

Инструкция НЕЙРОДЭНС- Кардио

Как надеть аппарат на руку или ногу, выбрать одну из четырёх программ под свой тип давления и провести сеанс. Для взрослых и подростков старше 14 лет, которые лечат гипертонию вместе с врачом.

Пересказ руководства по эксплуатации ТРПК 22.1-03.70-03 РЭ своими словами. Цифры, режимы и время взяты из руководства.

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



4

программы под разные
типы давления

6–8 мин

длится один сеанс

95 г

без батареек, 87×69×32
мм

2 × AA

батарейки LR6 в
комплекте

Коротко

НЕЙРОДЭНС-Кардио крепится манжетой к запястью, голени или колену. Электрод на тыльной стороне корпуса подаёт слабые импульсы на нужную точку, а программа сама меняет частоту и считает время. Ваша задача — выбрать программу, закрепить аппарат там, где показывает экран, и запустить сеанс.

1

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

2

Сядьте или лягте. Коротко нажмите  — включится последняя выбранная программа.

3

Кнопкой  выберите программу 1–4, экран покажет зону.

4

Затяните манжету на этой зоне и дождитесь значка контакта с кожей.

5

Коротко нажмите  для старта. После финального сигнала снимите аппарат и удерживайте  3 секунды.

1 Первый сеанс по шагам

1 Подготовка аппарата

Откройте батарейный отсек на тыльной стороне и вставьте две батарейки AA 1,5 В, соблюдая полярность. Протрите электрод салфеткой без ворса, смоченной 3% перекисью водорода с добавлением моющего средства. Снимите часы и украшения с той руки или ноги, где будет сеанс.

2 Устройтесь сидя или лёжа

Стоя проводить процедуры этим аппаратом запрещено. Выберите удобное положение, в котором можно спокойно посидеть 7–8 минут.

3 Включите и выберите программу

Короткое нажатие (меньше секунды) на  — сигнал, заставка, затем экран с последней выбранной программой. Нажимайте , пока не появится нужный номер. Рядом с номером аппарат рисует зону, куда его надеть.

4 Закрепите на зоне

Затяните манжету так, чтобы электрод плотно прижимался к коже, но конечность не пережималась. Когда контакт есть, аппарат коротко пикнет и покажет значок контакта. Стандартная манжета рассчитана на обхват до 22 см; если не хватает — используйте удлиняющую из комплекта.

5 Запустите сеанс

Коротко нажмите . Без контакта с кожей программа не стартует. В первой фазе на экране бьётся сердце, затем появляется таймер обратного отсчёта до конца программы. О смене фаз и окончании аппарат сообщает сигналом.

6 Завершите и отдохните

После финального сигнала снимите аппарат и удерживайте  3 секунды — появится «Доброго здоровья». Снова протрите электрод и уберите аппарат сухим. После сеанса руководство советует отдохнуть 20–30 минут.

2 Кнопки и устройство

Кнопка

Короткое нажатие включает аппарат, а когда электрод уже на коже — запускает выбранную программу. Удержание 3 секунды выключает.

Кнопка

Перебирает программы 1–4. После запуска сеанса не работает: чтобы сменить программу, снимите аппарат с кожи или выключите и включите его заново.

Дисплей

Показывает номер программы, рисунок зоны, где закрепить аппарат, значок контакта с кожей и заряд батареек. В первой фазе — пульсирующее сердце, во второй и третьей — таймер до конца программы.

Значок контакта

Перечёркнутый значок — электрод не касается кожи, обычный — контакт есть. При потере контакта аппарат подаёт серию коротких сигналов.

Индикатор батареек

Семь ступеней заряда: от 100 % до 0–14 %. Когда он мигает или аппарат пищит при включении и гаснет — пора менять батарейки.

Электрод

Металлическая рабочая часть на тыльной стороне корпуса. Им аппарат касается кожи; повреждённым электродом пользоваться нельзя.

Манжета

Встроенный ремешок для руки или ноги с обхватом до 22 см в месте крепления.

Удлиняющая манжета

Входит в комплект: 500 мм длиной, 35 г. Продевается в скобу штатной манжеты, когда её не хватает на голень или колено.

Батарейный отсек

На тыльной стороне, под крышкой. Две батарейки AA (LR6) 1,5 В.

Аппарат пищит при включении и выключении, при появлении и потере контакта с кожей, на старте и в конце программы, по окончании первой фазы, при каждом нажатии кнопки и когда батарейки садятся. Сам выключается через 3 минуты (± 30 секунд) после последнего нажатия  или после окончания программы, а также при падении напряжения батареек до 2,1 В.

3 4 программы и зоны

Каждая программа состоит из трёх фаз с разной частотой и силой импульсов, переключаются они автоматически. Аппарат ставят неподвижно, не водят по коже. Точки парные, поэтому можно выбрать любую руку или ногу. Программа 1 — основная, остальные добавляют по ситуации.

Программа 1 — базовая

Когда применяют: Любой вариант повышения давления: систолического, диастолического, лабильного. Направлена на тонус сосудов и работу центральной нервной системы.

ЗОНА

Внутренняя сторона предплечья, около 3 см выше складки запястья (точка нэй-гуань, MC 6). Ладонь вверх, корпус ставят в 1 см от складки, экраном вверх

9,2 → 9,4 Гц → чередование 10 и 77 Гц

В среднем 6–7 минут.

Программа 2 — для почек и отёков

Когда применяют: Склонность к повышению нижнего (диастолического) давления от 90 мм рт. ст. и выше, отёки лица или ног. Направлена на кровоток в почках.

ЗОНА

Внутренняя сторона голени, на 4 поперечных пальца выше лодыжки (точка сань-инь-цзяо, RP 6). Электрод — в 2,5–3 см над самой выступающей частью внутренней лодыжки

8,1 → 3,3 Гц → чередование 20 и 77 Гц

В среднем 7–8 минут. Освободите от одежды голеностоп и низ голени.

Программа 3 — при скачущем давлении

Когда применяют: Неустойчивое (лабильное) давление, а также повышение давления на фоне эндокринных болезней — сахарного диабета, тиреотоксикоза и других.

ЗОНА

**Наружная сторона предплечья, около 3 см выше складки запястья (точка вай-гуань, TR 5).
Ладонь вниз, корпус в 1 см от складки, экраном вверх**

4,0 → 2,5 Гц → чередование 20 и 77 Гц

В среднем 6–7 минут.

Программа 4 — при стрессе

Когда применяют: Давление поднимается на нервной почве или сопровождается беспокойством, страхом, тревогой. Направлена на эмоциональное состояние и общее самочувствие.

ЗОНА

Под нижним краем коленной чашечки, по линии её наружного края (точка цзю-сань-ли, E 36). Электрод — на внешней стороне, в 2,5–3 см ниже чашечки

10 → 6,2 Гц → чередование 20 и 77 Гц

В среднем 7–8 минут. Освободите колено от одежды.

Рекомендации руководства не заменяют консультацию врача.

4 Фазы программ: частота и время

Первая фаза длится не дольше 2 минут: как только импульсы стабилизируются, аппарат сам переходит ко второй. Таймер на экране отсчитывает сумму второй и третьей фаз.

ПРОГРАММА	ФАЗА 1	ФАЗА 2	ФАЗА 3
1	9,2 Гц, до 2 мин	9,4 Гц, 2 мин	10 и 77 Гц попеременно по 0,25 с, 3 мин
2	8,1 Гц, до 2 мин	3,3 Гц, 3 мин	20 Гц (3 с) и 77 Гц (2 с) попеременно, 3 мин
3	4,0 Гц, до 2 мин	2,5 Гц, 3 мин	20 Гц (3 с) и 77 Гц (2 с) попеременно, 3 мин
4	10 Гц, до 2 мин	6,2 Гц, 3 мин	20 Гц (1 с) и 77 Гц (1 с) попеременно, 3 мин

5 Сколько сеансов и как часто

Обычный курс

1–2 сеанса в день, примерно в одно и то же время, 10–15 дней подряд — независимо от того, какое давление перед процедурой. При стабильной гипертонии курс повторяют каждый месяц, например с 1-го по 15-е число.

Даже если давление поднялось один раз

Руководство всё равно требует курс — не меньше 10 процедур по 1–2 в день. В начале давление может временно «поплавать», а потом устойчиво снижается. Эффект накапливается к концу курса.

Когда плохо прямо сейчас

Примите средство от давления, которое назначил врач, и добавьте сеансы аппаратом, комбинируя программы, с перерывом 1–1,5 часа, пока жалобы не пройдут. Если давление долго держится высоким — к врачу.

Старше 70 лет

Давление нужно снижать мягче: один сеанс в сутки, не больше 7–8 процедур за курс, затем перерыв 10–15 дней и повтор.

Давление выше 180, не снижается таблетками

При злокачественной гипертензии длительность курса, число процедур в день и сочетание программ определяет лечащий врач.

Дневник давления

Измеряйте давление трижды в день — утром, днём и вечером, даже когда всё хорошо, и внепланово при головной боли, головокружении, боли или перебоях в сердце, слабости. Сразу после процедуры мерить давление не требуется.

6 Кому подходит

- Людям старше 14 лет, у которых давление поднимается эпизодически — от стресса, перемены погоды и т. п. (лабильная артериальная гипертензия).
- Пациентам с гипертонической болезнью и стабильно высоким давлением — как дополнение к лекарственному лечению, а не вместо него.
- Сеансы можно проводить дома самостоятельно или с помощником, если самому закрепить аппарат трудно.

7 Как надеть удлиняющую манжету

Нужна, если штатной манжеты (до 22 см обхвата) не хватает — чаще всего на голень или колено.

- Возьмите удлиняющую манжету из комплекта.
- Вставьте манжету аппарата в скобу удлиняющей.
- Вытяните манжету аппарата и зафиксируйте.
- Дальше удобнее работать прямо на выбранной зоне: проденьте удлиняющую манжету через скобу аппарата.
- Подгоните длину под свой обхват.
- Закрепите аппарат на зоне так, чтобы электрод плотно прилегал, но не пережимал.

8 Технические данные

ПАРАМЕТР	ЗНАЧЕНИЕ
Размер без манжеты	87×69×32 мм
Масса без батареек	95 г (±10 г)
Питание	2 батарейки LR6 (AA), работает от 2,2 до 3,2 В
Частоты	2,5; 3,3; 4,0; 6,2; 8,1; 9,2; 9,4; 10; 20; 77 Гц

ПАРАМЕТР	ЗНАЧЕНИЕ
Защита корпуса	IP20 — не влагозащищён
Рабочая часть	тип BF
Условия работы	+10...+35 °С, влажность 30–80 %
Комплект	аппарат, 2 батарейки АА, руководство, удлиняющая манжета

9 Питание и уход

Батарейки

Только АА 1,5 В (LR6), обе одного типа и меняются одновременно. Другие элементы питания могут вывести аппарат из строя — это не гарантийный случай. Сетевые блоки питания запрещены. На батарейки гарантия не распространяется.

Уход за электродом

До и после каждой процедуры протирайте электрод 3% перекисью водорода с 0,5% моющего средства, мягкой безворсовой салфеткой. Перед сеансом осматривайте аппарат. Убирайте его только с сухим электродом.

Хранение

Если аппарат долго не нужен, выньте батарейки, чтобы не потекли. Хранить при –50...+40 °С. После холода ниже +1 °С подержите его в тепле не меньше 2 часов перед включением. Берегите от влаги, ударов, падений, прямого солнца в жару и батарей отопления.

Ремонт

Разбирать и переделывать аппарат нельзя. Всё, что не описано в таблице неисправностей, исправляет только завод-изготовитель.

10 Не работает — что делать

Не включается кнопкой

-

Причина	Нет батареек.
Что сделать	Вставьте две батарейки АА.

Не включается кнопкой после замены батареек

-

Причина	Батарейки вставлены неправильной стороной.
Что сделать	Переставьте их, соблюдая полярность «+» и «-».

При включении пищит и сразу гаснет

-

Причина	Батарейки сели: напряжение ниже 2,1 В.
Что сделать	Замените обе батарейки.

Во время работы мигает значок батарейки

-

Причина	Батарейки разряжены (ниже 2,1 В).
Что сделать	Замените обе батарейки.

Аппарат выключается сам

Причина	Батарейки разряжены (ниже 2,1 В).
Что сделать	Замените обе батарейки. Учтите, что после окончания программы или 3 минут без нажатий аппарат гаснет штатно.

Батарейки быстро садятся

Причина	Некачественные элементы питания.
Что сделать	Берите качественные батарейки, рекомендованные изготовителем.

Электрод на коже, а значка контакта нет

Причина	Электрод плохо проводит ток к коже.
Что сделать	Прижмите электрод плотнее, подтяните манжету. При необходимости слегка смочите кожу в месте контакта.

Значок контакта не пропадает, когда аппарат снят

Причина	Электрод загрязнён.
Что сделать	Очистите электрод перекисью водорода с моющим средством, как в разделе ухода.

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

11 Противопоказания и безопасность

Нельзя применять

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

Только после консультации с врачом

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

Правила во время сеанса

- Не прикладывайте аппарат на область сердца спереди.
- Процедуры — только сидя или лёжа, стоя запрещено.
- Снимите часы и украшения с зоны воздействия: металл на коже может вызвать ожог током.
- Не ставьте электрод на повреждённую или воспалённую кожу; при аллергии в месте контакта прекратите сеансы и обратитесь к врачу.
- Не пользуйтесь аппаратом с повреждённым токопроводящим слоем электрода.
- Во время сеанса не подключайтесь к высокочастотным электроприборам и не работайте рядом с коротковолновой или микроволновой техникой.
- Не перетягивайте манжетой запястье, голень или колено.
- Лекарства, назначенные врачом, принимать обязательно. Менять схему или снижать дозы можно только после стойкого снижения давления и только с лечащим врачом.
- Контролируемых исследований применения у беременных нет.

12 Вопросы и ответы

Какую из четырёх программ выбрать?

Программа 1 базовая — её используют при любом повышении давления. Остальные добавляют по ситуации: 2 — если чаще растёт нижнее давление (90 и выше) или бывают отёки, 3 — при скачущем давлении или эндокринных болезнях, 4 — если давление поднимается от стресса и тревоги. Сочетание программ лучше обсудить с врачом.

Почему аппарат надевают не только на запястье, но и на ногу?

У каждой программы своя точка: программы 1 и 3 — на предплечье (внутренняя и наружная сторона), программа 2 — на голени над лодыжкой, программа 4 — под коленом. Рисунок нужной зоны аппарат показывает на экране рядом с номером программы.

На какую руку или ногу надевать?

Точки парные, поэтому по руководству можно выбрать любую конечность — как удобнее.

Нажимаю , а сеанс не начинается

Программа запускается только при контакте электрода с кожей. Дождитесь короткого сигнала и значка контакта, затем снова коротко нажмите . Если значок не появляется, подтяните манжету или слегка смочите кожу.

Можно ли поменять программу посреди сеанса?

Во время работы кнопка  отключена. Снимите аппарат с кожи, чтобы пропал контакт, и переключите программу — либо выключите аппарат и включите заново.

Манжета не сходится на ноге — что делать?

Штатная манжета рассчитана на обхват до 22 см. В комплекте есть удлиняющая манжета 500 мм: её вставляют в скобу штатной и подгоняют по размеру.

Можно ли бросить таблетки, если давление нормализовалось?

Самостоятельно — нет. Руководство прямо запрещает отменять лекарства людям со значительным повышением давления. Схему и дозы может изменить только лечащий врач после стойкого результата, подтверждённого дневником давления.

13 Документы



Руководство производителя

ТРТК 22.1-03.70-03 РЭ



Регистрационное удостоверение

РЗН 2019/8468 от 10.06.2019



Гарантия

Гарантия 12 месяцев со дня передачи покупателю (если дата не указана — с даты изготовления), срок службы 3 года, гарантийный срок хранения 3 года. На отремонтированный аппарат — 6 месяцев. На батарейки гарантия не распространяется.



Купить НЕЙРОДЭНС-Кардио

Доставка по всей России, оплата при получении.

10 900 ₽