

# Sådan bruger du Cefar TNS apparat

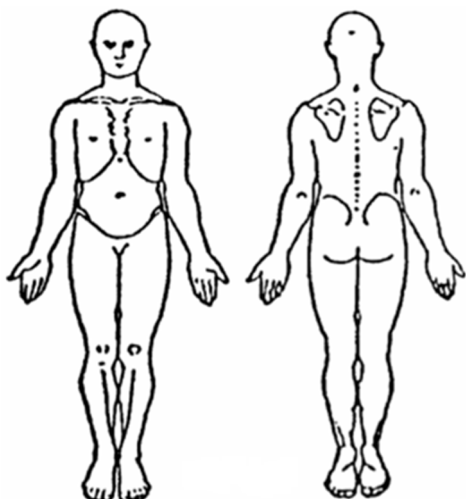
Formålet med denne pjece er at give dig anvisninger til, hvordan du bruger et Cefar TNS apparat.

## SÅDAN PLACERER DU ELEKTRODERNE


Start med at placere elektroderne, som du har fået anvist og som vist på tegningen.

Placér elektroderne med 3-30 centimeters mellemrum.

Elektroderne er tilsluttet Cefar TNS via kabler.



## SÅDAN STARTER DU BEHANDLINGEN

- Tænd apparatet på startknappen .
- Indstil apparatet på dit program nummer \_\_\_\_\_ ved at trykke på [P].
- Skru op for styrken på piletasterne. Efter samtalen med fysioterapeuten ved du, om du kan forvente en tydelig snurrende fornemmelse eller pulserende sammentrækninger i musklerne i løbet af behandlingstiden. Justér styrken, hvis du har behov for det.



Apparatet låser af sig selv efter 10 sekunder. Når det er låst, ses en hængelås midt i displayet.

Tryk én gang på piletasten ned for at låse op.

## SÅDAN INDSTILLER DU TIDEN

- Indstil tiden ved at trykke på [S]. Nu blinker tallet 30, hvilket betyder, at tiden er indstillet til 30 minutter. Tryk på piletasterne for at øge tiden.
- Tryk på [S] for at fastlåse tiden.
- Apparatet slukker af sig selv, når tiden er gået.

## VÆR OPMÆRKSOM PÅ

- Brug først autoknappen [Auto], når du er fortrolig med apparatet. Knappen virker som hurtig indstilling af intensiteten og vil automatisk øge styrken igennem behandlingsforløbet.
- Apparatet kan sættes på pause i op til 5 minutter ved at trykke på [P]. Start apparatet igen ved at trykke [P].
- Tag elektroderne af mellem hver behandling og placér dem anderledes fra gang til gang, hvis din hud bliver irriteret.

- Du må bruge apparatet hver dag i intervaller af 30-45 minutter. Du må bruge apparatet så tit, du vil.

## VEDLIGEHOLDELSE AF APPARATET

Du kan få udleveret nye elektroder i Fysio- og Ergoterapien i de første 2 år. Efter 2 år skal du rette alle dine henvendelser angående apparatet til Det Centrale Hjælpemiddeldepot.

Du skal selv anskaffe og skifte batterier.

Hvis du har tekniske problemer med apparatet, skal du kontakte Det Centrale Hjælpemiddeldepot på telefon 97 66 61 06 hverdage mellem klokken 9 og 14.

## AFLEVERING AF APPARATET

Du kan beholde apparatet, så længe du bruger det. Hvis du holder op med at bruge det, skal du aflevere det hos Fysio- og Ergoterapien eller på Det Centrale Hjælpemiddeldepot.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

**Fysio- og Ergoterapi, Aalborg**  
Tlf. 97 66 42 10

**Fysio- og Ergoterapi, Farsø**  
Tlf. 97 65 34 78