per pulire il cerotto, assicurarsi che il cavo USB di ricarica sia scollegato.
- Non utilizzare detergenti chimici o abrasivi. Nel caso in cui il cerotto sia molto sporco, si può utilizzare eventualmente una soluzione leggermente saponata.
- Assicurarsi che l'acqua non si infiltri all'interno. Se ciò dovesse verificarsi, non utilizzare l'apparecchio finché non è perfettamente asciutto.
- Il lato posteriore del cerotto, con i gel adesivi, non necessita di pulizia.
- La pulizia e la manutenzione devono essere effettuate sotto la supervisione di un adulto responsabile se l'utilizzatore è una persona con deficit mentali o fisici.

## 6. CONSERVAZIONE

- Conservare l'apparecchio al riparo dall'umidità, dalle alte temperature e dalla luce diretta, nella sua custodia.
- Conservare le pellicole protettive blu per rimetterle sul cerotto dopo ogni utilizzo.

## 7. DOMANDE E RISPOSTE

Problemi/domande	Cause possibili	Cosa fare?
Il cerotto non emette il bip di accensione o non si accende.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il cerotto è completamente scarico.</li> <li>• Il cerotto ha un problema di funzionamento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caricare il cerotto con il cavo di ricarica fornito nella confezione.</li> <li>• Contattare il servizio consumatori URGO, customerservice@it.urgo.com</li> </ul>
Non si sente alcuna stimolazione.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il livello di intensità è troppo basso.</li> <li>• Il cerotto è scarico.</li> <li>• I gel devono essere riuniformati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentare il livello di intensità con il pulsante "⊕".</li> <li>• Caricare il cerotto con il cavo di ricarica fornito nella confezione e un caricabatterie da muro con marcatura CE.</li> <li>• Umidificare i gel come indicato in sezione 3.2</li> </ul>

Problemi/domande	Cause possibili	Cosa fare?
Gli elettrodi trasmettono una sensazione spiacevole.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il livello di intensità è troppo alto.</li> <li>• I gel adesivi non si attaccano più correttamente o sono danneggiati e non assicurano più un contatto sufficiente con la pelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ridurre il livello di intensità con il pulsante "⊖".</li> <li>• Innanzitutto, pulire e asciugare la pelle. Se il cerotto continua a non aderire correttamente, umidificare i gel come indicato alla sezione 3.2. Se il problema persiste, sostituire i gel e verificare che coprono tutto il circuito elettrico/gli elettrodi dell'elettrostimolatore prima di riutilizzarlo.</li> </ul>
Un lato del cerotto invita stimolazioni più forti dell'altro.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ogni zona del corpo può reagire in modo diverso.</li> <li>• Il cerotto non aderisce correttamente alla pelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se ciò risulta sgradevole, riposizionare il cerotto.</li> <li>• Verificare che il cerotto sia bene a contatto con la pelle.</li> <li>• Innanzitutto, pulire e asciugare la pelle. Se il cerotto continua a non aderire correttamente, umidificare i gel come indicato alla sezione 3.2.</li> <li>• Se il problema persiste, sostituire i gel e verificare che coprono tutta la superficie del circuito elettrico dell'elettrostimolatore prima di riutilizzarlo.</li> </ul>
Cosa devo fare se, senza aver premuto alcun pulsante, il cerotto emette una serie di bip sonori durante la seduta.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il cerotto non è più sufficientemente a contatto con la pelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bisogna riattaccare il cerotto perché gli elettrodi siano completamente a contatto con la pelle e riavviare il programma in corso premendo brevemente il pulsante "⊕".</li> <li>• Il programma riprenderà dove si era arrestato e bisognerà regolare nuovamente l'intensità.</li> </ul>
Durante la sessione percepisco che l'intensità diminuisce senza toccare il cerotto. È normale?	Diverse cause possibili: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il cerotto non è in contatto con la pelle.</li> <li>• Il cerotto è scarico.</li> <li>• Durante la sessione ci si può abituare al livello di intensità. Aumentarla con il pulsante "⊕".</li> <li>• I gel devono essere riuniformati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificare il buon contatto tra il cerotto e la pelle.</li> <li>• La batteria potrebbe essere quasi scarica; ricaricare il cerotto con il cavo fornito.</li> <li>• Ci si potrebbe essere abituati all'intensità durante la seduta; aumentarla con il pulsante "⊕".</li> <li>• Umidificare i gel (vedere capitolo 3.2)</li> </ul>
Il cerotto non aderisce correttamente alla pelle. Cosa devo fare?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La presenza di crema o creme per il corpo diminuisce l'adesività dei gel.</li> <li>• I gel devono essere riuniformati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Innanzitutto, pulire e asciugare la pelle.</li> <li>• Se il cerotto continua a non aderire correttamente, umidificare i gel come indicato alla sezione 3.2.</li> <li>• Se il problema persiste, sostituire i gel e verificare che coprono tutto il circuito elettrico dell'elettrostimolatore prima di riutilizzarlo.</li> </ul>

Domande	Risposte
La zona di trattamento si arrossa. È normale?	Un arrossamento cutaneo temporaneo sotto gli elettrodi è benigno e normale. È dovuto all'aumento localizzato del flusso sanguigno. È possibile che il cerotto sia stato tolto troppo rapidamente dalla pelle, causando l'arrossamento. Tentare di toglierlo più delicatamente la prossima volta. Se l'irritazione cutanea persiste e si avverte prurito o irritazione, la causa potrebbe essere un'allergia. In questo caso, consultare un medico prima di riprendere l'utilizzo.
Si può applicare il cerotto sopra gli indumenti?	No, l'avvio del programma è bloccato perché il circuito elettrico non è chiuso: gli indumenti svolgono un ruolo di strato isolante e impediscono la chiusura del circuito. Il cerotto (con il gel adesivo) deve essere a contatto diretto con la pelle.
Si può togliere il cerotto senza spegnerlo?	No, bisogna prima spegnere il cerotto (premere il pulsante "on/off"), poi, dopo aver udito i 3 bip sonori, toglierlo.
Si può utilizzare il cerotto per la prevenzione del dolore?	No. Il cerotto non permette di prevenire il dolore. Utilizzarlo fin dai primi sintomi.
Si può praticare sport con il cerotto?	Si, può camminare e svolgere le normali occupazioni quotidiane portando il cerotto elettroterapico ricaricabile URGO per mestruazioni dolorose. Per quanto riguarda la pratica di sport, finché il cerotto resta fermamente attaccato alla pelle non ci sono problemi ma se si suda o ci si muove molto, è probabile che l'aderenza del cerotto diminuisca con conseguente diminuzione o annullamento della sua efficacia.
Si può utilizzare il cerotto in presenza di una persona portatrice di un dispositivo elettronico impiantabile o cardiaco?	Si.
Si può applicare il cerotto su una cicatrice di parto cesareo?	Si può applicare il cerotto su una cicatrice di più di 6 mesi; se ha meno di 6 mesi, consigliamo di non applicarlo.
Si avvertono in maniera omogenea gli effetti del cerotto se lo si applica su una cicatrice?	Non necessariamente; le piccole fibre nervose superficiali possono essere state danneggiate e disturbare le sensazioni relative agli effetti del cerotto. In ogni caso, non mettere il cerotto su cicatrici di meno di 6 mesi.
Quanto tempo dopo il parto si può utilizzare il cerotto?	Si può applicare il cerotto dopo 8 settimane. Nel caso di una cicatrice da parto cesareo di meno di 6 mesi, consigliamo di non applicare il cerotto.
Durante le mestruazioni, ho spesso più male da un lato che dall'altro; come devo applicare il cerotto in questo caso?	In questo caso, bisogna applicare il cerotto il più vicino possibile alla zona dolente. Tuttavia, anche se posto al centro dell'addome, il cerotto continuerà a essere efficace contro le mestruazioni dolorose.
Dopo aver attaccato i gel sui circuiti elettrici, noto la presenza di piccole bolle d'aria. È grave?	No, la presenza di piccole bolle d'aria sul circuito elettrico non impedisce il buon funzionamento del cerotto. Controllare che tutto il gel sia ben attaccato.
I gel adesivi sono stati leggermente danneggiati ai bordi (ad esempio, al momento della rimozione della pellicola trasparente); il gel funzionerà meno bene?	Anche se i gel sono leggermente danneggiati ai bordi, il cerotto funzionerà correttamente a condizione che i circuiti elettrici siano ben coperti.
Posso utilizzare il caricatore del mio cellulare?	Si, se ha la marcatura CE ed eroga corrente con i seguenti valori di uscita (output): 5V, 0,3 - 2 A (stampati sul caricabatterie).
Posso usare il caricabatterie rapido?	No perché il caricabatterie rapido non è compatibile con il cerotto e può danneggiarlo.
Posso usare un cavo del mio cellulare?	No, si deve utilizzare solo il cavo fornito nella confezione.

## 8. SMALTIMENTO

Nell'interesse della protezione dell'ambiente, il cerotto elettroterapico ricaricabile URGO per mestruazioni dolorose non deve essere gettato con i rifiuti domestici alla fine della sua durata di vita. Lo smaltimento deve essere effettuato tramite i punti di raccolta dei rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche esistenti. Si prega di smaltire l'apparecchio in conformità alla direttiva europea sui Rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE). Per qualsiasi domanda, rivolgersi agli enti locali responsabili dello smaltimento e del riciclaggio di questi prodotti.

## 9. CARATTERISTICHE TECNICHE

Modello/tipo	Cerotto elettroterapico ricaricabile URGO per mestruazioni dolorose
Sorgente di energia	Alimentato con una batteria interna agli ioni di litio da 3,7 V
Forma d'onda	Onda rettangolare bifasica
Durata dell'impulso	0-200 µs (microsecondi)
Frequenza dell'impulso	1 - 100 Hz ± 15%
Tensione massima	Max. 16V +/- 20% (a un carico di 500 ohm)
Tempo di trattamento	30 minuti
Intensità di uscita	Da 0 a 15 livelli, regolabile
Programmi	3 programmi
Durata di funzionamento normale della batteria	Circa 240 minuti dopo una ricarica completa
Comportamento dell'apparecchio mentre la batteria interna ricaricabile è in carica	La luce lampeggia durante la carica e resta fissa quando è caricata al massimo
Durata di vita normale della batteria	Ricaricabile 300 volte
Peso	30 g
Arresto automatico	30 minuti
Grado di protezione contro le scosse elettriche	Apparecchio di tipo BF
Tipo di protezione contro le scosse elettriche	Apparecchio ad alimentazione interna
Codice IP	IP22: l'apparecchio è protetto dai corpi estranei > 12,5 mm e dalle gocce d'acqua che cadono con un'inclinazione di 15°
Numero di utilizzi dei gel adesivi	30 volte
Data di scadenza dei gel adesivi	Indicata sui gel adesivi
Modalità di funzionamento	Continua/discontinua
Versione del software	AO
Tempo richiesto perché l'apparecchio si riscaldi tra il momento in cui la temperatura di conservazione è minima e il momento in cui è pronto per l'uso	30 minuti
Tempo richiesto perché l'apparecchio si raffreddi tra un utilizzo e il successivo dalla temperatura massima a quando è pronto per l'uso	15 minuti perché sia pronto
Cavo USB di ricarica	Utilizzare una tensione di uscita DC5V e una corrente di uscita di 0,3-2,0 A per la ricarica
Temperatura ambiente normale di funzionamento	Da 5 °C a 40 °C
Temperatura ambiente di conservazione e di trasporto	Da -25 °C a +70 °C
Pressione atmosferica per l'utilizzo e la conservazione	70 kPa-106 kPa
Umidità ambiente normale di funzionamento	15% UR-90% UR
Umidità ambiente di conservazione e di trasporto	0% UR-90% UR
Superficie degli elettrodi	48 cm²

**NOTA: NON STERILIZZARE.**

**Non utilizzare in un AMBIENTE RICCO di OSSIGENO: ad esempio, è vietato usare il cerotto in una camera iperbarica o in un ambiente di trattamento con ossigeno.**

Questo prodotto è conforme alle norme europee EN60601-1, EN60601-1-2, EN60601-1-11, e EN60601-2-10 e soddisfa le esigenze di sicurezza speciali relative alla compatibilità elettromagnetica. Si noti che i dispositivi di comunicazione RF portatili e mobili possono influire su questo apparecchio. Maggiori dettagli possono essere richiesti al servizio clienti del proprio Paese.

## 10. GARANZIA

















I laboratori Urgo Healthcare si impegnano a sostituire l'apparecchio difettoso\* nei 2 anni successivi alla data di acquisto. Sono esclusi dalla garanzia:

- i danni causati da un uso non conforme: mancato rispetto delle istruzioni per l'uso, uso non conforme a quello dichiarato, condizioni ambientali anormali, condizioni di impiego non adatte, sovraccarico o mancanza di manutenzione o di cura.
- i danni causati da un uso commerciale.
- i prodotti trasformati o modificati.

\*Sono esclusi i materiali di consumo (gel adesivi e altri accessori di consumo per elettroterapia) quando questi sono soggetti a normale usura.

Questa garanzia completa gli obblighi di garanzia esistenti e non influisce in alcun modo sui diritti legali in quanto consumatore.

Per avvalersi della garanzia, la domanda dovrà essere accompagnata da una prova di acquisto (scontrino).

	Vietato alle persone portatrici di Pacemaker.		Apparecchio di tipo BF: qualsiasi dispositivo a contatto con il paziente, tranne quelli per applicazione cardiaca.
	Teme l'umidità.	<b>IP22</b>	Codice IP dell'apparecchio.
	Fabbricante.		Mandatario nell'Unione europea.
<b>CE 1639</b>	Marchio CE, certificato fornito da SGS.		Numero di lotto.
	Data di fabbricazione.		Data di scadenza: data dopo la quale il prodotto non può più essere utilizzato.
	Limite di temperatura.		La confezione del prodotto deve essere riciclata.
	<b>ATTENZIONE:</b> leggere il foglio illustrativo (precauzioni e avvertenze importanti).		Consultare le istruzioni per l'uso.
	Limite di umidità.		Prodotto soggetto a istruzioni per lo smaltimento a fini di riciclaggio.
	Conservare al riparo da luce e sole.	<b>ROHS</b>	Restrizione all'uso di determinate sostanze pericolose nelle apparecchiature elettriche ed elettroniche.
	Per proteggere l'ambiente, l'apparecchio e la sua batteria non devono essere gettati con i rifiuti domestici al termine della loro vita. Devono essere smaltiti attraverso i punti di raccolta dei rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche esistenti.		

Data di apposizione della marcatura CE: 2021  
Ultima revisione del foglietto illustrativo: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**  
Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao  
Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Distributore per l'Italia:**  
Agave s.r.l.  
Via Sabin 1/1  
59100 Prato - Italia  
Customerservice@it.urgo.com

Tipo: PL-029C/PL-013 - articolo n° 553082



Przed użyciem należy uważnie przeczytać ulotkę i przestrzegać zawartych w niej zaleceń. Należy szczegółowo zapoznać się ze środkami ostrożności i przeciwwskazaniami do stosowania.



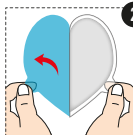
**Zalecane jest pełne naładowanie elektrostymulatora przed pierwszym użyciem.**

Należy używać wyłącznie przewodu dotłączonego do zestawu oraz ładowarki sieciowej z oznakowaniem CE o następujących parametrach wyjściowych: 5 V i 0,3-2 A (nadruk na ładowarce). **Nie używać ładowarek szybko ładujących.**



### 1 IDENTYFIKACJA STRON ELEKTROSTYMULATORA

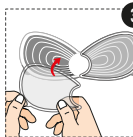
Umieścić na stole elektrostymulator w taki sposób, aby tylna strona była skierowana do użytkownika (sterownikiem na stole).



### 2 PRZYGOTOWANIE WYMIENNEJ SAMOPRZYLEPNEJ NAKŁADKI ŻELOWEJ

Otworzyć saszetkę i wyjąć samoprzylepne nakładki żelowe. Jedna z nich odpowiada prawej stronie elektrostymulatora, a druga lewej. Delikatnie zdjąć niebieską folię ochronną, dbając o to, aby dwie części samoprzylepnej nakładki żelowej pozostały na przezroczystej folii ochronnej.

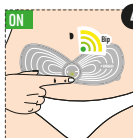
(W razie potrzeby można przytrzymać nakładkę żelową palcem). Należy zachować niebieską folię ochronną w celu założenia jej na elektrostymulator po każdym użyciu.



### 3 NAKŁADANIE SAMOPRZYLEPNYCH NAKŁADEK ŻELOWYCH NA ELEKTROSTYMULATOR

Przy użyciu przezroczystej folii ochronnej należy prawidłowo umieścić nakładkę żelową na elektrostymulatorze, dbając o to, aby była ona idealnie nałożona na część obwodu elektrycznego. Postąpić tak samą drugą nakładką żelową, wykonując ponownie etapy 2 i 3. Po umieszczeniu obu nakładek żelowych na obwodach elektrycznych zdjąć 2 przezroczyste folie ochronne, upewniając się, że nakładki żelowe pozostały na elektrostymulatorze. (W razie potrzeby przytrzymać nakładkę żelową palcem).

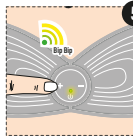
**1 para nakładek żelowych = około 30 zastosowań.**  
(Uwaga: przezroczystą folię ochronną można wyrzucić).



### 4 WŁĄCZANIE ELEKTROSTYMULATORA

Aby włączyć elektrostymulator, krótko nacisnąć przycisk: jest słyszalny 1 sygnał dźwiękowy i zapala się zielona lampka. **Wybrany jest PROGRAM 1.**

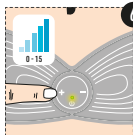
Jeśli nie zapala się zielona lampka ani nie słychać sygnału dźwiękowego, oznacza to, że urządzenie jest całkowicie rozładowane. Naładować elektrostymulator, używając dotłączonego kabla.



### 5 WYBÓR PROGRAMU

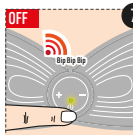
Elektrostymulator dysponuje 3 programami. Każdy program trwa 30 minut. Więcej szczegółów znajduje się w niniejszej instrukcji obsługi.

Domyślnie PROGRAM 1. Jest wybierany automatycznie przy włączeniu urządzenia; ten program jest zalecany jako pierwszy. Aby zmienić program, należy nacisnąć i przytrzymać przycisk "⊕" (ok. 3 sekundy, aż do ustyszenia serii sygnałów dźwiękowych): 2 sygnały dźwiękowe wskazują przetaczenie na PROGRAM 2. Zwolnić przycisk. Ponownie dłużej nacisnąć powoduje zmianę na program 3: 3 sygnały dźwiękowe. Aby rozpocząć elektrostymulację, należy przejść do kolejnego etapu.



### 6 ROZPOCZĘCIE ELEKTROSTYMULACJI I REGULACJA NATĘŻENIA

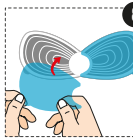
Po wybraniu programu jeden raz krótko nacisnąć przycisk "⊕", aby rozpocząć elektrostymulację. Wyregulować natężenie, krótko naciskając przyciski "⊕" i "⊖". Jeżeli występuje nieprzyjemne odczucie, należy niezwłocznie zmniejszyć natężenie. Dostępnych jest 15 poziomów natężenia.



### 7 WYŁĄCZENIE ELEKTROSTYMULATORA

Po upływie 30 minut urządzenie wyłącza się automatycznie.

Aby wyłączyć urządzenie przed upływem 30 minut, należy krótko nacisnąć "⊖": 3 sygnały dźwiękowe i 3 sygnały świetlne wskazują wyłączenie urządzenia.



### 8 PRZECHOWYWANIE ELEKTROSTYMULATORA

Przed zdjęciem elektrostymulatora należy upewnić się, że jest on już wyłączony. Następnie delikatnie zdjąć urządzenie, upewniając się, że nakładki żelowe pozostały na obwodzie elektrycznym (w razie potrzeby przytrzymać elementy żelowe palcem). Zostawić nakładki żelowe na elektrostymulatorze i nałożyć na nie niebieską folię ochronną. Elektrostymulator jest gotowy do kolejnego użycia. Umieścić urządzenie w pudełku ochronnym. Przy kolejnym użyciu zdjąć niebieską folię ochronną i przejść do etapu 4.



**UWAGA:** Jeżeli elektrostymulator nie przylega odpowiednio do skóry, należy zwilżyć nakładki żelowe, aby przedłużyć ich okres użytkowania, zgodnie z zaleceniami w ulotce.

Film pokazujący sposób użycia można znaleźć na stronie [www.urgo.pl](http://www.urgo.pl) lub poprzez kod QR



## URGO ELEKTROSTYMULATOR DO ŁADOWANIA NA BOLESNE MIESIĄCZKOWANIE

PL

### SPIS TREŚCI

#### ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA

1. PREZENTACJA URGO ELEKTROSTYMULATORA DO ŁADOWANIA NA BOLESNE MIESIĄCZKOWANIE
2. PRZYGOTOWANIE PRZED UŻYCIEM
3. UŻYCIE
4. PRZECIWWSKAZANE OBSZARY STOSOWANIA / PRZECIWWSKAZANIA MEDYCZNE / ŚRODKI OSTROŻNOŚCI PODCZAS STOSOWANIA
5. CZYSZCZENIE
6. PRZECHOWYWANIE
7. PYTANIA – ODPOWIEDZI
8. UTYLIZACJA
9. DANE TECHNICZNE
10. GWARANCJA

Należy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi i zachować ją do późniejszego wykorzystania. Należy postępować zgodnie z informacjami zawartymi w instrukcji obsługi oraz zapewnić dostęp do ulotki innym użytkownikom.

#### Zawartość opakowania:



1 Elektrostimulator do ładowania



1 Kabel USB do ładowania



1 Instrukcja obsługi



1 Opakowanie ochronne

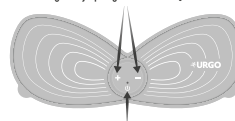


2 Pary samoprzylepnych nakładek żelowych\*

\* 1 para nakładek żelowych: około 30 zastosowań, w zależności od typu skóry/owłosienia

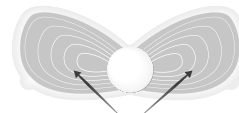
■ **Elektrostimulator:** Elektrostimulator jest wykonany z delikatnej i elastycznej gumy silikonowej.

Regulacja programów i napięcia



Przycisk włączania/wyłączania

STRONA PRZEDNIA

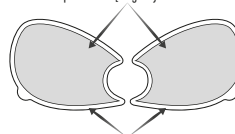


Obwód elektryczny

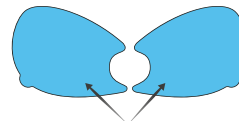
STRONA TYLNA

■ **Samoprzylepna nakładka żelowa:** Powierzchnia samoprzylepna jest wykonana z przewodzącego hydrożelu.

Samoprzylepny element żelowy wykonany z przewodzącego hydrożelu



Folia ochronna



Folia ochronna

Samoprzylepne nakładki żelowe można dokupić w aptece. Należy pamiętać, aby kupować nakładki żelowe pasujące do wersji URGO Elektrostimulatora do ładowania na bolesne miesiączkowanie.

■ **Elektroda:** To układ utworzony przez obwód elektryczny oraz żel.

■ **Kabel USB do ładowania:**



W razie jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt z działem obsługi klienta:

**Informacje kontaktowe dla Polski:**

Laboratoria Polfa Łódź Sp. z o.o.

AL. Jerozolimskie 142B

02-305 Warszawa

E-mail: kontakt@pl.urgo.com

## 1. PREZENTACJA URGO ELEKTROSTYMULATORA DO ŁADOWANIA NA BOLESNE MIESIĄCZKOWANIE

URGO Elektrostimulator do ładowania na bolesne miesiączkowanie, wykorzystuje technologię TENS.

### 1.1 Co to jest elektroterapia (TENS) i na czym polega?

Technologia medyczna TENS (ang. Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, elektryczna stymulacja nerwowa) przynosi ulgę w bólu dzięki zastosowaniu prądu elektrycznego o odpowiednio dobranym natężeniu. Jest to metoda do codziennego stosowania, niewymagająca przyjmowania leków, wykorzystywana w ośrodkach leczenia bólu.

Niezależnie od dolegliwości, elektroterapia TENS nie leczy przyczyn bólu, ale zmniejsza lub usuwa ból.

Prąd elektryczny jest przesyłany przez elektrody (obwód elektryczny z nakładkami żelowymi) umieszczone na powierzchni skóry. Powoduje on elektryczne pobudzenie nerwów. Ból zmniejsza się dzięki podwójnemu działaniu:

- **NATYCHMIASTOWO:** ograniczenie przesyłania sygnałów bólowych do rdzenia kręgowego, określane inaczej jako efekt "bramkowania" (ang. gate control),
- **DŁUGOTRWALE:** zwiększenie wydzielania endorfin, naturalnych hormonów przeciwbólowych wytwarzanych przez mózg.

Leczenie metodą elektroterapii umożliwiła natychmiastową i długotrwałą ulgę w bólu.

Wszystkie programy elektroterapii są skuteczne: zostały one sprawdzone metodą naukową, a technologia jest zatwierdzona przez instytucję medyczną.

### 1.2 Wskazania

Przed zastosowaniem elektroterapii należy skonsultować się z lekarzem w celu zdiagnozowania podłoża bolesnego miesiączkowania. Farmaceuta lub lekarz może udzielić informacji na temat sposobu samodzielnego wykonywania zabiegu elektroterapii.

Należy upewnić się, że elektrostimulator nie będzie używany na przeciwwskazanych obszarach, patrz rozdział 4.1. Urządzenie należy nakładać wyłącznie na zdrową, nieuszkodzoną i czystą skórę.

Urządzenie może być stosowane przez osoby niepełnosprawne umysłowo lub fizycznie wyłącznie pod nadzorem odpowiedzialnej osoby dorosłej.

URGO Elektrostimulator do ładowania na bolesne miesiączkowanie, jest wskazany w przypadku przewlekłych bólów w miednicy (podbrzuszu) (np. z powodu endometriozy) (program 3) i w przypadku pierwotnych bólów menstruacyjnych, czyli bólów związanych z miesiączkowaniem, które nie są spowodowane żadnym schorzeniem ginekologicznym (programy 1 i 2). Bóle zaczynają się na krótko przed lub na początku miesiączki i zazwyczaj trwają od jednego do trzech dni. Objawiają się one skurczami podbrzusza, które czasami rozprzestrzeniają się do obszaru lędźwiowego.

### 1.3 Jak wybrać program i ustawić natężenie?

Dostępne są 3 programy, a każdy z nich obejmuje 15 poziomów natężenia. Każdy program trwa 30 minut. Elektrostimulator wyłącza się automatycznie po zakończeniu programu.

Należy zwiększać intensywność do momentu, aż odczucie stymulacji elektrycznej wywołane przez elektrostimulator będzie silne, ale nie będzie bolesne. Jeżeli stymulacja staje się bolesna, należy zmniejszyć natężenie. Wybrany program nie powinien powodować:

- nieprzyjemnych odczuć ani bolesności podczas sesji,
- znacznych skurczów mięśni (jeśli elektrostimulator powoduje skurcze, należy zmniejszyć natężenie, a jeśli to nie wystarczy, wyłączyć urządzenie i zmienić jego położenie o kilka centymetrów),
- odczucia oparzeń prądem elektrycznym.

Dla każdego programu można dostosować natężenie w zakresie od 1 do 15. Należy zawsze zaczynać od stymulacji z niewielkim natężeniem i zwiększać je stopniowo do uzyskania wartości zapewniającej największą ulgę. W zależności od zastosowanego programu intensywność może się zmieniać. Układ nerwowy szybko przyzwyczaja się do intensywności stymulacji. Podczas pierwszych 5 minut programu albo po kilku zastosowaniach urządzenia będzie można stwierdzić, że wrażliwość na stymulację się zmniejsza; jest to zjawisko całkowicie normalne. Należy ponownie dostosować natężenie, aby uzyskać wyższy, jednak nadal bezbolesny poziom stymulacji.

- Odczuwanie stymulacji elektrycznej różni się w zależności od osoby. Z tego względu zalecane jest **WYPRÓBOWANIE POSZCZEGÓLNYCH PROGRAMÓW** w celu ustalenia, który z nich daje największą ulgę i poczucie komfortu. Wybór programu może się różnić w zależności od rodzaju bólu.

### Opis 3 programów elektroterapii oferowanych przez elektrostimulator:

Program	1.	2.	3.
Tryb	Łączony.	Konwencjonalny ciągły.	Konwencjonalny nieciągły.
Zalety	<ul style="list-style-type: none"><li>• Szybkie i trwałe uśmierzenie bólu.</li><li>• Unikanie efektu przyzwyczajania.</li></ul>	Szybkie uśmierzenie bólu.	Szybkie uśmierzenie bólu.
Odczuwane efekty	Naprzemienne odczucia wyraźnego mrowienia i pulsowania, połączone z mikroskurczami mięśni.	Odczucie wyraźnego mrowienia.	Odczucie wyraźnego mrowienia.
Jak to działa?	Ten program wykorzystuje konwencjonalny tryb TENS z różnymi częstotliwościami (60 Hz, 80 Hz i 100 Hz), w trybie ciągłym i nieciągłym. Stymulacja z wysoką częstotliwością, nieciągła, z ustalonym okresem (2 Hz) to tryb Burst, który jednocześnie aktywuje 2 mechanizmy uśmierzenia bólu: efekt "bramki kontrolnej" (gate control) oraz wytwarzanie endorfin.	Jest to stymulacja elektryczna z wysoką częstotliwością (100 Hz), która bezpośrednio pobudza nerwy czuciowe, blokując dzięki temu przesyłanie sygnałów bólowych do mózgu. Uśmierzenie bólu następuje w wyniku efektu "bramki kontrolnej" (gate control).	Jest to stymulacja elektryczna z wysoką częstotliwością (85 Hz), która bezpośrednio pobudza nerwy czuciowe, blokując dzięki temu przesyłanie sygnałów bólowych do mózgu. Uśmierzenie bólu następuje w wyniku efektu "bramkowania" (gate control).
Czas trwania (min)	30	30	30

Program	1.	2.	3.
Rodzaj prądu	Dwukierunkowy.		
Częstotliwość (Hz) <sup>1</sup>	Faza 1 : 100 Hz Faza 2 : 100 Hz Faza 3 : 80 Hz Faza 4 : 80 Hz Faza 5 : 60 Hz Faza 6 : 60 Hz	100	85
Szerokość impulsu (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Tryb <sup>3</sup>	<p><b>NIECIĄGŁY I BURST</b></p> <p>Wykorzystanie 3 częstotliwości (60 Hz, 80 Hz i 100 Hz) w trybie nieciągłym oraz Burst umożliwia wytworzenie 6 różnych faz stymulacji; każda z nich trwa 1 minutę i następują one w programie naprzemiennie. Pod koniec każdej fazy przewidziane są krótkie przerwy (1 s), po to, aby stymulacja była bardziej komfortowa i przyjemna.</p> <p><b>Faza 1: NIECIĄGŁY</b> (5 sekund WŁ. i 1 sekunda WYŁ.)</p> <p><b>Faza 2: BURST</b> 2 Hz (faza pracy = 0,25 s; faza przerwy = 0,25 s)</p> <p><b>Faza 3: NIECIĄGŁY</b> (5 sekund WŁ. i 1 sekunda WYŁ.)</p> <p><b>Faza 4: BURST</b> 2 Hz (faza pracy = 0,25 s; faza przerwy = 0,25 s)</p> <p><b>Faza 5: NIECIĄGŁY</b> (5 sekund WŁ. i 1 sekunda WYŁ.)</p> <p><b>Faza 6: BURST</b> 2 Hz (faza pracy = 0,25 s; faza przerwy = 0,25 s)</p> <p>Całkowity czas trwania każdej fazy = 1 min; czas pracy = 59 s; czas paazy = 1 s.</p>	<p><b>CIĄGŁY</b> (brak cykli)</p>	<p><b>NIECIĄGŁY</b> (3 sekundy WŁ. i 1 sekunda WYŁ.)</p>
Wykres			
Czas pracy akumulatora <sup>4</sup>	5 Godziny.	4 Godziny.	3 Godziny.

<sup>1</sup>Częstotliwość (F) – mierzona w hercach (Hz). Wskazuje liczbę stymulacji na sekundę. Na przykład częstotliwość 2 Hz oznacza, że użytkownik otrzymuje 2 impulsy na sekundę.

<sup>2</sup>Szerokość impulsu (L) – mierzona w mikrosekundach (µs). Oznacza czas trwania pojedynczej stymulacji, wyrażony w mikrosekundach (µs). Jedna sekunda to milion mikrosekund.

<sup>3</sup>Tryb ciągły lub nieciągły: **CIĄGŁY**: brak przerw w stymulacji. **NIECIĄGŁY**: program zapewnia krótkie przerwy pomiędzy cyklami, aby zapewnić większy komfort i przyjemne odczucia. Informacje na temat uruchamiania poszczególnych programów i regulowania natężenia znajdują się w części 3 UŻYCIĘ<sup>4</sup>.

<sup>4</sup>Użycie z najwyższym natężeniem.

### ■ Zalecenia dotyczące stosowania:

W razie potrzeby, korzystając URGO Elektrostimulatora do ładowania ma bolesne mięsieńcówanie, można chodzić, wykonywać codzienne obowiązki. Jeżeli elektrostimulator pozostaje dobrze przyklejony, nie powinno to stanowić problemu.

Wybór programów najbardziej odpowiednich pod względem skuteczności i komfortu należy do użytkownika. Na osobiste odczwanie działania danego programu wpływa wiele czynników (miejsce zastosowania, wrażliwość skóry, ilość tkanki tłuszczowej, owłosienie na obszarze poddawanyemu zabiegowi, wilgotność otoczenia itp.). Również preferencje danej osoby mogą się zmieniać z dnia na dzień.

W przypadku silnego bólu, wymagającego **szybkiej ulgi** należy w pierwszej kolejności użyć **PROGRAMÓW 2 i 3** (konwencjonalnych).

Jeśli ból nie jest tak silny oraz w celu podtrzymania efektu przeciwbólowego należy użyć **PROGRAMU 1**.

W przypadku przewlekłych bólów miednicy (np. z powodu endometriozy) należy w pierwszej kolejności użyć **PROGRAMU 3**.

**Liczba sesji**: tyle, ile jest potrzebne, z wykorzystaniem programu lub programów zapewniających najlepsze uśmierzanie bólu; należy pamiętać o **zdjęciu nakładek elektrostimulatora pomiędzy poszczególnymi sesjami**, aby skóra mogła odpocząć oraz o tym, **aby odstęp między sesjami wynosił pół godziny**.

W przypadku podrażnienia skóry przerwać stymulację i pozwolić skórze odpocząć. Jeśli podrażnienie skóry utrzymuje się i jeśli odczuwalne jest swędzenie lub podrażnienie, przed ponownym użyciem należy skonsultować się z lekarzem.

## 2. PRZYGOTOWANIE PRZED UŻYCIEM

### ■ PRZED KAŻDYM UŻYCIEM:

- Należy upewnić się przed zastosowaniem, że przeciwwskazania podane w punkcie 4. nie dotyczą użytkownika. Skóra powinna być sucha, czysta, nienatłuszczona. Dzięki temu elektrostimulator będzie działał optymalnie.
- Nie nakładać urządzenia na odzież.
- W celu uzyskania optymalnego efektu, elektrody elektrostimulatora powinny w całości stykać się ze skórą.
- Przed rozpoczęciem sesji należy upewnić się, że elektrostimulator jest naładowany: krótko nacisnąć przycisk "🔋": będzie słyszalny sygnał dźwiękowy i zaświeci się zielona lampka. Jeśli nie zapala się zielona lampka ani nie słychać sygnału dźwiękowego, oznacza to, że elektrostimulator jest całkowicie rozładowany.
- Nie używać urządzenia, kiedy jest ono w trakcie ładowania.

### ■ ŁADOWANIE ELEKTROSTYMULATORA:

- Zielona dioda na urządzeniu miga w trakcie ładowania, a po jego zakończeniu zaczyna świecić światłem ciągłym.
- Zalecane jest pełne naładowanie plastra przed pierwszym użyciem.**
  - Należy używać wyłącznie przewodu dostarczonego w zestawie.
  - Używać wyłącznie odpowiedniego źródła zasilania: gniazda elektrycznego lub portu USB (na przykład w laptopie lub tablecie). Do ładowania z gniazda elektrycznego należy używać wyłącznie ładowarki sieciowej z oznakowaniem CE do użyciu domowego o następujących parametrach wyjściowych: 5 V, 0,3-2 A (nadruk na ładowarce).
  - Nie używać ładowarek szybkoładujących; tego rodzaju ładowarki nie są kompatybilne z urządzeniem i mogą uszkodzić akumulator.**
- Nie dotykać elektrod podczas ładowania.**
- To urządzenie zawiera akumulator litowy. Jeśli urządzenie przegrzewa się podczas ładowania, należy przerwać ładowanie i powiadomić dystrybutora.

### ■ OSZCZĘDZANIE AKUMULATORA:

- Elektrostimulator powinien być ładowany i rozładowywany co najmniej raz na 3 miesiące.

### 3. UŻYCIE

Film pokazujący sposób użycia można znaleźć na stronie [www.urgo.pl](http://www.urgo.pl)

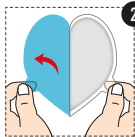
#### 3.1 Uruchomienie URGO ELEKTROSTYMULATORA DO ŁADOWANIA NA BOLESNE MIESIĄCZKOWANIE



1

##### IDENTYFIKACJA STRON ELEKTROSTYMULATORA

Umieścić na stole elektrostymulator w taki sposób, aby tylna strona była skierowana do użytkownika (sterownikiem na stole).



2

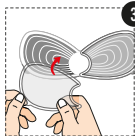
##### PRZYGOTOWANIE WYMIENNEJ SAMOPRZYLEPNEJ NAKŁADKI ŻELOWEJ

Podczas zakładania samoprzylepnej nakładki żelowej elektrostymulator powinien być wyłączony. Wyjąć dwie samoprzylepne nakładki żelowe, otwierając szaszkę w miejscu przeznaczonym do tego celu naciskając, bez użycia nożyczek.

Chwycić wymienną nakładkę żelową i delikatnie zdjąć niebieską folię ochronną, dbając o to, aby dwie części samoprzylepnej nakładki żelowej pozostały na przezroczystej folii ochronnej. (W razie potrzeby można przytrzymać nakładkę żelową palcem).

Sprawdzić, czy samoprzylepna nakładka żelowa nie jest uszkodzona (brakuje części żelu, uszkodzony żel itp.), co mogłoby stwarzać ryzyko wywołania podrażnienia skóry podczas użycia.

Należy zachować niebieską folię ochronną w celu założenia jej na elektrostymulator po każdym użyciu.



3

##### NAKLADANIE SAMOPRZYLEPNYCH NAKŁADEK ŻELOWYCH NA ELEKTROSTYMULATOR

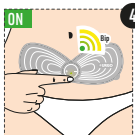
Przy użyciu przezroczystej folii ochronnej należy prawidłowo umieścić nakładkę żelową na elektrostymulatorze, dbając o to, aby była ona idealnie nałożona na część obwodu elektrycznego. Postąpić tak samo z drugą nakładką żelową, wykonując ponownie etapy 2 i 3. Po umieszczeniu obu nakładek żelowych na obwodach elektrycznych zdjąć 2 przezroczyste folie ochronne, upewniając się, że nakładki żelowe pozostały na elektrostymulatorze. (W razie potrzeby przytrzymać nakładkę żelową palcem).

1 para nakładek żelowych = około 30 zastosowań

(Uwaga: przezroczystą folię ochronną można wyrzucić.)

##### NAKLADANIE ELEKTROSTYMULATORA

Nałożyć elektrostymulator na bolące miejsce. Upewnić się, że skóra nie jest posmarowana tłustym kremem ani balsamem oraz że nie jest bardzo owłosiona. Mocno przycisnąć, aby zapewnić dobry styk ze skórą.

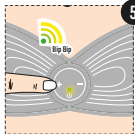


4

##### WŁĄCZANIE ELEKTROSTYMULATORA

Aby włączyć elektrostymulator, krótko nacisnąć przycisk "⏻": jest słyszalny 1 sygnał dźwiękowy i zapala się zielona lampka. Wybrany jest PROGRAM 1.

Jeśli nie zapala się zielona lampka ani nie słychać sygnału dźwiękowego, oznacza to, że urządzenie jest całkowicie rozładowane. Naładować elektrostymulator, używając dotychczasowego kabla.



5

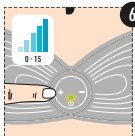
##### WYBÓR PROGRAMU

Elektrostymulator dysponuje 3 programami. Każdy program trwa 30 minut. Więcej szczegółów znajduje się w niniejszej instrukcji obsługi w punkcie 1.3. Jak wybrać program i ustawić natężenie?

Domyślnie program 1. jest wybierany automatycznie przy włączeniu urządzenia; ten program jest zalecany jako pierwszy. Aby zmienić program, należy nacisnąć i przytrzymać przycisk "⊕" (ok. 3 sekundy, aż do usłyszenia serii sygnałów dźwiękowych): 2 sygnały dźwiękowe wskazują przełączenie na program 2. Zwolnić przycisk. Ponowne dłuższe naciśnięcie powoduje zmianę na program 3: 3 sygnały dźwiękowe.

Aby wrócić do poprzedniego programu, należy nacisnąć i przytrzymać przycisk "⊖" (ok. 3 sekundy): Aby rozpocząć elektrostymulację, należy przejść do kolejnego etapu.

1 sygnał dźwiękowy: Program tańczony // 2 sygnały dźwiękowe: Program konwencjonalny ciągły // 3 sygnały dźwiękowe: Program konwencjonalny nieciągły.



6

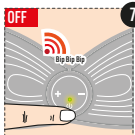
##### ROZPOCZĘCIE ELEKTROSTYMULACJI I REGULACJA NATĘŻENIA

Po wybraniu programu jeden raz krótko nacisnąć przycisk "⊕", aby rozpocząć elektrostymulację. Wyregulować natężenie, krótko naciskając przyciski "⊕" i "⊖". Ustawienie natężenia zależy od indywidualnych preferencji oraz od obszaru poddawanego terapii. Jeżeli występuje nieprzyjemne odczucie, należy niezwłocznie zmniejszyć natężenie.

Dostępnych jest 15 poziomów natężenia.

Kiedy natężenie zostanie ustawione na najwyższym lub najniższym poziomie, emisja sygnału dźwiękowego i zapalenie się lampki następują 2 razy zamiast 1 raz.

ⓘ Jeśli w trakcie sesji słyszalna jest seria sygnałów dźwiękowych, bez dotknięcia elektrostymulatora, a elektrostymulator przestaje działać, oznacza to, że elektrostymulator nie ma pełnego styku ze skórą. Należy ponownie przykleić elektrostymulator tak, aby elektrody były w pełnym kontakcie ze skórą i ponownie uruchomić bieżący program, naciskając krótko przycisk "⊕". Program zostanie wznowiony w miejscu, w którym został przerwany i należy ponownie ustawić natężenie.

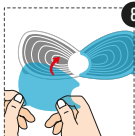


7

##### WYŁĄCZENIE ELEKTROSTYMULATORA

Po upływie 30 minut urządzenie wyłącza się automatycznie.

Aby wyłączyć urządzenie przed upływem 30 minut, należy krótko nacisnąć "⏻": 3 sygnały dźwiękowe i 3 sygnały świetlne wskazują wyłączenie urządzenia.



8

##### PRZECHOWYWANIE ELEKTROSTYMULATORA

Przed zdjęciem elektrostymulatora należy upewnić się, że jest on już wyłączony. Następnie delikatnie zdjąć urządzenie, upewniając się, że nakładki żelowe pozostały na obwodzie elektrycznym (w razie potrzeby przytrzymać elementy żelowe palcem). Zostawić nakładki żelowe na elektrostymulatorze i nałożyć na nie niebieską folię ochronną. Elektrostymulator jest gotowy do kolejnego użycia. Umieścić urządzenie w pudełku ochronnym.

Przy kolejnym użyciu zdjąć niebieską folię ochronną i przejść od razu do etapu 4.

### 3.2 Konserwacja i wymiana samoprzylepnych nakładek żelowych

#### ❗ Wydłużenie czasu eksploatacji samoprzylepnych nakładek żelowych

Jeśli elektrostymulator nie przylega już w wystarczający sposób do skóry, konieczne jest zwilżenie elementów żelowych, aby wydłużyć ich czas eksploatacji. Rozprowadzić kilka kropli wody na całej powierzchni elementów żelowych tak, aby nie zamoczyć środkowego sterownika.

- Należy uważać, aby nie pozostawić zanieczyszczeń na powierzchni elementów żelowych (nie używać w tym celu chusteczek higienicznych).
- Odczekać na wchłonięcie wody przez elementy żelowe, a następnie ponownie użyć elektrostymulatora.

#### ❗ Wymiana samoprzylepnych nakładek żelowych

- Jedna para samoprzylepnych nakładek żelowych umożliwia około 30 zastosowań.
- Aby zdjąć zużytą nakładkę żelową, należy ją zwinąć palcami z urządzenia.
- Przed nałożeniem nowej samoprzylepnej nakładki żelowej należy sprawdzić, czy na obwodach elektrycznych nie ma pozostałości poprzedniej nakładki.
- Należy używać wyłącznie samoprzylepnych nakładek żelowych pasujących do URGO Elektrostymulatora do ładowania na bolesne miesiączkowanie. W przypadku wątpliwości skonsultować się z farmaceutą.

### 3.3 W jakich miejscach używać URGO Elektrostymulator do ładowania na bolesne miesiączkowanie?



#### Bóle brzucha

Elektrostymulator należy umieszczać bezpośrednio na bolącym obszarze: na dolnej części brzucha, pod pępkiem.



#### Bóle lędźwi

W przypadku bólów lędźwiowych, należy umieszczać obwody elektryczne po obu stronach kręgosłupa, tak aby sterownik znajdował się na kręgosłupie.

W niektórych miejscach, w szczególności przy bólu w dolnej części pleców, może być konieczna pomoc drugiej osoby.

### 4. PRZECIWSKAZANE OBSZARY STOSOWANIA / PRZECIWSKAZANIA MEDYCZNE / ŚRODKI OSTROŻNOŚCI PODCZAS STOSOWANIA

Zastosowanie urządzenia nie zastępuje konsultacji z lekarzem ani leczenia. W przypadku wątpliwości należy zawsze zwrócić się do lekarza lub farmaceuty.

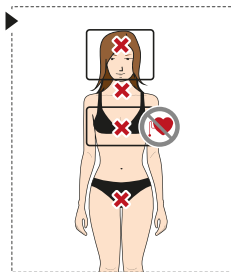
#### ⚠️ 4.1 Przeciwwskazane obszary stosowania

- Nie nakładać w okolicy serca ani na klatkę piersiową, ponieważ sygnały elektryczne mogą zakłócać sygnały elektryczne serca.
- Nie nakładać z przodu ani z boku szyi (tętnica szyjna, gardło), ponieważ elektrostymulacja może spowodować skurcze tchawicy i krtani, wywołujące problemy z oddychaniem. Stymulacja tętnicy szyjnej może spowodować zwolnienie rytmu serca lub wyjątkowo niskie ciśnienie tętnicze u osób mających problemy z naczyniami krwionośnymi.
- Urządzenie nie jest przeznaczone do stosowania na głowie.
- Nie używać w okolicy genitaliów.

### ■ Podsumowanie: nie używać elektrostymulatora w następujących obszarach:

#### 4.2 Przeciwwskazania medyczne

- Osoby z wszczepionym urządzeniem (rozrusznik, pompa insulinowa, glukometr, defibrylator itp.) nie powinny stosować urządzenia, ponieważ URGO Elektrostymulator do ładowania na bolesne miesiączkowanie może zakłócać działanie tych urządzeń.
- Osoby ze zmianami skórnymi (podrażniona skóra, wysypka skórna, rana pooperacyjna, świeża blizna, szwy, rana urazowa, oparzenia...) nie powinny stosować urządzenia na tych obszarach, ponieważ elektrostymulacja może pogorszyć stan podrażnienia skóry lub zakłócić proces gojenia.
- Osoby z zaburzoną wrażliwością skóry w obszarze podbrzusza lub pleców nie powinny stosować elektrostymulatora, aby uniknąć ryzyka oparzeń wynikających z ustawienia zbyt dużego natężenia, które nie jest właściwie kontrolowane ze względu na zmniejszoną wrażliwość.
- Nie stosować urządzenia na i/lub w pobliżu zmian nowotworowych, ponieważ zastosowanie prądu może sprzyjać rozprzestrzenianiu się komórek nowotworowych do innych części ciała.
- To urządzenie nie jest przeznaczone dla kobiet w ciąży i nie powinno być przez nie używane.



#### 4.3 Należy zasięgnąć porady lekarza lub farmaceuty

- W przypadku epilepsji lub podejrzenia epilepsji, ponieważ elektrostymulacja może sprzyjać wystąpieniu ataków epileptycznych.
- W przypadku schorzeń kardiologicznych, ponieważ sygnały elektryczne mogą zakłócać sygnały elektryczne serca.
- W przypadku gorączki powyżej 39°C, wpływającej na stan czujności.

#### 4.4 Środki ostrożności

- Nie stosować tego urządzenia podczas prowadzenia pojazdów (samochodów, maszyn itp.) ani podczas czynności, w trakcie których stymulacja elektryczna lub niezamierzony skurcz mięśni mogłyby być niebezpieczne.
- Nie stosować tego urządzenia podczas snu, aby uniknąć ryzyka bólu, wywołania stanu zapalnego lub oparzeń wynikających z ustawienia zbyt dużego natężenia, które nie jest właściwie kontrolowane ze względu na brak nadzoru.
- Nie stosować tego urządzenia w obszarach, w których znajdują się szwy, implanty lub jakiegokolwiek metalowe elementy, ponieważ mogłyby one spowodować oparzenia lub ból.
- Nie stosować tego urządzenia w bardzo wilgotnym otoczeniu, na przykład w łazience, ani podczas kąpieli w wannie lub pod prysznicem.
- Ze względów higienicznych nie należy używać samoprzylepnych elementów żelowych wspólnie z innymi osobami.
- Przechowywać poza zasięgiem dzieci: nie powinny one bawić się urządzeniem.

#### 4.5 Działania niepożądane

- Podczas używania elektrostymulatora w obszarze jego stosowania mogą pojawić się łagodne i przemijające zaczerwienienie lub podrażnienie; jest to zjawisko normalne. Wynika to z miejscowego zwiększenia przepływu krwi. W sytuacji gdy zaczerwienienie się utrzymuje, nie należy ponownie nakładać elektrostymulatora na to samo miejsce.
- Przerwać stosowanie w przypadku utrzymującego się podrażnienia skóry, oparzenia lub reakcji alergicznej, które mogą wystąpić w miejscu zastosowania urządzenia w wyniku stymulacji elektrycznej lub kontaktu z samoprzylepną nakładką żelową.
- W razie wystąpienia innych działań niepożądanych przerwać stosowanie urządzenia i skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą.

## 4.6 Interakcje

- Nie stosować tego urządzenia w obecności elektronicznego sprzętu kontrolnego (np. monitory kardiologiczne, alarm EKG) ani podczas wykonywania elektrokardiogramu lub elektroencefalogramu. Sprzęt elektroniczny może nie działać prawidłowo, jeśli elektrostymulator będzie włączony.
- Należy zachować ostrożność ze względu na potencjalne ryzyko oparzeń w przypadku jednoczesnego przyjmowania alkoholu, leków przeciwbólowych lub przeciwzapalnych, ponieważ mogą one zmieniać wrażliwość skóry na ból. Nie są to jednak przeciwwskazania do stosowania urządzenia.

## 5. CZYSZCZENIE

Po użyciu można w razie potrzeby wyczyścić przednią stronę elektrostymulatora miękką, lekko wilgotną ściereczką.

- Przed czyszczeniem elektrostymulatora upewnić się, że kabel USB do ładowania jest odłączony.
- Nie używać chemicznych środków czyszczących ani środków ściernych. Znaczne zabrudzenie można ewentualnie oczyścić ściereczką stosując roztwór z niewielką ilością mydła.
- Zadbać o to, aby woda nie przedostała się do wewnętrznych części urządzenia.
- Gdyby do tego doszło, nie używać urządzenia, zanim całkowicie nie wyschnie.
- Tylna strona elektrostymulatora, z samoprzylepnymi nakładkami żelowymi, nie wymaga czyszczenia.
- Czyszczenie i konserwacja powinny być wykonywane pod nadzorem odpowiedzialnej osoby dorosłej, jeśli użytkownikiem jest osoba niepełnosprawna umysłowo lub fizycznie.

## 6. PRZECHOWYWANIE

- Przechowywać urządzenie w suchym miejscu, zabezpieczone przed działaniem wysokich temperatur i bezpośrednim działaniem światła, w dołączonym opakowaniu ochronnym.
- Zachować niebieskie folie ochronne, w celu zabezpieczenia urządzenie po każdym użyciu.

## 7. PYTANIA - ODPOWIEDZI

Problemy	Możliwe przyczyny	Co zrobić?
Elektrostymulator nie wydaje sygnału dźwiękowego przy włączeniu lub lampka się nie zapala.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elektrostymulator jest całkowicie rozładowany.</li> <li>Występuje problem z działaniem elektrostymulatora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Natadować elektrostymulator, używając kabla dołączonego do opakowania.</li> <li>Skontaktować się z działem obsługi klienta URGO w Polsce kontakt@pl.urgo.com</li> </ul>
Nie jest odczuwana żadna stymulacja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poziom natężenia jest zbyt niski.</li> <li>Elektrostymulator jest rozładowany.</li> <li>Elementy żelowe wymagają ponownego zwilżenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zwiększyć poziom natężenia za pomocą przycisku "⊕".</li> <li>Elektrostymulator należy ładować za pomocą przewodu do ładowania dołączonego do zestawu oraz ładowarki sieciowej z oznakowaniem CE.</li> <li>Zwilżyć nakładkę żelową w sposób opisany w punkcie 3.2.</li> </ul>

Problemy	Możliwe przyczyny	Co zrobić?
Elektrody powodują nieprzyjemne odczucie.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zastosowany poziom natężenia jest zbyt wysoki.</li> <li>Samoprzylepne nakładki żelowe nie przylegają się już odpowiednio i nie zapewniają wystarczającego kontaktu ze skórą.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zmniejszyć poziom natężenia za pomocą przycisku "⊖".</li> <li>Zacząć od oczyszczenia i osuszenia skóry. Jeśli elektrostymulator nadal nie przylega poprawnie, zwilżyć nakładki żelowe w sposób opisany w punkcie 3.2.</li> <li>Jeśli problem się utrzymuje, wymienić elementy żelowe i przed ponownym użyciem sprawdzić, czy przykrywają one cały obwód elektryczny elektrostymulatora.</li> </ul>
Jedna strona elektrostymulatora wysyła silniejsze stymulacje niż druga.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Każdy obszar ciała może reagować w różny sposób.</li> <li>Elektrostymulator nie przylega odpowiednio do skóry.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jeśli odczucie jest nieprzyjemne, zmienić położenie elektrostymulatora.</li> <li>Sprawdź, czy elektrostymulator znajduje się w kontakcie ze skórą.</li> <li>Zacząć od oczyszczenia i osuszenia skóry. Jeśli elektrostymulator nadal nie przylega poprawnie, zwilżyć nakładki żelowe w sposób opisany w punkcie 3.2.</li> <li>Jeśli problem się utrzymuje, wymienić elementy żelowe i przed ponownym użyciem sprawdzić, czy przykrywają one całą powierzchnię obwodu elektrycznego elektrostymulatora.</li> </ul>
Bez naciskania przycisków elektrostymulator emituje serię sygnałów dźwiękowych podczas sesji.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elektrostymulator nie znajduje się w całkowitym kontakcie ze skórą.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Należy ponownie umieścić elektrostymulator w taki sposób, aby elektrody w całości stykały się ze skórą i ponownie uruchomić bieżący program, krótko naciskając przycisk "⊕".</li> <li>Program zostanie wznowiony od momentu, w którym został przerwany i należy ponownie ustawić natężenie.</li> </ul>
Natężenie zmniejsza się bez dotknięcia elektrostymulatora.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kilka możliwych przyczyn:</li> <li>Elektrostymulator mógł się odkleić.</li> <li>Elektrostymulator jest rozładowany.</li> <li>Wrażliwość na stymulację zmniejszyła się, ponieważ układ nerwowy szybko przyzwyczaja się do intensywności.</li> <li>Nakładki żelowe wymagają zwilżenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Należy upewnić się, że elektrostymulator znajduje się w kontakcie ze skórą na całej jego powierzchni.</li> <li>Akumulator może być prawie całkowicie rozładowany; natadować elektrostymulator, używając dostarczonego kabla.</li> <li>Mogło dojść do przyzwyczajania się do natężenia podczas sesji; zwiększyć je, używając przycisku "⊕".</li> <li>Nakładki żelowe wymagają zwilżenia (patrz punkt 3.2).</li> </ul>
Elektrostymulator nie przylega odpowiednio do skóry.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Obecność kremu lub balsamu do ciała zmniejsza przylepność nakładek żelowych.</li> <li>Nakładki żelowe wymagają zwilżenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rozpocząć od oczyszczenia i osuszenia skóry.</li> <li>Jeśli elektrostymulator nadal nie przylega poprawnie, nawilżyć elementy żelowe w sposób opisany w punkcie 3.2.</li> <li>Jeśli problem się utrzymuje, wymienić elementy żelowe i przed ponownym użyciem sprawdzić, czy przykrywają one cały obwód elektryczny elektrostymulatora.</li> </ul>

Pytania	Odpowiedzi
Na obszarze stosowania elektrostymulatora pojawia się zaczerwienienie. Czy to normalne?	Przemijające zaczerwienienie skóry pod elektrodami nie jest groźne i jest zjawiskiem normalnym. Wynika ono z miejscowego zwiększenia przepływu krwi. Jest możliwe, że elektrostymulator został zbyt szybko zdjęty ze skóry, co spowodowało zaczerwienienie. Następnym razem należy zdejmować urządzenie delikatnie. Jeśli podrażnienie skóry utrzymuje się i jeśli odczuwalnie jest swędzenie lub podrażnienie, przyczyną może być alergia. Przed ponownym zastosowaniem należy skonsultować się z lekarzem.
Czy można stosować elektrostymulator przez ubranie?	Nie, uruchomienie programu będzie zablokowane, ponieważ obwód elektryczny nie zostanie zamknięty: ubrania odgrywają rolę warstwy izolacyjnej i nie dopuszczają do zamknięcia obwodu elektrycznego. Elektrostymulator powinien znajdować się w bezpośrednim kontakcie ze skórą.
Czy można zdjąć elektrostymulator nie wyłączając go?	Nie, należy najpierw wyłączyć elektrostymulator (nacisnąć przycisk włączania/wyłączania), a następnie, po usłyszaniu 3 sygnałów dźwiękowych, zdjąć go.
Czy można zastosować elektrostymulator w celu zapobiegania bólom?	Nie. Elektrostymulator nie zapobiega bólom. Należy go zastosować przy pierwszych objawach.
Czy z elektrostymulatorem można uprawiać sport?	Podczas używania URGO Elektrostymulatora do ładowania na bolesne miesiączkowanie można chodzić i zajmować się codziennymi czynnościami. O ile elektrostymulator pozostaje prawidłowo przyklejony, nie powinien stwarzać problemów podczas uprawianiu sportu. Jednak w przypadku dużego pocenia się lub intensywnego poruszania, jest możliwe, że przyklejanie elektrostymulatora pogorszy się, co spowoduje zmniejszenie lub brak jego skuteczności.
Czy mogę używać elektrostymulatora w obecności osoby, która ma wszczepione urządzenie elektroniczne lub kardiologiczne?	Tak.
Czy można natoliżyć elektrostymulator na bliźnię po cesarskim cięciu?	Można natoliżyć elektrostymulator na bliźnię po więcej niż 6 miesiącach od zabiegu; jeśli bliźnia jest świeższa niż 6 miesięcy, nie zaleca się stosować elektrostymulatora.
Czy w przypadku natolenia elektrostymulatora na bliźnię jego działanie będzie odczuwane w sposób jednolity?	Niekoniecznie, drobne powierzchnię włókna nerwowe mogą ulec uszkodzeniu i mogą zakłócać odczucia wynikające z działania elektrostymulatora. Niezależnie od tego nie należy nakładać elektrostymulatora na bliźnię świeższe niż 6 miesięcy.
Jak szybko po porodzie można zastosować elektrostymulator?	Można używać elektrostymulatora po 8 tygodniach od czasu porodu. Jednak w przypadku bliźny po cesarskim cięciu świeższe niż 6 miesięcy, nie zaleca się stosować elektrostymulatora.
W trakcie okresu często odczuwam większy ból po jednej stronie; jak stosować elektrostymulator w takim przypadku?	W takim przypadku należy natoliżyć elektrostymulator naj bliżej bolesnego obszaru. Jednak, nawet w przypadku umieszczenia go w środkowej części brzucha, elektrostymulator nadal będzie skuteczny w przypadku bolesnego miesiączkowania.
Po naklejeniu nakładek żelowych na obwody elektryczne stwierdzam obecność matych pęcherzyków powietrza. Czy to zjawisko jest niewłaściwe?	Nie, obecność małych pęcherzyków powietrza na obwodzie elektrycznym nie zakłóca prawidłowego działania elektrostymulatora. Należy dbać o to, aby nakładki żelowe były dobrze przyklejone jako całość.
Samoprzylepne nakładki żelowe zostały lekko uszkodzone na brzegach (na przykład przy usuwaniu przezroczystej folii); czy elektrostymulator będzie gorzej działał?	Nawet jeśli nakładki żelowe są lekko uszkodzone na brzegach, elektrostymulator będzie działał prawidłowo, o ile obwody elektryczne są przykryte.
Czy można użyć ładowarki sieciowej od telefonu komórkowego?	Tak, jeżeli jest certyfikowana i wykazuje następujące parametry wyjściowe: 5 V, 0,3-2 A (nadruk na ładowarce).
Czy można użyć ładowarki szybko ładującej?	Nie, ponieważ ładowarki szybko ładujące nie są kompatybilne z plastrami i mogą go uszkodzić.
Czy można użyć przewodu od telefonu komórkowego?	Nie, należy używać wtyczkę przewodu dostarczonego w zestawie.

## 8. UTYLIZACJA

W trosce o ochronę środowiska, URGO Elektrostymulatora do ładowania na bolesne miesiączkowanie nie należy wyrzucać z odpadami z gospodarstwa domowego po zakończeniu jego okresu eksploatacji. Utylizacja powinna następować z wykorzystaniem punktów zbiórki odpadów urządzeń elektrycznych i elektronicznych. Urządzenie należy utylizować zgodnie z dyrektywą europejską w sprawie zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego (WEEE). W razie jakichkolwiek pytań, należy się zwrócić do lokalnych instytucji odpowiedzialnych za usuwanie i recykling takich produktów.

## 9. DANE TECHNICZNE

Model/typ	URGO Elektrostymulator do ładowania na bolesne miesiączkowanie
Źródło prądu	Zasilanie z wewnętrznego akumulatora litowo-jonowego 3,7 V
Kształt fali	Impuls fali prostokątnej, dwufaźowy
Czas trwania impulsu	0-200 µs (mikrosekund)
Częstotliwość impulsu	1 - 100 Hz ± 15%
Masa	30 g
Automatyczne wyłączenie	30 minut
Stopień ochrony przed porażeniem prądem elektrycznym	Urządzenie typu BF
Rodzaj ochrony przed porażeniem prądem elektrycznym	Urządzenie z zasilaniem wewnętrznym
Kod IP	IP22: Urządzenie jest zabezpieczone przed wnikaniem ciał obcych ≥ 12,5 mm oraz przed kroplami wody padającymi pod kątem 15°
Maksymalne napięcie	Maks. 16V +/- 20% (przy obciążeniu 500 omów)
Czas terapii	30 minut
Natężenie wyjściowe	Poziomy od 0 do 15, regulowane
Programy	3 programy
Czas normalnego działania akumulatora	Okolo 240 minut po całkowitym naładowaniu
Zachowanie urządzenia podczas ładowania	Lampa miga podczas ładowania i świeci światłem ciągłym,
Zachowanie wewnętrznego akumulatora	kiedy akumulator jest maksymalnie naładowany
Normalny okres eksploatacji akumulatora	Możliwość ponownego ładowania 300 razy
Normalna temperatura otoczenia podczas działania	Od 5°C do 40°C
Temperatura otoczenia podczas przechowywania i transportu	Od -25°C do +70°C
Ciśnienie atmosferyczne podczas używania i przechowywania	70-106 kPa
Liczba użyć samoprzylepnych nakładek żelowych	30 razy
Data ważności samoprzylepnych nakładek żelowych	Podana na samoprzylepnych nakładkach żelowych
Tryb działania	Ciągły/nieciągły
Wersja oprogramowania	A0
Czas potrzebny na ogrzanie urządzenia od momentu, kiedy temperatura przechowywania jest minimalna do momentu uzyskania gotowości do użycia	30 minut
Czas potrzebny na obniżenie temperatury urządzenia pomiędzy kolejnymi zastosowaniami od temperatury maksymalnej do momentu gotowości do użycia	15 minut do momentu gotowości
Kabel USB do ładowania	Do ładowania używać kabla wyjściowego DC 5 V i prądu wyjściowego 0,3-2,0 A
Normalna wilgotność otoczenia podczas działania	15% - 90% wilgotności względnej
Wilgotność otoczenia podczas przechowywania i transportu	0% - 90% wilgotności względnej
Powierzchnia elektrod	48 cm <sup>2</sup>

**UWAGA: NIE NALEŻY STERYLIZOWAĆ.**

Nie używać w OTOCZENIU BOGATYM w TLEN: na przykład nie wolno używać elektrostymulatora w tlenowej komorze hiperbarycznej ani w pomieszczeniu, w którym prowadzone jest leczenie tlenem.



To urządzenie jest zgodne z normami europejskimi EN60601-1, EN60601-1-2,, EN60601-1-11 oraz EN60601-2-10 i spełnia specjalne wymogi bezpieczeństwa dotyczące kompatybilności elektromagnetycznej. Należy zwrócić uwagę, że przenośny i mobilny sprzęt komunikacyjny wysokich częstotliwości może wpływać na to urządzenie. Więcej szczegółów można uzyskać kontaktując się z krajowym działem obsługi klienta. Urządzenie spełnia wymagania dyrektywy europejskiej 93/42/WE dotyczącej wyrobów medycznych.

## 10. GWARANCJA

















Firma Laboratoires Urgo Healthcare zobowiązuje się do wymiany wadliwego urządzenia\* w okresie 2 lat od daty zakupu. Z gwarancji wyłączone są:

- uszkodzenia wynikające z niewłaściwego użycia: nieprzestrzeganie instrukcji użycia, użycie niezgodne z przeznaczeniem, warunki otoczenia odbiegające od normy, nieodpowiednie warunki eksploatacji, przeciążenie lub błędy w zakresie konserwacji lub czyszczenia,
- uszkodzenia wynikające z użycia komercyjnego,
- uszkodzenia dotyczące produktów nabywanych jako produkt wcześniej używany,
- produkty przekształcone lub zmodyfikowane.

\*Nie obejmuje to materiałów eksploatacyjnych (nakładek żelowych i innych zużywalnych akcesoriów do elektrotterapii), ze względu na to, że podlegają one normalnemu zużyciu.

Niniejsza gwarancja stanowi uzupełnienie istniejących zobowiązań gwarancyjnych i w żaden sposób nie wpływa na ustawowe prawa konsumenta.

W celu skorzystania z gwarancji do wniosku należy dołączyć dowód zakupu (paragon).

	Zabronione stosowanie u osób z rozrusznikiem serca.		Urządzenie typu BF: wszelkie wyroby mające kontakt z ciałem pacjenta, oprócz wyrobów do zastosowań kardiologicznych.
	Chronić przed wilgocią.	<b>IP22</b>	Kod IP urządzenia.
	Producent / Wytwórca.		Autoryzowany przedstawiciel w Unii Europejskiej.
<b>CE 1639</b>	Oznakowanie CE, certyfikat wystawiony przez SGS.		Numer serii.
	Data produkcji.		Data ważności: data, po której nie można już używać produktu.
	Ograniczenie temperatury.		Opakowanie produktu należy przekazać do recyklingu.
	UWAGA: przeczytać instrukcję obsługi (środki ostrożności i ostrzeżenia).		Zapoznać się z instrukcją użycia.
	Ograniczenie wilgotności.		Produkt podlega sortowaniu w celu recyklingu.
	Trzymać z dala od światła słonecznego i źródeł ciepła.	<b>ROHS</b>	Ograniczenie stosowania pewnych niebezpiecznych substancji w urządzeniach elektrycznych i elektronicznych.
	W celu ochrony środowiska nie można wyrzucać urządzenia ani akumulatora po zakończeniu okresu eksploatacji z odpadami gospodarstwa domowego. Należy je utylizować korzystając z punktów zbiórki odpadów urządzeń elektrycznych i elektronicznych.		

Data wydania oznakowania CE: 2021  
Data ostatniej rewizji ulotki: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**  
Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao  
Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Dystrybutor w Polsce:**  
Laboratoria Polfa Łódź Sp. z o.o.  
Al. Jeruzolimskie 142B  
02-305 Warszawa  
E-mail: kontakt@pl.urgo.com

Typ: PL-029C/PL-013 - nr artykułu 553082

# RYCHLÝ NÁVOD K POUŽITÍ

## URGO ELEKTROTHERAPIE BOLESTIVÁ MENSTRUACE DOBÍJECÍ NÁPLAST

Před použitím si pozorně přečtěte návod a dodržujte pokyny v něm obsažené. Seznamte se s bezpečnostními opatřeními a kontraindikacemi.



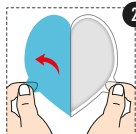
**Před prvním použitím se doporučuje náplast plně nabít.**

Použijte pouze dodaný kabel a síťovou nabíječku s certifikátem CE s těmito výstupními parametry (output): 5 V a 0,3 – 2 A (vytištěny na nabíječce). **Nepoužívejte rychlonabíječky.**



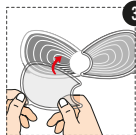
### 1 IDENTIFIKACE STRAN NÁPLASTI

Umístěte náplast na stůl, zadní strana musí směřovat k vám (ovládací část proti stolu).



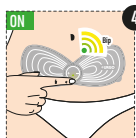
### 2 PŘÍPRAVA GELOVÉ PODLOŽKY

Otevřete sáček a vezměte si novou přilnavou gelovou podložku. Jedna podložka odpovídá pravé straně náplasti a druhá podložka potom levé straně. Opatrně odstraňte modrou ochrannou fólii a ujistěte se, zda je přilnavý gel stále na průsvitné fólii. Je-li to nutné, můžete gel přidržet prstem. Modrou ochrannou fólii si uschovejte a po každém použití ji znovu nasadte na náplast.



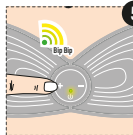
### 3 APLIKACE GELOVÝCH PODLOŽEK NA NÁPLAST

Pomocí průhledné ochranné fólie umístěte gelovou podložku na náplast a zkontrolujte, že **perfektně nasedá na pravou / levou část elektrického obvodu**. Stejně postupujte i s druhou gelovou podložkou a opakujte krok 2 a 3. Po umístění obou gelových podložek na elektrické obvody odstraňte obě průhledné ochranné fólie a ujistěte se, že podložky zůstávají na náplasti. (v případě potřeby můžete gelovou podložku přidržet prsty). **1 pár gelových podložek = průměrně 30 použití** (Poznámka: průhlednou ochrannou fólii můžete vyhodit).



### 4 APLIKACE A AKTIVACE NÁPLASTI

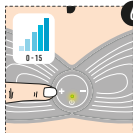
Přiložte náplast na bolestivou oblast, jak je uvedeno na obrázku, a stiskněte krátce tlačítko: **zazní 1 pípnutí a rozsvítí se zelené světlo. Jste v PROGRAMU 1.** Pokud nevidíte zelené světlo nebo neslyšíte pípnutí, znamená to, že je náplast zcela vybitá. Náplast znovu nabijte pomocí dodaného kabelu.



### 5 VOLBA PROGRAMU

K dispozici jsou 3 programy. Každý program trvá 30 minut. Pro více informací si přečtěte úplný návod. **Po zapnutí náplasti je automaticky nastaven program 1:** tento program se doporučuje pro 1. použití. **Pro změnu programu stisknete a dlouze přidržte tlačítko "+"** (přibližně 3 vteřiny, dokud neuslyšíte sérii pípnutí): 2 pípnutí znamenají, že byl aktivován program 2. Uvolněte tlačítko. **Dalším dlouhým stlačením** přepnete do programu 3: 3 pípnutí. Chcete-li se vrátit k předchozímu programu, **dlouze** stisknete tlačítko "-" (přibližně 3 vteřiny), dokud neuslyšíte sérii pípnutí.

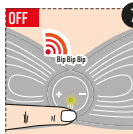
Pro zahájení stimulace přejděte na další krok.



### 6

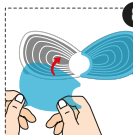
### SPUŠTĚNÍ STIMULACE A NASTAVENÍ INTENZITY

Po výběru programu stisknete pouze jednou a krátce tlačítko "+", které spustí stimulaci. Intenzitu nastavíte krátkým stisknutím tlačítek "+" a "-". Pokud je pocit nepřijemný nebo bolestivý, intenzitu snižte. **K dispozici je 15 stupňů intenzity.**



### 7 VYPNUTÍ NÁPLASTI

Po 30 minutách se náplast automaticky vypne. Pokud ji chcete vypnout ještě před uplynutím 30 minut, krátce stisknete tlačítko "+". Vypnutí náplasti ohlásí 3 zvukové signály a 3 bliknutí.



### 8 UCHOVÁVÁNÍ NÁPLASTI

Před sejmutím náplasti se ujistěte, že je vypnutá. Poté náplast **opatrně** sejměte, přičemž dáváte pozor, aby gelové podložky zůstaly na elektrickém obvodu (v případě potřeby můžete gelové podložky přidržet pomocí prstů). **Přilnavé gelové podložky nechte na náplasti a překryjte je uschovanou modrou ochrannou fólií.** Náplast je připravena na další použití. Uložte ji do dodávané úložné krabičky. Při dalších použitích sejměte modrou ochrannou fólii a jděte přímo na krok 4.

Ukázka aplikace náplasti na:  
www.urgo-nabolest.cz nebo pomocí QR kódu



**POZNÁMKA:** Pokud náplast již dostatečně nepřiléhá na pokožku, je nutné gelové podložky navlhčit, aby se prodloužila jejich životnost, jak je doporučeno v návodu k použití.

## URGO ELEKTROTHERAPIE BOLESTIVÁ MENSTRUACE DOBÍJECÍ NÁPLAST

CZ

### OBSAH

#### OBSAH BALENÍ

1. PŘEDSTAVENÍ URGO ELEKTROTHERAPIE BOLESTIVÁ MENSTRUACE
2. PŘÍPRAVA PŘED POUŽITÍM
3. POUŽITÍ
4. KONTRAINDIKOVANÉ OBLASTI POUŽITÍ / ZDRAVOTNÍ KONTRAINDIKACE / UPOZORNĚNÍ PRO POUŽITÍ
5. ČIŠTĚNÍ
6. USKLADNĚNÍ
7. OTÁZKY - ODPOVĚDI
8. LIKVIDACE
9. TECHNICKÉ SPECIFIKACE
10. ŽÁRUKA

Přečtěte si pečlivě návod k použití a dodržujte informace v něm uvedené.  
Návod si uschovejte, možná si jej vy nebo někdo jiný budete potřebovat přečíst znovu.

#### Obsah balení:



1 Dobíjecí  
náplast (elektrostimulátor)



1 Nabíjecí  
kabel USB



Návod k použití



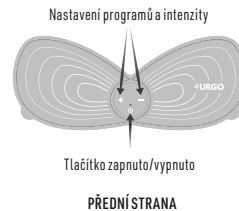
1 Úložná  
krabička



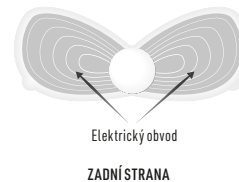
2 Páry  
přilnavých gelových podložek\*

\* 1 pár gelových podložek: průměrně 30 použití podle typu pleti/ochlupení

■ **Náplast:** Náplast (elektrostimulátor) se skládá z tenké a pružné silikonové pryže.



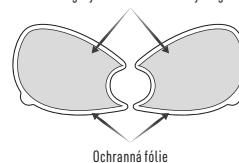
PŘEDNÍ STRANA



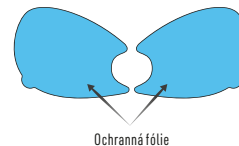
ZADNÍ STRANA

■ **Přilnavý gel:** Adhezivní povrch je z vodivého hydrogelu.

Adhezivní gel je na bázi vodivého hydrogelu



Ochranná fólie



Ochranná fólie

Tyto gelové podložky jsou k prodeji v lékárnách.  
Ujistěte se, že si kupujete náhradní gelové podložky, které jsou kompatibilní s produktem URGO ELEKTROTHERAPIE Bolestivá menstruace dobíjecí náplast

■ **Elektroda:** Sestava se skládá z elektrického obvodu a gelu.

■ **Nabíjecí kabel USB:**



V případě potřeby nás kontaktujte:

**URGO Healthcare CZ, s.r.o.**  
Bolevecká 493  
109 00 Praha 10, Česká Republika  
Email: info@urgo.cz  
Telefon: +420 274 860 638

## 1. PŘEDSTAVENÍ URGO ELEKTROTHERAPIE BOLESTIVÁ MENSTRUACE DOBÍJECÍ NÁPLAST

Elektroterapeutická náplast působí díky technologii TENS.

### 1.1 Co je technologie TENS a jak funguje?

**Technologie TENS** (transkutánní elektrická nervová stimulace) poskytuje úlevu od bolesti pomocí elektrického proudu se specificky přizpůsobenou intenzitou. Jedná se o **nefarmakologickou metodu**, která se běžně používá v **ordinacích pro léčbu bolesti**.

Bez ohledu na příčinu bolesti, technologie TENS není schopna vyléčit příčinu bolesti, ale dokáže zmírnit či odstranit pocit bolesti.

Elektrický proud je přenášen elektrodami (sestavující elektrického systému a hydrogelu), které se umístí na povrch kůže. Způsobuje elektrické dráždění nervů. Bolest se zmírňuje dvojitým působením:

- **OKAMŽITÝM:** omezení přenosu informace o bolesti do míchy čili ochrana "vstupní brány"
- **DLUHODOBÝM:** zvýšené vylučování endorfinů, což jsou přirozené hormony vylučované mozkem.

Ošetření technologií TENS poskytuje okamžitě a dlouhodobě zmírnění bolesti.

Všechny programy TENS jsou efektivní: tato metoda byla klinicky ověřena a je schválena k léčebnému použití.

### 1.2 Indikace

Před použitím elektroterapie je nezbytné, aby původ a příčinu bolesti během menstruace vyšetřil zdravotnický odborník. Lékárník nebo lékař Vám poradí, jakým způsobem máte provádět samoléčbu pomocí elektroterapeutické technologie TENS.

Ujistěte se, že náplast nepoužíváte na zakázané oblasti viz. bod 4.1. Přístroj přikládejte na zdravou, čistou kůži neošetřenou krémem nebo mastnými pleťovými přípravky.

U žen s mentálními či tělesnými postižením musí být přístroj používán pouze pod dohledem zodpovědného dospělého.

URGO ELEKTROTHERAPIE Bolestivá menstruace je určena pro chronické pánevní bolesti (v podbříšku) (např. endometrióza) (program 3) a pro primární dysmenoreu, tj. bolest spojenou s menstruací, která není způsobena žádným prvotním gynekologickým onemocněním (programy 1 a 2). Bolest začíná krátce před menstruací anebo na začátku menstruace a většinou trvá jeden až tři dny. Projevuje se křečemi v podbříšku, které mohou zasahovat i do bederní oblasti.

### 1.3 Jaký program a stupeň intenzity zvolit?

K dispozici jsou 3 programy, každý má 15 stupňů intenzity.

Oba programy trvají 30 minut. Na konci programu se přístroj automaticky vypne.

Pocit elektrické stimulace vyvíjené přístrojem musíte cítit jako silný, ale nikoli bolestivý. Pokud je stimulace bolestivá, je třeba snížit intenzitu. Vybraný program by vám neměl způsobit:

- Pocit bolesti během ošetření.
- Silné svalové stahy (pokud náplast způsobuje svalové stahy, snižte intenzitu, a pokud to nepomůže, přístroj vypněte a přemístěte o několik centimetrů).
- Pocit popálení elektrickým proudem.

U každého programu je možné nastavit intenzitu od 1 do 15. Vždy elektrostimulaci začínejte na nízké intenzitě a postupně zvyšujte, dokud nedosáhnete intenzity, která vám poskytuje nejvyšší úlevu. Intenzita se může u jednotlivých programů lišit. Nervový systém si na elektrický proud velmi rychle zvykne. Během prvních 5 minut programu nebo po několika použitích můžete zjistit, že se vaše citlivost na stimulaci snižuje, což je zcela normální. Jednoduše zvýšíte stupeň intenzity, dokud ji nebudete cítit silněji, ale vždy bezbolestně.

- Vnímání elektrické stimulace se u jednotlivých osob liší. **Proto se doporučuje VYZKOUŠET VŠECHNY PROGRAMY**, abyste našli takový, který vám poskytuje nejvyšší úlevu a pohodlí. V závislosti na typu bolesti, kterou chcete pomocí elektroterapie zmírnit, se může nejlépe působící program lišit.

### Popis 3 elektroterapeutických programů náplasti:

Program	1.	2.	3.
Režim	Kombinovaný.	Nepřerušovaný běžný program.	Přerušovaný běžný program.
Výhody	<ul style="list-style-type: none"><li>• Okamžitě a dlouhodobě zmírnění bolesti.</li><li>• Brání rozvoji rezistence.</li></ul>	Okamžitě zmírnění bolesti.	Rychlé zmírnění bolesti.
Pocit	Kombinace pocitů silného brnění a pulzací spojených se svalovými mikro stahy.	Pocit silného brnění.	Pocit silného mravenčení.
Jak působí?	Tento program používá běžný režim TENS na různých frekvencích (60 Hz, 80 Hz a 100 Hz), v nepřerušovaném a přerušovaném režimu. Vysokofrekvenční přerušovaná stimulace se stálou pravidelností (2 Hz) je režim Burst, který současně aktivuje 2 mechanismy úlevy od bolesti: blokáce přenosu signálu "bolesti" do mozku a produkci endorfinů.	Jedná se o elektrickou stimulaci o vysoké frekvenci (100 Hz), která přímo dráždí smyslové nervy, tudíž blokuje přenos signálu "bolesti" do mozku. Bolest se zmírní díky tzv. účinku "ochrany vstupní brány".	Jedná se o vysokofrekvenční elektrickou stimulaci (85 Hz), která přímo dráždí smyslové nervy, čímž blokuje přenos signálu bolesti do mozku. Bolest se zmírní díky tzv. účinku "ochrany vstupní brány".
Délka (min)	30	30	30

Program	1.	2.	3.
Typ proudu	Dvousměrný.		
Frekvence (Hz) <sup>1</sup>	Fáze 1: 100 Hz Fáze 3: 80 Hz Fáze 5: 60 Hz	Fáze 2: 100 Hz Fáze 4: 80 Hz Fáze 6: 60 Hz	100
Délka impulsu, (µs) <sup>2</sup>	100	100	75
Režim <sup>3</sup>	<p><b>NEPRAVIDELNÝ BURST</b></p> <p>Použití 3 frekvencí (60 Hz, 80 Hz a 100 Hz) v nepravidelném režimu a v režimu Burst umožňuje vytvořit 6 různých stimulačních fází, které trvají každá 1 minutu a v průběhu programu se střídají. Na konci každé fáze jsou krátké přestávky (1 s), které stimulaci přijímají.</p> <p><b>Fáze 1: NEPRAVIDELNÝ</b> (5 vteřin zapnuto, 1 vteřina vypnuto)</p> <p><b>Fáze 2: BURST 2Hz</b> (Provozní fáze = 0,25s; Přestávka = 0,25 s.)</p> <p><b>Fáze 3: NEPRAVIDELNÝ</b> (5 vteřin zapnuto, 1 vteřina vypnuto)</p> <p><b>Fáze 4: BURST 2Hz</b> (Provozní fáze = 0,25s; Přestávka = 0,25 s.)</p> <p><b>Fáze 5: NEPRAVIDELNÝ</b> (5 vteřin zapnuto, 1 vteřina vypnuto)</p> <p><b>Fáze 6: BURST 2Hz</b> (Provozní fáze = 0,25s; Přestávka = 0,25 s.)</p> <p>Celková délka každé fáze = 1 min. Provozní fáze = 59 s, Přestávka 1 s.</p>	<p><b>PRAVIDELNÝ (bez cyklu)</b></p>	<p><b>PŘERUŠOVANÝ REŽIM</b> (3 sekundy ON a 1 sekunda OFF)</p>
Graf			
Výdrž baterie <sup>4</sup>	5 hodin.	4 hodiny.	3 hodiny.

<sup>1</sup>Frekvence (F) – měřena v Hertz (Hz). Ukazuje, kolikrát za vteřinu dojde ke stimulaci. Např. pokud je frekvence 2 Hz, znamená to, že budete stimulováni 2x za vteřinu.

<sup>2</sup>Délka trvání pulsu (L) – měří se v mikrosekundách (µs). Je to délka trvání každého stimulu vyjádřená v mikrosekundách (µs). Každá vteřina má milion mikrosekund.

<sup>3</sup>Tento režim může být pravidelný nebo nepravidelný: Pravidelný: jedná se o nepřerušovanou stimulaci. Nepravidelný: program obsahuje krátké pauly mezi cykly, aby byla stimulace pohodlnější a přijemná. Viz bod 3 "POUŽITÍ" k získání informací, jak provádět různé programy a upravovat míru intenzity.

<sup>4</sup>Použití při nejvyšším stupni intenzity.

### ■ Rady k použití:

S elektroterapeutickou náplastí můžete chodit a vykonávat své každodenní činnosti. Ujistěte se, že je náplast důkladně přilepená.

Je na vás, abyste si vybrali program, který vám nejlépe vyhovuje z hlediska účinnosti a pohodlí. Smyslové vnímání programu je ovlivněno několika faktory (ošetřovaná oblast, citlivost kůže, tuková vrstva, míra ochlupení ošetřované oblasti, vzdušná vlhkost...). Preference každého člověka se též mohou den ode dne měnit.

### ■ Rady k použití:

Při silné bolesti, kdy potřebujete rychlou úlevu, nejprve použijte **PROGRAM 2 a 3** (běžný).

Pokud bolest není silná a chcete dosáhnout **dlouhodobé** úlevy, můžete použít **PROGRAM 1**.

U chronických pánevních bolestí (např. endometriáza) použijte **PROGRAM 3**.

**Počet ošetření:** můžete použít několik programů za sebou, pokud máte pocit, že to potřebujete; **snažte se dodržovat 30minutové přestávky mezi ošetřeními**, aby si kůže odpočinula.

V případě podráždění kůže elektrostimulaci ihned ukončete a nechte kůži odpočinout. Pokud podráždění kůže přetrvává a pociťujete svědění nebo podráždění, před dalším použitím se poraďte se svým lékařem.

## 2. PŘÍPRAVA PŘED POUŽITÍM

### ■ PŘED KAŽDÝM POUŽITÍM:

- Ujistěte se, že náplast byla aplikována v souladu s kontraindikacemi v části 4.
- Aplikace se provádí na čistou pokožku bez krému nebo jiného mastného přípravku. Pouze tak může přístroj optimálně působit.
- Nepoužívejte náplast na oblečení.
- Aby přístroj správně účinkoval a bylo možné zahájit ošetření, náplast musí být celým povrchem v kontaktu s kůží.
- Před zahájením programu zkontrolujte, že je náplast nabitá: krátce zmáčkněte tlačítko "⏻": ozve se pípnutí a rozsvítí se zelené světlo. Pokud se neozve pípnutí nebo nerozsvítí zelené světlo, znamená to, že je náplast zcela vybitá.
- **Nepoužívejte přístroj v průběhu nabíjení.**

### ■ NABÍJENÍ NÁPLASTI:

• Během nabíjení bude nepřetržitě blikat zelené světlo a po úplném nabití zůstane svítit zeleně.

• **Před prvním použitím se doporučuje náplast plně nabít.**

- Používejte výhradně s dodaným USB kabelem.
- Používejte pouze vhodný zdroj napájení: elektrickou zásuvku nebo USB port (například notebooku či tabletu). Pro nabíjení z elektrické zásuvky používejte výhradně síťovou nabíječku s certifikátem CE pro domácí použití s těmito výstupními parametry (output): 5,0 V a 0,3 - 2 A (vytištěny na nabíječce).

• **Nepoužívejte rychlonabíječky: tyto typy nabíječek jsou nekompatibilní s náplastí a mohou poškodit akumulátor.**

• **Během nabíjení se nedotýkejte elektrod.**

• Tento přístroj obsahuje lithiovou baterii. Pokud se zařízení během nabíjení přehřeje, ukončete nabíjení a informujte o tom distributora.

### ■ NA OCHRANU BATERIE:

- Náplast by měla být nabíjena a vybita nejméně každé 3 měsíce.

### 3. POUŽITÍ

Ukázka aplikace náplasti na stránkách [www.urgo-nabolest.cz](http://www.urgo-nabolest.cz) nebo pomocí QR kódu

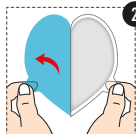
#### 3.1 Příprava na použití URGO ELEKTROTHERAPIE BOLESTIVÁ MENSTRUACE



1

##### IDENTIFIKACE STRAN NÁPLASTI

Umístěte náplast na stůl, zadní strana musí směřovat k vám (ovládací část proti stolu).



2

##### PŘÍPRAVA PŘILNAVÉ GELOVÉ PODLOŽKY

Při aplikaci gelových podložek musí být náplast vypnutá.

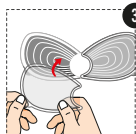
Otevřete sáček pomocí zářezů určených k odtržení, bez použití nůžek, a obě gelové podložky vyjměte.

Vezměte jednu gelovou podložku: jedna podložka odpovídá pravé straně náplasti a druhá podložka levé straně náplasti. Opatrně sejměte modrou ochrannou fólii, přičemž se ujistěte, že přilnavý gel zůstává pevně usazen na průhledné ochranné fólii.

(V případě potřeby můžete přidržet gelovou podložku prsty)

Zkontrolujte, že je gelová podložka bez vad (chybějící gelové části, poškození atd.), neboť by během použití mohlo dojít k podráždění.

Modrou ochrannou fólii si uschovejte a po každém použití ji znovu nasadíte na náplast.



3

##### APLIKACE PŘILNAVÝCH GELOVÝCH PODLOŽEK NA NÁPLAST

Pomocí průhledné ochranné fólie umístíte gelovou podložku na náplast a zkontrolujete, že **perfektně nasedá na pravou / levou část elektrického obvodu**. Stejně postupujte i s druhou gelovou podložkou a opakujte krok 2 a 3. Po umístění obou gelových podložek na elektrické obvody odstraňte obě průhledné ochranné fólie a ujistěte se, že podložky zůstávají na náplastí (v případě potřeby můžete gelovou podložku přidržet prsty).

**1 pár gelových podložek = průměrně 30 použití**

(Poznámka: průhlednou ochrannou fólii můžete vyhodit.)

##### APLIKACE NÁPLASTI

Umístěte náplast na místo bolesti. Zkontrolujte, že je kůže zdravá a že **nebyla ošetřena krémy či tělovými mléky a není nadměrně ochlupená**. Pevně přitlačte, aby náplast dobře přilnula ke kůži.

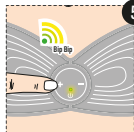


4

##### ZAPNUTÍ NÁPLASTI

Pro zapnutí náplasti krátce stiskněte tlačítko "⏻": zazní 1 pípnutí a rozsvítí se 1 zelené světlo. **Jste v PROGRAMU 1.**

Pokud nevidíte zelené světlo nebo neslyšíte pípnutí, znamená to, že je náplast zcela vybitá. Náplast znovu nabijte pomocí příloženého kabelu.



5

##### VOLBA PROGRAMU

K dispozici jsou 3 programy. Každý program trvá 30 minut.

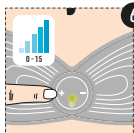
Více podrobností viz část 1.3.

Po zapnutí náplasti je **automaticky nastaven program 1**: tento program se doporučuje pro 1. použití. **Pro změnu programu stiskněte a dlouze přidržte tlačítko "⏻"** (přibližně 3 vteřiny, dokud neuslyšíte sérii pípnutí): 2 pípnutí znamenají, že byl aktivován program 2. Uvolněte tlačítko. **Dalším dlouhým stlačením** přepnete do programu 3: 3 pípnutí.

Chcete-li se vrátit k předchozímu programu, **dlouze** stiskněte tlačítko "⏻" (přibližně 3 vteřiny), dokud neuslyšíte sérii pípnutí.

Pro zahájení stimulace přejděte na další krok.

1 pípnutí: Kombinovaný program // 2 pípnutí: Neprerušovaný běžný program // 3 pípnutí: Prerušovaný běžný program.



6

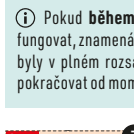
##### SPUŠTĚNÍ STIMULACE A NASTAVENÍ INTENZITY

Po výběru programu stiskněte **jednou a krátce tlačítko "⏻"**, které spustí stimulaci. Intenzitu nastavíte krátkým stisknutím tlačítek "⏩" a "⏪".

Úprava intenzity je individuální a závisí na ošetřované oblasti. Postupně zvyšujte intenzitu, dokud nebudete cítit silnou elektrickou stimulaci, která však není bolestivá. Pokud je pocit nepřijemný nebo bolestivý, intenzitu snižte. Zvýšení stupně intenzity na stupeň, který je příliš vysoký, může naopak spustit bolest a svalové křeče, což je nežádoucí a nepřináší to žádný další účinek.

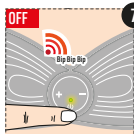
**K dispozici je 15 stupňů intenzity.**

Jakmile intenzita dosáhne nejvyššího či nejnižšího stupně, LED světlo se rozsvítí a zvuk se ozve dvakrát místo jednou.



7

1 Pokud během programu uslyšíte sérii pípnutí, aniž byste se dotkli náplasti, a náplast přestane fungovat, znamená to, že není v dostatečném kontaktu s kůží. Náplast je nutné umístit znovu tak, aby elektrody byly v plném rozsahu v kontaktu s kůží. Program znovu spustíte stlačením tlačítka "⏻". Program bude pokračovat od momentu, ve kterém byl přerušen. Je však nutné znovu upravit intenzitu.

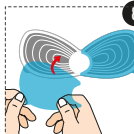


8

##### VYPNUTÍ NÁPLASTI

Po 30 minutách se náplast automaticky vypne.

Pokud ji chcete vypnout ještě před uplynutím 30 minut, **krátce** stiskněte tlačítko "⏻". Vypnutí náplasti ohlásí 3 zvukové signály a 3 bliknutí.



8

##### UCHOVÁVÁNÍ NÁPLASTI

Před sejmutím náplasti se ujistěte, že je vypnutá. Poté náplast **opatrně** sejměte, přičemž dávejte pozor, aby gelové podložky zůstaly na elektrickém obvodu (v případě potřeby můžete gelové podložky přidržet pomocí prstů). **Přilnavé gelové podložky nechte na náplastí a překryjte je uschovanou modrou ochrannou fólií.** Náplast je připravena na další použití. Uložte ji do dodávané úložné krabičky.

Při dalších použitích sejměte modrou ochrannou fólii a jděte přímo na krok 4.

### 3.2 Údržba a výměna gelových podložek

#### ❗ Proloužení životnosti gelových podložek

Pokud se již náplast nedostatečně lepi na kůži, je nutné gelové podložky navlhčit, čímž se prolouží jejich životnost. Naneste vodu na povrch gelových podložek, ale aniž byste zamokřili centrální jednotku.

- Dávejte pozor, aby na povrchu gelových podložek neuplply žádné částice (nepoužívejte papírové kapesníky).
- Počkejte, dokud gel vodu nevstřebá, a teprve poté náplast znovu použijte.

#### ❗ Výměna gelových podložek

- Jeden pár gelových podložek vydrží průměrně 30 použití.
- Při výměně přílnavé gelové podložky ji pomocí prstů přeložte a sejměte.
- Zkontrolujte, zda po ní nezůstaly žádné zbytky, a poté nasadte novou gelovou podložku.
- Příklad použijte pouze s gelovými podložkami, které jsou vhodné pro produkt URGO ELEKTROTHERAPIE Bolestivá menstruace. Máte-li pochybnosti, poraďte se s lékařem.

### 3.3. Na jaké oblasti používat URGO ELEKTROTHERAPII Bolestivá menstruace?



#### Bolesti v oblasti břicha

Náplast by měla být umístěna přímo na bolestivou oblast: podbříšek v oblasti pod pupíkem.



#### Bolesti v dolní části zad

V případě bolesti v dolní části zad přiložte elektrické obvody z každé strany páteře tak, aby ovládací část byla umístěna na páteři.

Na některých oblastech, hlavně při bolestech zad, můžete potřebovat pomoc druhé osoby.

## 4. KONTRAINDIKOVANÉ OBLASTI POUŽITÍ / ZDRAVOTNÍ KONTRAINDIKACE / UPOZORNĚNÍ PRO POUŽITÍ


Přístroj nenahrazuje vyšetření lékařem či léčbu. Máte-li jakékoli pochybnosti, před prvním použitím se poraďte s lékařem či lékařem.

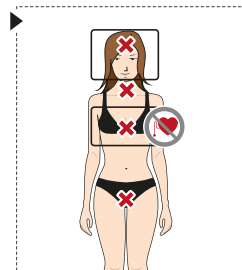
#### ⚠️ 4.1 Kontraindikované oblasti použití

- Nepoužívejte náplast v oblasti srdce či středu trupu, jelikož elektrické signály mohou narušovat elektrické signály ze srdce.
- Nepoužívejte na přední části krku (krkavice, hrdlo), neboť elektrostimulace může spustit stahování svalů hltanu a hrtanu, což může vést k dýchacím obtížím. Stimulace krkavic může zpomalit srdeční tep nebo neobvykle snížit krevní tlak u osob s cévními problémy.
- Tato náplast není určena k aplikaci v oblasti hlavy.
- Nepoužívejte na pohlavní orgány.

■ **Náplast nepoužívejte na následující oblasti:**

#### 4.2 Zdravotní kontraindikace

- Nepoužívejte, jestliže máte implantovaný elektrický přístroj (např. kardiostimulátor, inzulinovou pumpu, glukometr, implantovaný defibrilátor atd.), neboť elektroterapeutická náplast může narušit funkci těchto přístrojů.
- Neumísťujte na **poškozenou kůži** (podrážděná kůže, vyrážka, pooperační rány, čerstvá jizva, stehy, rány po úrazu, žilní a tepenné vředy, diabetické rány, popáleniny atd.), neboť elektrostimulace může zhoršit kožní podráždění nebo narušit hojení.
- Náplast nepoužívejte, pokud máte problémy s citlivostí pokožky v oblasti podbříšku nebo v spodní části zad. Mohlo by dojít k druhotným popáleninám v důsledku příliš vysoké intenzity, kterou byste kvůli nedostatečné citlivosti necítili.
- Neumísťujte **na nebo poblíž nádorových či zanícených ložisek**, neboť vyvíjený elektrický proud může podpořit šíření nádorových buněk do dalších částí těla.
- Tato náplast není určena pro těhotné ženy. 



#### 4.3 Poraďte se se svým lékařem či lékařem

- V případě epilepsie nebo podezření na epilepsii, jelikož elektrostimulace by mohla podpořit výskyt epileptických záchvatů.
- V případě problémů se srdcem, neboť elektrické signály mohou narušovat elektrické signály srdce.
- Při horečce nad 39 °C, neboť může být ovlivněna vaše pozornost.

#### 4.4 Bezpečnostní opatření pro použití

- Nepoužívejte tento přístroj při řízení (auta, stroje atd.) nebo při činnostech, při kterých mohou být elektrická stimulace nebo mimovolní svalové kontrakce nebezpečné.
- Nepoužívejte tento přístroj během spánku, aby se zabránilo riziku bolesti, zánětu či popálenin v důsledku nastavení nadměrné intenzity, kterou by nebylo možné regulovat vzhledem ke snížené bdělosti.
- Nepoužívejte tento přístroj na oblasti, kde máte stehy, implantáty či jiné kovové předměty, aby se zabránilo riziku popálenin či bolesti.
- Nepoužívejte tento přístroj v místnostech s vysokou vlhkostí, např. v koupelně nebo při koupání či sprchování.
- Z hygienických důvodů nesdílejte přílnavé gelové podložky s jinými osobami.
- Uchovávejte mimo dosah a dohled dětí: děti si s přístrojem nesmí hrát.

#### 4.5 Nežádoucí účinky

- Při používání náplasti se v oblasti aplikace může objevit neškodná kožní vyrážka nebo podráždění. To je způsobeno lokálním prokrvením. Náplast neaplikujte znovu na stejné místo, dokud vyrážka či podráždění nezmizí.
- Ošetření ihned ukončete v případě podráždění kůže, popálení nebo alergických reakcí, které se mohou vyskytnout v místě aplikace přístroje v důsledku elektrické stimulace nebo vodivého gelu.
- Pokud se u vás vyskytne jakýkoli jiný nežádoucí účinek, přestaňte náplast používat a nahlaste jej svému lékaři nebo lékárníku.

## 4.6 Interakce

- Nepoužívejte tento přístroj v přítomnosti elektrických monitorovacích přístrojů (např. srdeční monitor, EKG) nebo během vyšetření na elektrokardiogramu či elektroencefalogramu. Elektronické přístroje nemusí při zapnuté náplasti správně fungovat.
- Vezměte na vědomí možné riziko popálenin, pokud současně požíváte alkohol či užíváte léky proti bolesti nebo zánětu, neboť mohou ovlivnit citlivost vaší kůže. Nejedná se však o kontraindikaci (tj. zakázané použití).

## 5. ČIŠTĚNÍ

Je-li to zapotřebí, přední stranu náplasti je možné po použití otřít mírně navlhčeným jemným hadříkem:

- Při čištění náplasti se ujistěte, že je odpojen nabíjecí USB kabel.
- Nepoužívejte saponáty nebo čistící pisky. Pokud je náplast velmi znečištěná, je možné použít slabý mýdlový roztok.
- Dávejte pozor, aby voda nevnikla do přístroje. V takovém případě přístroj nepoužívejte, dokud zcela nevyschne.
- Zadní stranu náplasti s přílnavými gelovými podložkami není nutné čistit.
- U osob s mentálním či tělesným postižením musí být čištění a údržba přístroje prováděna pod dozorem zodpovědné dospělé osoby.

## 6. UCHOVÁVÁNÍ

- Chraňte výrobek před vlhkostí, vysokými teplotami a přímým slunečním zářením v původním obalu.
- Uchovejte si sodrou ochrannou folii a po každém použití ji nasaďte na náplast.

## 7. OTÁZKY - ODPOVĚDI

Problémy	Možné příčiny	Co je třeba udělat?
Náplast po zapnutí nepípá ani nesvití.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Náplast je zcela vybitá.</li> <li>• Náplast nefunguje správně.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nabijte náplast přiloženým kabelem.</li> <li>• Kontaktujte URGO Healthcare CZ, +420 274 860 638 / info@urgo.cz</li> </ul>
Necítíte žádnou stimulaci.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stupeň intenzity je příliš nízký.</li> <li>• Náplast je vybitá.</li> <li>• Gelové podložky je nutné navlhčit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pomocí tlačítka "⊕" zvýšte stupeň intenzity.</li> <li>• Nabijte náplast pomocí nabíjecího kabelu dodaného v balení a síťové nabíječky s certifikací CE</li> <li>• Navlhčete přílnavé gelové podložky dle pokynů v bodě 3.2</li> </ul>

Problémy	Možné příčiny	Co je třeba udělat?
Elektrody vyvolávají nepříjemný pocit.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stupeň intenzity je příliš vysoký.</li> <li>• Přílnavé gelové podložky na náplasti nejsou dostatečně přilepené nebo jsou poškozené a nejsou v dostatečném kontaktu s kůží.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pomocí tlačítka "⊖" snižte stupeň intenzity.</li> <li>• Kůži očistěte a vysušte. Pokud náplast není dostatečně přilepena ke kůži, navlhčete přílnavé gelové podložky dle pokynů v bodě 3.2</li> <li>• Pokud problém přetrvává, vyměňte gelovou podložku a před použitím zkontrolujte, že překrývá celý obvod/elektrody stimulatoru.</li> </ul>
Jedna strana náplasti vydává silnější impulzy než druhá strana.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Každá oblast vašeho těla může reagovat jinak.</li> <li>• Náplast nepřilnula k pokožce tak, jak by měla.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pokud máte nepříjemný pocit, zkusťte náplast nalepit znovu.</li> <li>• Zkontrolujte, zda náplast správně přilnula ke kůži.</li> <li>• Kůži očistěte a vysušte. Pokud náplast není dostatečně přilepena ke kůži, navlhčete přílnavé gelové podložky dle pokynů v bodě 3.2</li> <li>• Pokud problém přetrvává, vyměňte gelovou podložku a před použitím zkontrolujte, že překrývá celý obvod/elektrody stimulatoru.</li> </ul>
Náplast několikrát zapípla, aniž byste stiskli jakákoli tlačítka během programu.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Náplast není v dostatečném kontaktu s pokožkou.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Náplast je nutné znovu nalepit tak, aby elektrody byly v plném kontaktu s kůží. Poté opětovně spusťte aktuální program krátkým stisknutím tlačítka "⊕".</li> <li>• Program bude pokračovat od momentu ve kterém byl přerušen. Je však nutné znovu upravit intenzitu.</li> </ul>
Stupeň intenzity se snižuje, aniž byste se dotkli náplasti.	<p>Je několik možných příčin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Náplast se odlepila.</li> <li>• Náplast je vybitá.</li> <li>• Vaše citlivost na stimulaci se snížila, jelikož váš nervový systém si na ni velmi rychle zvyká.</li> <li>• Gelové podložky je třeba navlhčit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zkontrolujte, že náplast je po celé ploše v kontaktu s kůží.</li> <li>• Baterie může být zcela vybitá, nabijte ji přiloženým kabelem.</li> <li>• Během programu jste si možná zvykli na stupeň intenzity, zvýšte jej pomocí tlačítka "⊕".</li> <li>• Gelové podložky je nutné navlhčit, viz bod 3.2</li> </ul>
Náplast nepřilnula k pokožce tak, jak by měla.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Přílnavost náplasti může být snížena po použití krému nebo tělového mléka na kůži.</li> <li>• Gelové podložky je třeba navlhčit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kůži očistěte a vysušte. Pokud náplast není dostatečně přilepena ke kůži, navlhčete přílnavé gelové podložky dle pokynů v bodě 3.2</li> <li>• Pokud problém přetrvává, vyměňte gelovou podložku a před použitím zkontrolujte, že překrývá celý obvod/elektrody stimulatoru.</li> </ul>



Otázky	Odpovědi
Ošetřovaná oblast zčervenala. Je to normální?	Přechodné zčervenání kůže pod elektrodami je neškodné, normální a je způsobeno místním zvýšením prokrvení. Možná jste náplast příliš rychle odlepili od kůže, což vyvolalo zčervenání. Snažte se příště náplast sejmuti jemněji. Pokud podráždění kůže přetrvává a zaznamenáte svědění či dráždění, příčinou může být alergie. Před opětovným použitím přístroje se poraďte s lékařem.
Je možné používat náplast přes oblečení?	Ne, začátek programu je tak zablokovan, jelikož elektrický obvod není uzavřen: oděv funguje jako izolační vrstva a zabraňuje uzavření vodivé dráhy obvodu. Náplast by měla být v přímém kontaktu s pokožkou.
Mohu náplast sejmut bez vypnutí?	Ne, nejprve je nutné náplast vypnout (stiskněte tlačítko pro vypnutí/zapnutí), a teprve až uslyšíte 3 pípnutí, náplast sejměte.
Mohu náplast použít jako prevenci bolesti?	Ne. Náplast bolesti nezabrání. Použijte ji již při prvních příznacích.
Mohu s náplasti sportovat?	S náplasti URGO ELEKTROTHERAPIE Bolestivá menstruace můžete chodit a provádět vaše každodenní činnosti. S náplásti lze i sportovat, ale je nutné, aby zůstala důkladně přilepená. Pokud se hodné poíte a pohybujete, náplast se může odlepit, což snižuje její účinnost anebo nebude účinná vůbec.
Mohu náplast používat v přítomnosti osoby, která má implantované elektronické nebo srdeční zařízení?	Ano.
Mohu náplast použít na jizvu po cisářském řezu?	Náplast můžete nalepit na jizvu, která je alespoň 6 měsíců stará, dříve se použití náplasti nedoporučuje.
Budu cítit účinky náplasti rovnoměrně, pokud ji nalepím na jizvu?	Je možné, že povrchová nervová vlákna mohla být poškozena a účinky náplasti tak pocítíte méně. V každém případě náplast nelepte na jizvy, které máte méně než 6 měsíců od zákroku.
Po jaké době po porodu mohu náplast používat?	Náplast můžete používat po 8 týdnech po porodu. Pokud však máte jizvu po cisářském řezu, který byl proveden před méně než 6 měsíci, nedoporučujeme vám náplast používat.
Během menstruace cítím často větší bolest na jedné straně než na té druhé, jak mám v tomto případě náplast používat?	V tomto případě je nutné náplast nalepit co nejbližší bolavého místa. Nicméně pokud náplast umístíte uprostřed břicha, i tak bude účinná proti bolestivé menstruaci.
Po nalepení gelových podložek na elektrické obvody jsou vidět malé vzduchové bublinky. Mám se obávat?	Ne, přítomnost malých vzduchových bublinek na elektrickém obvodu nenarušuje správnou funkci náplasti. Ujistěte se, že je gelová podložka správně nalepena po celé délce.
Přitnavé gelové podložky byly mírně poškozeny po obvodu (například při odstraňování průhledné fólie): zhorší to funkci náplasti?	I přesto, že jsou gelové podložky po obvodu lehce poškozeny, náplast bude správně fungovat za předpokladu, že jsou elektrické obvody dobře překryty.
Mohu použít síťovou nabíječku mého mobilního telefonu?	Ano, pokud je certifikovaná a dodává proud s těmito výstupními parametry (output): 5 V, 0,3 – 2 A (vytištěny na nabíječce).
Mohu používat rychlonabíječku?	Ne, rychlonabíječka není kompatibilní s náplásti a může ji poškodit.
Mohu použít kabel od mého mobilního telefonu?	Ne, použijte kabel dodaný v balení.

## 8. LIKVIDACE

Kvůli ochraně životního prostředí se po uplynutí doby použitelnosti dobijící náplast (elektrostimulátor) nesmí vyhazovat do domácího odpadu. Přístroj zlikvidujte na místě k tomu určeném, tedy vložením do vhodné popelnice nebo odnesením na sběrný dvůr. Prosím, likvidujte přístroj v souladu s evropskými předpisy pro nakládání s elektroodpadem a elektrickými spotřebiči (WEEE). Máte-li nějaké otázky, kontaktujte místní úřady zodpovědné za nakládání s odpady a za recyklaci těchto výrobků.

## 9. TECHNICKÉ SPECIFIKACE

Model/typ .....	URGO ELEKTROTHERAPIE Bolestivá menstruace dobijící náplast
Napájecí zdroj .....	Vnitřní baterie Li-ion 3,7 V
Tvar a průběh křivky .....	Dvojfázová pravouhlá vlna
Délka pulzu .....	0-200µs (mikrosekund)
Frekvence pulsu .....	1 - 100 Hz ± 15%
Hmotnost .....	30 g
Automatické vypnutí .....	30 minut
Stupeň ochrany proti elektrickému šoku .....	Typ BF
Typ ochrany proti elektrickému šoku .....	Vnitřně napájené vybavení
Kód IP .....	IP22: Přístroj je chráněn proti cizím objektům ≥ 12,5mm a vertikálně padajícím vodním kapkám, pokud je pod úhlem do 15°
Maximální napětí .....	Max. 16V ± 20% (při odporu 500 ohm)
Délka programu .....	30 minut
Stupeň intenzity .....	0 až 15 úrovní, nastavitelné
Programy .....	3 programy
Běžná výdrž baterie .....	90 až 360 minut podle programu, po úplném nabití
Chování přístroje při nabíjení vnitřní dobijící baterie .....	Indikátor během nabíjení bliká a po dosažení plné kapacity nepřerušované svítí
Běžná životnost baterie .....	300 nabíjecích cyklů
Běžná provozní teplota .....	5 °C až 40 °C
Teplota pro uchování a transport .....	-25 °C až +70 °C
Atmosférický tlak při uchování a přepravě .....	70kPa-106kPa
Počet použití přitnavých gelových podložek .....	30krát
Doba použitelnosti gelových podložek .....	Uvedeno na gelové podložce
Průběh programu .....	Pravidelný / nepravidelný průběh
Verze softwaru .....	A0
Doba nutná k ohřátí přístroje na provozní teplotu z nejnižší teploty vhodné pro uchování mezi jednotlivými použitími .....	30 minut
Doba nutná k ochlazení přístroje na provozní teplotu z nejvyšší teploty vhodné pro uchování mezi jednotlivými použitími .....	15 minut
Nabíjecí kabel USB .....	K nabíjení používejte zdroj DC5V a kabel 0,3-2,0A
Běžná provozní vlhkost .....	15% RV-90% RV
Vlhkost během uchování a přepravy .....	0% RV-90% RV
Povrch elektrod .....	48 cm <sup>2</sup>

**POZNÁMKA: NEJÍ URČENO KE STERILIZACI.**

**Není určeno k použití v PROSTŘEDÍ S VYSOKÝM OBSAHEM KYSLÍKU  
Např. použití v hyperbarické kyslíkové komoře nebo v prostorách pro oxygenterapii je zakázáno.**

Přístroj splňuje evropské normy EN60601-1, EN60601-1-2, EN60601-1-11, a EN60601-2-10 a podléhá speciálním opatřením ohledně elektromagnetické kompatibility. Podrobnosti získáte na adrese služby pro zákazníky. Výrobek splňuje požadavky evropské směrnice 93/42/ES o zdravotnických prostředcích

















## 10. ZÁRUKA

Společnost URGO Healthcare CZ se zavazuje, že vám poskytne výměnu vadného zařízení\* během období do 2 let od data prodeje. Záruka se nevztahuje na:

- Poškození v důsledku nesprávného používání: nedodržení návodu k použití, použití k jiným než uvedeným účelům, nevhodné prostředí, nevhodné provozní podmínky, přetížení nebo nedostatečná údržba či péče
- Poškození z důvodu komerčního používání
- Poškození výrobků zakoupených z druhé ruky
- Opravované či upravené výrobky

\*Vyloučeno je běžné opotřebení spotřebního materiálu (přilnavé gelové podložky a další spotřební příslušenství pro elektroterapii).

K uplatnění záruky je nutné přiložit doklad o koupi (účtenku).

	Použití zakázáno u osob s kardiostimulátorem		Ochrana BF: veškeré přístroje přicházející do kontaktu s pacientem, kromě přístrojů pro přímou srdeční aplikaci
	Výrobek uchovávejte na suchém místě	<b>IP22</b>	IP kód přístroje
	Výrobce		Zástupce v Evropské unii
<b>CE 1639</b>	CE značka, vydaná SGS		Číslo šarže
	Datum výroby		Doba použitelnosti: datum, po kterém nemá být výrobek používán
	Povolené teplotní rozmezí		Balení výrobku je určeno k recyklaci
	POZOR: přečtěte si návod k použití (důležitá opatření a upozornění)		Přečtěte si návod k použití
	Povolené rozmezí vlhkosti		Výrobek je nutné třídit k recyklaci
	Uchovávejte mimo sluneční záření	<b>ROHS</b>	Omezení použití určitých nebezpečných látek v elektrických a elektronických přístrojích
	Kvůli ochraně životního prostředí se přístroj a baterie po uplynutí doby použitelnosti nesmí vyhazovat do domácího odpadu. Likvidovat se musí do sběrných nádob k tomu určených		

Datum vydání značky CE: 2021  
Poslední revize příbalové informace: 02-2021



**JKH Health Co., Ltd.**  
Address: 4-5F, Building 12, Hengmingzhu Industrial Park, Xinqiao  
Tongfuyu Industrial Area, Shajing, Baoan, Shenzhen, CHINA



Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)  
Eiffestrasse 80, 20537 Hamburg, GERMANY

**Výhradní zastoupení pro ČR:**  
URGO Healthcare CZ, s.r.o.,  
Bolevecká 493, 109 00, Praha 10  
Kontaktujte nás +420 274 860 638; info@urgo.cz

Typ: PL-029C/PL-013 - položka č. 553082