

Инструкция ДЭНАС- Кардио

Простой аппарат-«браслет» с двумя программами: одна для левого предплечья, другая для левой голени. Здесь — как его надеть, переключить программу и понять по сердечку на экране, на каком этапе сеанс.

Пересказ руководства по эксплуатации ТРПК 22.0-03.70-04 РЭ своими словами. Цифры, режимы и время взяты из руководства.

Онлайн-версия: mirdenas.ru/instrukciya/denas-kardio/



2

программы: рука и голень

6–8 мин

один сеанс

до 0,3 кг

масса аппарата

2 × AA

батарейки, футляр в комплекте

Коротко

ДЭНАС-Кардио застёгивается манжетой на руке или ноге, как тонометр на запястье. Отдельной кнопки «старт» нет: как только электроды коснулись кожи, аппарат сам пикает и начинает сеанс. Нужно лишь выбрать программу 1 или 2 и правильно закрепить корпус.

1

Вставьте две батарейки AA и протрите электроды 3% перекисью водорода.

2

Сядьте или лягте, освободите левое предплечье (программа 1) или левую голень (программа 2).

3

Закрепите аппарат манжетой экраном вверх, электродами к коже.

4

Нажмите  — включится программа 1. Для программы 2 нажмите кнопку выбора программ.

5

При контакте сеанс начнётся сам. После сигнала и полностью закрашенного сердечка снимите аппарат и удерживайте  3 секунды.

1 Первый сеанс по шагам

1 Вставьте батарейки

Откройте крышку батарейного отсека, вставьте две батарейки AA 1,5 В по полярности и закройте отсек. Протрите электроды 3% перекисью водорода.

2 Сядьте и освободите зону

Процедуру проводят сидя или лёжа — стоя запрещено. Снимите часы, браслеты и другие металлические вещи с левой руки или левой ноги.

3 Наденьте аппарат

Для программы 1: ладонь вверх, корпус экраном вверх в 1 см от складки запястья, электроды на внутренней стороне предплечья. Для программы 2: электроды на внутренней стороне голени, в 2,5–3 см над самой выступающей точкой внутренней лодыжки. Затяните манжету плотно, но не пережимайте.

4 Включите и выберите программу

Нажмите  — по умолчанию включится программа 1, её номер виден на экране. Чтобы перейти на программу 2, нажмите кнопку выбора программ (с сердечком).

5 Сеанс идёт сам

Когда электроды коснулись кожи, аппарат пикает, показывает контурное сердце и начинает стимуляцию. Сеанс идёт в три этапа, после каждого — сигнал, а сердечко на экране заполняется. Программа 1 длится в среднем 6–7 минут, программа 2 — 7–8 минут.

6 Закончите

В конце звучит сигнал и сердце становится полностью закрашенным. Снимите аппарат, удерживайте  3 секунды, протрите электроды и уберите аппарат сухим. После сеанса отдохните 20–30 минут.

2 Кнопки и устройство

Кнопка

Включает аппарат (сразу с программой 1). Удержание 3 секунды выключает.

Кнопка выбора программ

Кнопка с сердечком и круговыми стрелками. Переключает программу 1 и 2.

Экран: сердце

Показывает контакт с кожей и этап программы. Контур — идёт первый этап, сердце с двумя контурами — второй, с тремя — третий, полностью закрашенное — сеанс окончен.

Экран: цифра

Номер выбранной программы — 1 или 2.

Значок «батарея разряжена»

Перечёркнутая батарейка: пора менять элементы питания.

Электроды

На тыльной стороне корпуса. Касаются кожи и дают импульсы; хранить их нужно сухими.

Манжета

Рассчитана на руку или ногу с обхватом до 22 см в месте крепления.

Футляр

Входит в комплект. Перед укладкой проденьте конец манжеты через скобу и оберните её вокруг корпуса так, чтобы стопор оказался со стороны крышки батарейного отсека — иначе футляр можно сломать.

Если электроды не касаются кожи и кнопки не нажимают, аппарат выключается сам через 3 минуты. Если контакт остаётся, он гаснет через 3 минуты после окончания сеанса. Без контакта с кожей аппарат «ждёт» на частоте 10 Гц.

3 2 программы

В аппарате шесть частот — 3,3; 8,1; 9,2; 10; 20 и 77 Гц, — собранных в две программы. Каждая проходит три этапа: «Тест», «Терапия» и завершающий этап с чередованием частот. Руководство советует совмещать обе программы в одном сеансе.

Программа 1 — предплечье

Когда применяют: Включается по умолчанию. Предназначена для внутренней поверхности предплечья.

ЗОНА

Левое предплечье, внутренняя сторона. Ладонь вверх, корпус экраном вверх в 1 см от складки запястья

«Тест» 9,2 Гц → «Терапия» 9,2 Гц → чередование 77 и 10 Гц

В среднем 6–7 минут. Не перетягивайте запястье манжетой.

Программа 2 — голень

Когда применяют: Для внутренней (медиальной) поверхности голени. Выбирается кнопкой программ после включения.

ЗОНА

Левая голень, внутренняя сторона, 2,5–3 см выше самой выступающей точки внутренней лодыжки

«Тест» 8,1 Гц → «Терапия» 3,3 Гц → чередование 77 и 20 Гц

В среднем 7–8 минут. Освободите от одежды голеностоп и низ голени, не перетягивайте голень.

Рекомендации руководства не заменяют консультацию врача.

4 Этапы программ

Время каждого этапа аппарат отсчитывает сам, о переходе сообщает сигналом и сменой сердечка на экране.

ЭТАП	ПРОГРАММА 1	ПРОГРАММА 2
Ожидание контакта	10 Гц	10 Гц
1. «Тест»	4 импульса 9,2 Гц с периодом 1 с	4 импульса 8,1 Гц с периодом 1 с
2. «Терапия»	9,2 Гц	3,3 Гц
3. «77 10»	77 и 10 Гц попеременно по 0,25 с	77 Гц (2 с) и 20 Гц (3 с) попеременно
Весь сеанс	в среднем 6–7 мин	в среднем 7–8 мин

5 Схемы применения

Курс

1–2 сеанса в день 10–15 дней подряд, независимо от давления перед процедурой. Программы 1 и 2 рекомендуется сочетать в одном сеансе. При стабильной гипертензии курс повторяют ежемесячно, например с 1-го по 15-е число.

Разовое применение

Если давление поднялось и самочувствие плохое: примите средство, назначенное врачом, и проводите сеансы обеими программами с перерывами 1–1,5 часа, пока жалобы не пройдут. Давление долго не снижается — к врачу.

Старше 70 лет

Один сеанс в сутки, программы 1 и 2 чередуют через день. За курс — не больше 7–8 процедур, после 10–15 дней перерыва курс можно повторить.

Выше 180 мм рт. ст.

При злокачественной гипертензии, которая не снижается лекарствами, длительность курса, число процедур и сочетание программ подбирает лечащий врач.

Почему нужен курс

Даже при редком повышении давления нужен курс минимум из 10 процедур. В начале давление может временно колебаться, устойчивый результат накапливается к концу курса.

Дневник давления

Мерить давление сразу после процедуры не нужно. Но в течение курса записывайте его трижды в день — утром, днём и вечером — и дополнительно при головной боли, головокружении, слабости, боли или перебоях в сердце.

6 Показания

- Лабильная артериальная гипертензия у людей старше 14 лет: эпизодические подъёмы давления при стрессе, смене погоды и т. п.
- Гипертоническая болезнь со стабильно высоким давлением — как дополнительный метод на фоне назначенных лекарств.

7 Технические данные

ПАРАМЕТР	ЗНАЧЕНИЕ
Габариты	не более 120×110×110 мм
Масса	не более 0,3 кг
Питание	2 батарейки АА по 1,5 В, напряжение 3±0,6 В
Потребляемый ток	не более 200 мА
Частоты	3,3; 8,1; 9,2; 10; 20; 77 Гц
Условия работы	+10...+35 °С, влажность 30–93 %
Комплект	аппарат, футляр, 2 батарейки АА, руководство с паспортом

8 Питание и уход

Батарейки

Меняйте, когда на экране появилась перечёркнутая батарейка или аппарат перестал включаться. Только тип АА 1,5 В, оба элемента одного типа и одновременно. Чужие источники питания могут сломать аппарат (не по гарантии), сетевые адаптеры запрещены. Гарантия на батарейки не распространяется.

Чистка

До и после каждой процедуры обрабатывайте электроды 3% перекисью водорода или другим стандартным дезинфицирующим средством, мягкой безворсовой салфеткой. Перед применением осматривайте аппарат.

Хранение

Храните в футляре с сухими электродами, при –50...+40 °С. Если не пользуетесь долго — выньте батарейки. После хранения на холоде ниже +1 °С дайте аппарату прогреться до комнатной температуры. Берегите от воды, ударов, нагревателей и солнца в жару.

Ремонт

Чинят аппарат только специалисты завода-изготовителя.

9 Не работает — что делать

Выключается, не включается или горит перечёркнутая батарейка

-

Причина	Батарейки разряжены.
Что сделать	Замените обе батарейки АА.

Электроды на коже, а контурное сердце не появляется

-

Причина	Сухая кожа.
Что сделать	Протрите кожу ватным тампоном, смоченным водой.

Сердце на экране не пропадает, хотя аппарат снят

Причина	Электроды загрязнены.
Что сделать	Протрите электроды дезинфицирующим раствором.

Если неисправность не из списка, не разбирайте аппарат: обратитесь к продавцу или в сервис производителя.

10 Противопоказания и безопасность

Нельзя применять

- Индивидуальная непереносимость электрического тока.
- Имплантированный кардиостимулятор и другие вживлённые электронные устройства.

Только после консультации с врачом

- Эпилептический статус.
- Опухоли любого происхождения и расположения.
- Острые лихорадочные состояния неясной причины.
- Тромбозы вен.
- Острое психическое, алкогольное или наркотическое возбуждение.

Правила во время сеанса

- Нельзя ставить аппарат на область сердца спереди.
- Только сидя или лёжа — стоя процедуры запрещены.
- Снимите часы и украшения с зоны стимуляции: металл может вызвать ожог током.
- Не применяйте на повреждённой коже и при признаках её воспаления.
- Во время стимуляции не подключайтесь к высокочастотным приборам и держитесь подальше от коротковолновой и микроволновой техники.
- Не перетягивайте запястье и голень манжетой.
- Не работайте от сетевых блоков питания.
- Приём лекарств, назначенных врачом, обязателен. Отменять их или снижать дозы самостоятельно нельзя — только с врачом после стойкого снижения давления.

11 Вопросы и ответы

Почему в инструкции именно левая рука и левая нога?

Руководство описывает применение программы 1 на левом предплечье, а программы 2 — на левой голени. Так и надевайте аппарат, если врач не рекомендовал иное.

Где кнопка «старт»?

Её нет. После включения аппарат ждёт контакта: как только электроды плотно коснулись кожи, он пикает и начинает сеанс сам.

Как понять, сколько осталось до конца?

Таймера на экране нет — ориентируйтесь на сердце. Контур — первый этап, два контура — второй, три — третий, полностью закрашенное — сеанс окончен. Переход между этапами сопровождается сигналом.

Какую программу проводить — первую или вторую?

Для курса руководство советует сочетать обе программы в одном сеансе: одну на предплечье, другую на голени. Людям старше 70 лет — наоборот, чередовать их через день, по одному сеансу в сутки.

Как включить программу 2?

Нажмите  — аппарат включится с программой 1. Затем один раз нажмите кнопку выбора программ, на экране появится цифра 2.

Сердечко не загорается, хотя аппарат на руке

Чаще всего кожа слишком сухая. Протрите место тампоном, смоченным водой, и подтяните манжету, чтобы электроды прилегали плотно.

Как убрать аппарат в футляр?

Проденьте конец манжеты через скобу и оберните вокруг корпуса так, чтобы стопор оказался со стороны крышки батарейного отсека. Неправильно уложенная манжета может сломать футляр.

12 Документы



Руководство производителя

ТРТК 22.0-03.70-04 РЭ



Регистрационное удостоверение

ФСР 2011/11772 от 23.12.2016



Гарантия

Гарантия 12 месяцев со дня продажи (без даты продажи — с даты изготовления), срок службы 5 лет. На отремонтированный аппарат — 6 месяцев. На батарейки гарантия не распространяется.



Купить ДЭНАС-Кардио

Доставка по всей России, оплата при получении.

9 500 ₽