

Инструкция ДЭНАС-ПКМ Про

Как включить аппарат, выбрать программу, подобрать мощность и провести первый сеанс.

Пересказ руководства по эксплуатации ТРТК 23.0-03.70-02 РЭ своими словами. Цифры, зоны и время взяты из руководства.



26

готовых программ

1-200 Гц

частоты и 3 особых режима

105 г

без батареек, 160×62×30 мм

10+ ч

работы от двух батареек АА

Коротко

ДЭНАС-ПКМ Про прикладывают металлическим электродом к коже. Аппарат сам ловит контакт и подаёт слабые импульсы. Готовая программа подскажет зону и время на экране, вам остаётся выбрать силу по ощущениям.

1

Вставьте две батарейки АА, соблюдая полярность.

2

Нажмите . Аппарат пикнет и откроет главное меню.

3

Кнопками и найдите «Программы», выберите нужную и нажмите .

4

Приложите электрод к зоне с экрана. Кнопками и выберите мощность.

5

Дождитесь сигнала, отдохните 10-15 минут. Выключение — удерживать 3 секунды.

1 Первый сеанс по шагам

1



Подготовьте аппарат

Снимите плёнку с экрана. Откройте крышку на спинке и вставьте две батарейки АА. Протрите электрод салфеткой с 3% перекисью водорода.

2



Включите

Коротко нажмите . После сигнала и заставки откроется главное меню.

3



Выберите программу

Кнопками и дойдите до «Программы», нажмите . Найдите нужную, например «Спина», и снова нажмите .



4 Приложите электрод

Экран покажет зону. Сядьте или лягте: стоя процедуры проводить нельзя. Держите аппарат за нижнюю часть, электрод плотно к голой коже.



5 Подберите мощность

Кнопками < > выставьте силу от 1 до 99. Начните с минимума и добавляйте до лёгкого покалывания. На экране пойдёт таймер.



6 Закончите сеанс

Если зон несколько, аппарат пикнет и попросит переставить электрод. В конце снова сигнал. Выключение: удерживайте ⏻ около 3 секунд.

2 Кнопки и экран



Включение и выключение

Короткое нажатие включает. Чтобы выключить, удерживайте около 3 секунд: появится «Доброго здоровья».



Выбор

Подтверждает пункт меню, программу или значение.



Вверх и вниз

Перемещают курсор по меню. Во время сеанса открывают «Настройки +»: избранное, звук, контакт, таймер.



Влево и вправо

Меняют мощность во время сеанса, а в настройках двигают курсор и меняют числа.



Назад

Шаг назад, в предыдущее меню.



Главное меню

Из любого места сразу в главное меню.

Строка состояния сверху экрана

Значки показывают контакт с кожей, звук, будильник, таймер, включённый «Детский доктор», отметку «Избранное» и заряд батарейки. Если значок батареи покраснел и аппарат прерывисто пищит, пора менять батарейки.

Когда аппарат пищит

При включении и выключении, старте и конце программы, появлении и потере контакта с кожей, по таймеру, при смене фазы МЭД, в конце цикла скрининга, по будильнику и при севших батарейках.

Аппарат сам выключается примерно через 3 минуты без нажатий, после потери контакта с кожей или после конца сеанса.

3 Главное меню

Избранное

Программы и частоты, которыми пользуетесь чаще всего.

Конструктор

До 5 своих схем из программ и частот, которые идут друг за другом.

Программы

26 готовых программ: зона и время уже заданы.

Частоты

Ручной выбор частоты от 1 до 200 Гц и режимов 7710, 7720, 77AM.

МЭД

Автоматическая программа из двух фаз для восстановления и профилактики.

Детский док.

Ограничивает мощность 5 единицами и подбирает частоту по возрасту.

Скрининг

Помогает найти участки кожи, которые стоит обработать дополнительно.

Настройки

Звук, яркость, экономия, запоминание, часы, будильник, язык, тема.

4 26 программ: зоны и время

Куда ставить электрод, сколько длится каждая зона и при каких состояниях программу указывает производитель. Если зон несколько, аппарат сам подскажет, когда переходить к следующей.

Аллергия

Когда применяют: Крапивница, острые аллергические реакции, укусы насекомых.

ЗОНА 1

Эпигастральная область и подреберья

7710 + 3,8 Гц · 10 мин

ЗОНА 2

Область 7-го шейного позвонка

77 + 1,7 + 3,8 Гц · 15 мин

Всего около 25 мин [Подробнее в методиках →](#)

Боль

Когда применяют: Хроническая головная боль, зубная боль, боль в спине, шее и суставах.

ЗОНА 1

Область боли

75-135 Гц, плавающая · 15 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Боль сильная

Когда применяют: Острая боль разного происхождения, боль после операции.

ЗОНА 1

Область боли

пачки импульсов 77 Гц · 15 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Вздутие

Когда применяют: Вздутие живота.

ЗОНА 1

Передняя стенка живота

7710 + 125 Гц · 10 мин

Всего около 10 мин [Подробнее в методиках →](#)

ВСД

Когда применяют: Вегетососудистая дистония, метеозависимость, усталость, проблемы со сном.

ЗОНА 1

Шейно-воротниковая зона

7710 + 10 + 2,5 Гц · 20 мин

Всего около 20 мин [Подробнее в методиках →](#)

Гинек. боль

Когда применяют: Болезненные месячные.

ЗОНА 1

Болезненная область живота

7710 + 3,8 + 4,0 Гц · 15 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Гинекология

Когда применяют: Нарушения цикла, воспалительные заболевания.

ЗОНА 1

Подошвы стоп

2,5 + 4,0 + 9,4 Гц · 15 мин

ЗОНА 2

Шейно-воротниковая зона

7710 · 15 мин

ЗОНА 3

Пояснично-крестцовая зона

10 + 20 Гц · 10 мин

Всего около 40 мин [Подробнее в методиках →](#)

Гипертония

Когда применяют: Повышенное давление.

ЗОНА 1

Область 2-го шейного позвонка

7710 · 5 мин

ЗОНА 2

Область 7-го шейного позвонка

7710 · 5 мин

Всего около 10 мин Мощность только минимальная. [Подробнее в методиках →](#)

Гипотония

Когда применяют: Пониженное давление.

ЗОНА 1

Шейно-воротниковая зона

77AM · 15 мин

Всего около 15 мин Мощность только минимальная. [Подробнее в методиках →](#)

Голова

Когда применяют: Головная боль, головокружение, мигрень.

ЗОНА 1

Область 2-го шейного позвонка

60 Гц · 5 мин

ЗОНА 2

Шейно-воротниковая зона

60 Гц · 5 мин

ЗОНА 3

Кисть: зона головы по Су-Джок

60 Гц · 5 мин

Всего около 15 мин При частых головных болях начинайте с минимальной мощности. [Подробнее в методиках →](#)

Горло

Когда применяют: Боль в горле, осиплость голоса.

ЗОНА 1

Кисть: зона шеи по Су-Джок

60 Гц · 10 мин

ЗОНА 2

Подчелюстная зона

77 Гц · 10 мин

Всего около 20 мин [Подробнее в методиках →](#)

Диарея

Когда применяют: Диарея.

ЗОНА 1

Передняя стенка живота

125 Гц · 10 мин

ЗОНА 2

Пояснично-крестцовая зона

20 Гц · 5 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

ЖКТ боль

Когда применяют: Боль в животе, изжога.

ЗОНА 1

Болезненная область живота

7710 + 3,8 + 5,9 Гц · 15 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Запор

Когда применяют: Запор.

ЗОНА 1

Передняя стенка живота

125 Гц · 10 мин

ЗОНА 2

Пояснично-крестцовая зона

20 Гц · 5 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Кашель

Когда применяют: Кашель.

ЗОНА 1

Подчелюстная зона

7710 · 5 мин

ЗОНА 2

Яремная ямка

60 Гц · 10 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Мышцы

Когда применяют: Боль в мышцах, растяжение связок, сухожилий и мышц.

ЗОНА 1

Область повреждения или боли

пачки 1 Гц / 125 Гц · 15 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Мышцы спорт

Когда применяют: Боль в мышце, нарушение мышечного тонуса.

ЗОНА 1

Нагруженные мышцы

пачки 1 Гц / 77 Гц · 20 мин

Всего около 20 мин Проводится с самоклеящимися электродами. [Подробнее в методиках →](#)

Насморк

Когда применяют: Заложенность носа, затруднённое носовое дыхание.

ЗОНА 1

Кисть: зона носа по Су-Джок

10 Гц · 10 мин

ЗОНА 2

Крылья носа и проекции пазух

7720 · 10 мин

Всего около 20 мин [Подробнее в методиках →](#)

Потенция

Когда применяют: Эректильная дисфункция, простатит.

ЗОНА 1

Пояснично-крестцовая зона

2,6 + 4,0 + 9,4 Гц · 15 мин

ЗОНА 2

Шейно-воротниковая зона

7710 · 15 мин

ЗОНА 3

Стопы

10 + 20 Гц · 10 мин

Всего около 40 мин [Подробнее в методиках →](#)

Почки

Когда применяют: Боль в области почек, нарушения мочеиспускания.

ЗОНА 1

Пояснично-крестцовая зона

77 + 20 Гц · 20 мин

ЗОНА 2

Стопы

2,8 + 8,1 Гц + 7710 · 15 мин

Всего около 35 мин [Подробнее в методиках →](#)

Спина

Когда применяют: Боль в спине и шее, нарушения осанки.

ЗОНА 1

Вдоль позвоночника, в области боли

140 + 77 + 20 Гц · 15 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Суставы

Когда применяют: Боль и скованность в суставах, последствия травм.

ЗОНА 1

Больной сустав

140 + 77 + 20 + 1,6 Гц · 20 мин

ЗОНА 2

**Сегментарная зона
позвочника**

7710 · 10 мин

Всего около 30 мин [Подробнее в методиках →](#)

Тошнота

Когда применяют: Тошнота, рвота.

ЗОНА 1

**Эпигастральная область и
подреберья**

7710 · 10 мин

Всего около 10 мин [Подробнее в методиках →](#)

Травма

Когда применяют: Ушибы, переломы, вывихи, восстановление после спортивных травм.

ЗОНА 1

Повреждённая часть тела

200 + 140 + 77 Гц · 15 мин

Всего около 15 мин [Подробнее в методиках →](#)

Удушье

Когда применяют: Удушье, затруднённое дыхание.

ЗОНА 1

Яремная ямка

7710 · 10 мин

ЗОНА 2

**Область 7-го шейного
позвонка**

1,0 + 8,0 + 3,6 Гц · 9 мин

Всего около 19 мин [Подробнее в методиках →](#)

Целлюлит

Когда применяют: Целлюлит.

ЗОНА 1

**Проблемная зона: ягодицы,
живот, бёдра**

пачки 1 Гц / 60 Гц · 20 мин

Всего около 20 мин Проводится с самоклеящимися электродами. [Подробнее в методиках →](#)

Зоны и режимы в руководстве носят рекомендательный характер и не заменяют консультацию врача.

5 Частоты и режимы

В меню «Частоты» можно выбрать частоту вручную. Таймер по умолчанию стоит на 30 минут, его можно изменить в «Настройки +» от 1 до 30 минут.

ЧАСТОТА	ДЛЯ ЧЕГО ЕЁ РЕКОМЕНДУЕТ РУКОВОДСТВО
1,0-9,9 Гц	Шаг 0,1 Гц. 1-4 Гц применяют для лимфоидной, костной и соединительной ткани; 4-7 Гц для вегетативной нервной системы; 7-9,9 Гц для паренхиматозных органов (печень, почки и другие).
10 и 20 Гц	Универсальные. Общее регулирующее действие и усиление эффекта других частот, в остром периоде и при восстановлении.
60 и 77 Гц	Универсальные, при выраженных местных жалобах: обезболивание, местный кровоток, воспаление.
125 и 140 Гц	Опорно-двигательный аппарат и невралгии с выраженной болью.
200 Гц	Быстрое обезболивание при травмах, невралгиях, болях в суставах и мышцах.
7710	Чередует 77 и 10 Гц. При склонности к повышенному давлению, ВСД по гипертоническому типу, нарушениях сна.
7720	Чередует 77 и 20 Гц. Для нормализации вегетативной регуляции и уменьшения отёков.
77AM	77 Гц с модуляцией. При пониженном тонусе внутренних органов и склонности к пониженному давлению.

6 МЭД и скрининг

МЭД — минимальная эффективная доза

Автоматическая программа на 10 Гц для восстановления при физических и эмоциональных перегрузках, хронической усталости, а также для профилактики простуды в сезон. Обычно раз в день курсом 8-12 дней.

- Электрод ставят на точку хэ-гу на кисти, только встроенный электрод.
- Мощность минимальная или комфортная.
- Две фазы, после каждой сигнал. Двигать аппарат во время работы нельзя.

Скрининг — поиск зон для обработки

Аппарат за 5 секунд измеряет отклик кожи и показывает индекс ΔLt от 0 до 100. Мощность фиксированная, 5 единиц.

- Приложите электрод, дождитесь сигнала и запишите ΔLt .
- Оторвите аппарат на 1-2 секунды и поставьте рядом. Повторите по всей зоне.
- Участок, где число заметно выше или ниже соседних (например 6, 5, 8, **20**, 4, 7), обработайте 1-5 минут на 60 или 77 Гц.

7 Мощность и длительность сеанса

Силу подбирают по ощущениям. По ходу курса её можно поднимать и снижать: по мере уменьшения боли обычно нужно меньше.

Минимальная

Ощущений нет или лёгкая вибрация. Для детей до 12 лет, при гипертонии, гипотонии, ВСД, частых головных болях и головокружениях.

Комфортная

Безболезненное покалывание, вибрация или лёгкое жжение. Самый частый уровень.

Максимальная

На пороге боли, мышцы могут подёргиваться. Только при сильной боли. Порог боли не превышайте.

Сколько длится сеанс

5–10 мин

до 1 года
1–3 мин на зону

10–15 мин

1–3 года
3–5 мин на зону

15–20 мин

3–5 лет
5–7 мин на зону

20–25 мин

5–12 лет
7–9 мин на зону

30–40 мин

старше 12 и взрослые
10–15 мин на зону

Когда нужна быстрая помощь, например при боли, сеанс ведут, пока жалобы не уйдут или заметно не ослабнут. В готовых программах время уже задано.

Как водить электродом

Стабильно

Электрод стоит на месте всю процедуру. Для точек и небольших зон; большую зону обрабатывают участками по очереди.

Лабильно

Плавно ведите по коже со скоростью 0,5–3 см в секунду: прямыми, круговыми движениями, слегка надавливая.

Лабильно-стабильно

Ведёте по зоне и ненадолго задерживаетесь там, где болит сильнее всего.

8 Полезные функции

Избранное

Запустите программу или частоту, кнопками **л** и **v** откройте «Настройки +» и выберите «В избранное». В строке состояния появится сердечко.

Конструктор

«Конструктор» → «Создать» → номер схемы. Добавьте программы и частоты, затем «Сохранить» и введите название до 8 букв. Всего 5 схем.

Детский доктор

Выберите возраст: до 1 года — 10 Гц, 1–3 года — 20 Гц, 4–7 лет — 60 Гц, 7–12 лет — 77 Гц. Мощность ограничится 5 единицами, часть программ скроется.

Таймер

Только в «Частотах»: от 1 до 30 минут. Если выключить, время идёт вперёд, максимум 30 минут.

Контакт

«Терапия без контроля контакта» подаёт импульсы, даже если электрод неплотно прилегает. Работает в «Программах» и «Частотах».

Настройки

Громкость (0, 1, 2), яркость 5–100, экономия батареек, запоминание последнего режима, часы, будильник, 5 языков, светлая и тёмная тема.

9 Выносные электроды

Встроенный электрод на спинке аппарата подходит для большинства зон. Для спины, мышц и целлюлита удобнее самоклеящиеся электроды 5×5 см: подключите кабель к электроду и к разъёму внизу аппарата.

- Выносные электроды работают только в «Программах» и «Частотах». В МЭД и скрининге — только встроенный.
- Перед наклейкой вымойте кожу мылом и водой. Крем, масло и спирт портят клеевой слой.
- Самоклеящиеся электроды личные: одним человеком их можно использовать повторно, пока держит клей.
- Подходят и другие электроды производителя: для стоп, массажные, точечный, параорбитальный (для зоны вокруг глаз).

10 Батарейки и уход

Батарейки

Две AA (LR6) по 1,5 В или аккумуляторы 1,2 В. Меняйте обе сразу, одного типа. Хватает не меньше чем на 10 часов работы; меньшая яркость экрана продлевает срок.

Электрод

До и после сеанса протирайте мягкой салфеткой без ворса с 3% перекисью водорода и каплей моющего средства. Храните аппарат с сухим электродом.

Хранение

Работает при +10...+35 °С. Боится воды, ударов, жары и солнца. Если долго не пользуетесь, достаньте батарейки. После мороза подождите 2 часа.

Без батареек дольше 5 минут сбрасываются часы, будильник и личные настройки. Сетевой адаптер подключать нельзя.

11 Не работает — что делать

Не включается

Причина	Нет батареек, они сели или вставлены не той стороной
Что сделать	Вставьте новые батарейки по маркировке в отсеке

Пищит при включении и сразу гаснет

Причина	Сели батарейки или включили сразу после выключения
Что сделать	Замените батарейки или подождите 3 секунды перед включением

Не начинается сеанс встроенным электродом

Причина	Не выбран режим, мало контакта или мощность 0
Что сделать	Выберите программу или частоту, прижмите электрод, смочите кожу водой, добавьте мощность

Не начинается сеанс с выносными электродами

Причина	То же самое
Что сделать	Выберите режим в «Программах» или «Частотах», прижмите электроды, добавьте мощность

Нет звуков

Причина	Звук выключен
Что сделать	«Настройки» → «Звук» → «Общий»

Быстро гаснет подсветка

Причина	Включена «Экономия»
Что сделать	«Настройки» → «Экономия» → выключить

Не выключается сам без контакта

Причина	Включена «Терапия без контроля контакта»
Что сделать	Выключите её в «Настройки +» → «Контакт»

Мигает батарейка, прерывистый сигнал

Причина	Батарейки сели
Что сделать	Замените обе батарейки

Будильник не срабатывает

Причина	Будильник выключен или сели батарейки
Что сделать	«Настройки» → «Будильник» → «Однократно» или «Ежедневно»

Сам выключается

Причина	Батарейки сели
Что сделать	Замените батарейки

Батарейки быстро садятся

Причина	Слабые батарейки, высокая яркость или выключена экономия
Что сделать	Возьмите щелочные (алкалиновые), уменьшите яркость, включите «Экономию»

Мощность не поднимается выше 5

Причина	Включён «Детский доктор»
Что сделать	«Детский док.» → «Выключено»

В «Программах» не хватает программ

Причина	Включён «Детский доктор»
Что сделать	Выключите «Детский доктор»

Нет значка контакта, хотя электрод на коже

Причина	Сухая кожа, слабый контакт
Что сделать	Прижмите плотнее, смочите кожу. Под самоклеящиеся — вымыть кожу с мылом

Значок контакта не гаснет без кожи

Причина	Загрязнён электрод
Что сделать	Протрите электрод (см. «Батарейки и уход»)

Самоклеющиеся электроды не держатся

Причина	Изношен клей, на коже крем или масло
Что сделать	Вымойте кожу с мылом, замените электрод

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

12 Противопоказания и безопасность

Нельзя применять

- при непереносимости электрического тока;
- с имплантированным кардиостимулятором.

Только после консультации с врачом

- эпилептический статус;
- новообразования любого происхождения;
- острая лихорадка неясной причины;
- тромбоз вен;
- острое психическое, алкогольное или наркотическое возбуждение;
- беременность: исследований у беременных нет.

Правила во время сеанса

- Не ставьте электрод на область сердца спереди.
- Не работайте на ранах, ссадинах и ожогах.
- Снимите часы и украшения в зоне процедуры.
- Только сидя или лёжа, не стоя.
- Не используйте одновременно с другими электроприборами, держите в метре от СВЧ-техники.
- При покраснении или аллергии на коже прекратите сеанс и обратитесь к врачу.
- Не отменяйте лекарства, назначенные врачом.

13 Вопросы и ответы

Какую программу выбрать в первый раз?

Ту, что совпадает с жалобой: «Спина», «Голова», «Суставы» и так далее. Зоны и время программа подскажет сама. Если сомневаетесь или жалоба не из списка, начните с МЭД и спросите врача.

Сколько сеансов в день можно делать?

Руководство не ограничивает число сеансов. Для МЭД указан минимум один раз в день курсом 8–12 дней. В остальном ориентируйтесь на самочувствие и рекомендации врача.

Почему аппарат не начинает работать, хотя приложен к коже?

Проверьте, что выбран режим в «Программах» или «Частотах» и мощность больше нуля. Если кожа сухая, слегка смочите её водой и прижмите электрод плотнее.

Можно ли пользоваться детям?

Да, для этого есть «Детский доктор»: мощность ограничена 5 единицами, время сеанса меньше. Для каждого возраста своя частота.

Можно ли одним аппаратом пользоваться всей семьёй?

Да, если протирать электрод до и после каждого сеанса. Самоклеящиеся электроды у каждого должны быть свои.

Нужно ли смачивать кожу?

Не обязательно. Если контакт плохой или кожа сухая, слегка смочите её водой. Гели, кремы и масла не нужны, а под самоклеящимися электродами они мешают.

Какая гарантия?

12 месяцев с даты продажи, срок службы 5 лет. На батарейки гарантия не распространяется.

14 Документы



Практическое руководство ДЭНАС

Методики по заболеваниям, книга



Руководство производителя

ТРТК 23.0-03.70-02 РЭ, 136 страниц



Регистрационное удостоверение

РЗН 2021/13307 от 28.01.2021



Гарантия 12 месяцев

Срок службы 5 лет, ТУ 26.60.13-023-44148620-2020



Купить ДЭНАС-ПКМ Про

Комплект с самоклеящимися электродами и кабелем. Доставка по всей России.

13 899 ₽

[Перейти к покупке](#)

[С практическим пособием](#)