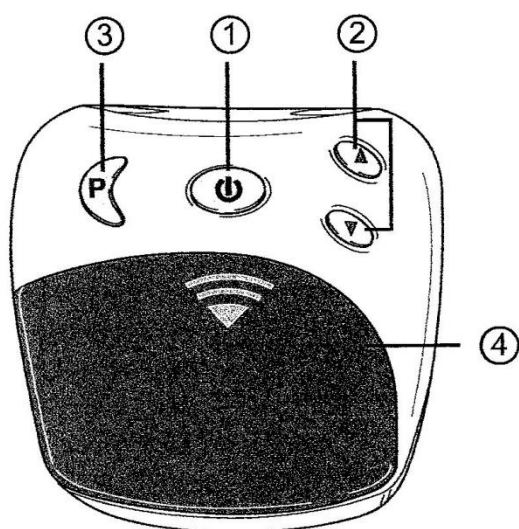
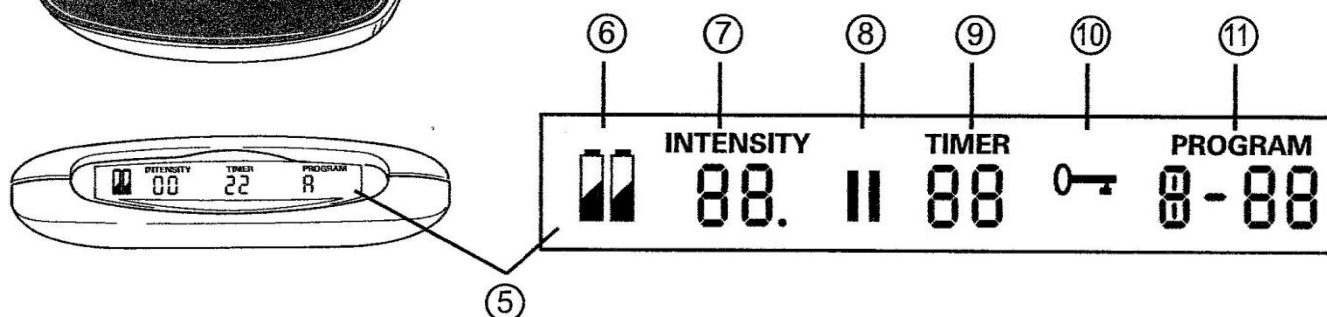


BEURER bakverkjabelti EM-38



1. Rofi
2. Styrkur ▲meiri ▼minni
3. Kerfi / læsing
4. Rafhlöðuhólf
5. Skjár
6. Staða á rafhlöðum
7. Styrkleiki, stillanlegur 0 - 20
8. Pásumerki, blikkar þegar það er virkt
9. Klukkurofi: Það sem eftir er af innstilltum tíma
10. Læsing
11. Virkt kerfi í notkun

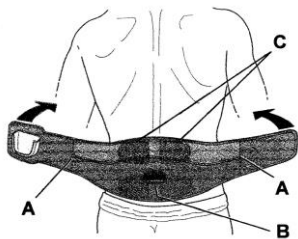


Vinnur gegn bakverkjum í mjóbaki með örvandi straumbylgjum

Bakverkjabeltið vinnur á grundvelli örvandi raf-taugaboða (TENS). Það linar verki eða bæli þá með því að vinna á verkjum í taugatrefjum (sérstaklega með hátíðni taugaboðum) og eykur um leið losun á endorfíni sem minnkar tilfinningu fyrir verkjum í mið taugakerfinu. Þessi aðferð hefur verið vísindalega prófuð og viðurkennd.

Beltið notað í fyrsta sinn og skipt um rafhlöður

Áður en þið takið beltíð í notkun fullvissið ykkur um að hörunðið sé hreint og laust við fitur eða olíur. Leggið beltíð á borð fyrir framan ykkur og látið rafskautin snúa að ykkur. Berið raka á rafskautin og bakið og gætið þess að yfirborð rafskautanna séu öll jafnt rakaborin, þannig að þau vinni öll jafnt.



Setjið nú beltið utan um mittið þannig að lóðréttu saumarnir **A** séu jafnlangt frá líkamanum beggja vegna og að Beurer lógóið **B** sé á móts við miðja hryggjarsúluna (sjá mynd).

Ef beltið er rétt staðsett eiga rafskautin **C** að vera aðeins vinstra og hægra megin við hryggjarsúluna. Lokið síðan beltinu með franska rennilásnum.

Gætið þess að beltið liggi nógu þétt þannig að rafskautin nái góðu sambandi við hörundið en þrengi samt ekki að.

Ef beltið er ekki nógu langt fyrir mittismál ykkar getið þið notað framlenginguna

Framlengingarbeltið getur orðið til þess að vasinn fyrir stjórnþækið sé ekki lengur á miðjunni, en áriðandi er að rafskautin **C** liggi beggja vegna hryggjarsúlunnar.



Setjið stjórnþækið í vasann framan á beltinu. Stjórnþækkarnir eiga að vísa fram á við og skjárin upp og að ykkur. Ef stjórnþækið er sett rétt í beltið á það að smella í vasahölduna.

Ef tækið er ekki notað eftir að kveikt hefur verið á því, slekkur það á sér eftir u.þ.b. 3 mínútur.

Skipt um rafhlöður: Ef táknið fyrir rafhlöðurnar byrjar að blikka, þá er kominn tími til að skipta um þær. Losið um segullæsinguna á stjórnþækinu með því að þrýsta því aðeins frá beltinu og þá finnið þið að það losnar frá tveimur segullæsingum sem halda því á sínum stað. Togið tækið síðan upp úr vasanum.



Opnið hólfið fyrir rafhlöðurnar (4) með því að þrýsta lokinu niður á við þar sem örinn er.

Setjið 3 rafhlöður af gerðinni AAA (LR03 Micro) og gætið þess að pólur þeirra snúi rétt. Sjá nánar í botni hólfsins. Notið ekki endurhlaðanlegar rafhlöður.



Kveikið ekki á tækinu fyrr en það er komið á sinn stað við mjóbakið. Ýtið á og haldið við rofann (1) þar til þið heyrið smá hljóðmerki og um leið kviknar á skjánum. Þegar kveikt er á tækinu í fyrsta sinn verður kerfi A virkt.

Val á kerfum: Ýtið á takkann P (3) til að fara á milli kerfanna en um eftirtalin kerfi er að ræða:

Kerfi	Tíðni	Tímalengd
A	4 Hz – 110 Hz (3 stig)	30 mín.
B	4 Hz	25 mín.
C	2 Hz (lotur)	25 mín.
D	100 Hz	25 mín.

Ath: Í kerfi A finnið þið að áhrifin verða sterkari þegar þið skiptið frá stigi 1 á stig 2 (eftir u.þ.b. 10 mínútur) en það er eðlilegt og á að vera þannig. Ef ykkur finnst styrkurinn vera of mikill, getið þið lækkað hann með því að ýta á styrkleikahnappinn ▼(2).

Ef þið breytið um kerfi á meðan beltið er í notkun (til dæmis frá A í B), þá eykst styrkurinn sem upphaflega var stillt á í þrepum, þar til hann hefur náð upprunalegri stillingu. Hægt er að stöðva þetta með því að ýta á styrkleikahnappinn ▼ (2) í 2 sekúndur eða með því að ýta á aðalrofann (1) í 2 sekúndur.

Stöðvun á of sterkum boðum: Þið getið slökkt á tækinu hvenær sem er með því að ýta á aðalrofann (1) í 2. Sekúndur. Þið getið einnig minnkað styrkinn með því að ýta á ▼styrkleikahnappinn (2) niður á við, eða aukið styrkleikann með því að ýta á hann ▲upp á við. Hægt er að stilla styrkleikann í 20 þrepum. Fyrst finnið þið fyrir smástungum sem síðan er hægt að auka í allt að vöðvasamdrátt. Veljið þá stillingu sem hentar ykkur í hvert sinn.

Fyrirbyggja óæskilegar breytingar á boðum: Þið getið læst styrkleikann á tækinu með því að ýta á hnapp P (3) í ca. 2 sekúndur. Hljóðmerki kemur og læsingartáknið "0" kemur á skjáinn.