

EASYTENS+

En veiledning for bruk av din EASY TENS + til transkutan vagusnervestimulering (TVNS)*

Vennligst se bruksanvisningen (IFU) for kontraindikasjoner og forholdsregler før bruk.

Slik setter du opp parameterne i User-modus for TVNS:

1. Trykk på **strømknappen** for å slå på enheten.
2. Trykk på **MODE-knappen** for å navigere til **User-modus**. (Det finnes 5 moduser: Con, Brst, Mod, Han og User).
3. For å stille inn dine tilpassede parametere samtidig, trykk på **CH1-** og **CH2-**. Den gjeldende modusinnstillingen vil blinke øverst på skjermen.
4. Bruk **CH2+** og **CH2-** for å velge ønsket modus (normalt Con for TTNS). Trykk på **MODE-knappen** for å lagre.
5. Den gjeldende pulsfrekvensen (Hz) vil nå blinke. Bruk **CH2+** og **CH2-** for å stille inn ønsket pulsfrekvens (ofte 30Hz for TVNS). Trykk på **MODE-knappen** for å lagre.
6. Pulsbredden (μ s) vil nå blinke. Bruk **CH2+** og **CH-** for å stille inn ønsket pulsbredde (ofte 200 μ s for TVNS). Trykk på **MODE-knappen** for å lagre.



Parameterne er nå lagret og trenger ikke å tilbakestilles før bruk, med mindre du må justere dem.

Parametere som ofte brukes for TVNS

Parameter	Innstilling
Modus (Mode)	Kontinuerlig (Continuous)
Pulsfrekvens (Pulse Rate)	30Hz
Pulsbredde (Pulse width)	200 μ s
Tid (Time)	15 min
Frekvens (Frequency)	1-2 ganger daglig

Til høyre/over er parameterne som ofte brukes til TVNS-behandling, og disse er i samsvar med **kliniske studier**.

*"Non-invasive vagus nerve stimulation in healthy humans reduces sympathetic nerve activity" Clancy JA, Mary DA, Witte KK, Greenwood JP, Deuchars SA, Deuchars J. Non-invasive vagus nerve stimulation in healthy humans reduces sympathetic nerve activity. Brain Stimul. 2014 Nov-Dec;7(6):871-7. doi: 10.1016/j.brs.2014.07.031. Epub 2014 Jul 10. PMID: 25164906. *Vennligst merk at dette dokumentet er i en forhåndsgodkjenningsfase og kan ha noen mindre justeringer før publisering.

EASYTENS+

TVNS - BEHANDLING

Plassering av elektroder:



1. Fukt øreklipsen (auricular clip) lett med elektrisk ledende gel om nødvendig.
2. Koble den ene klipsen fra én kanal til øret.
3. Fest den andre halvdelen av den samme kanalen godt til huden din ved hjelp av den medfølgende selvklebende elektroden. (f.eks. på baksiden av hånden din).
4. Hvis du kjenner strøm gjennom enten elektroden eller klipsen, fungerer det. (Merk: Hvis du kjenner det gjennom elektroden på hånden, må du snu om på tilkoblingen før selve behandlingen starter).
5. Prøv samme prosedyre på den andre kanalen for å bekrefte at enheten fungerer som den skal.

«Distribusjonen av den auriculære grenen av vagusnerven til det ytre øret (skyggelagt område, ekstrapolert fra Peuker og Filler(11)). C, concha; T, tragus; CyC, cymba concha.»

Slik bruker du enheten:

Slå på enheten ved å trykke på **strømknappen**.

User skal vises nederst på LCD-skjermen.

Hvis ikke, se forrige side for å sette opp enheten for TVNS.

Hvis ja, er parameterne som ble satt opp tidligere lagret, og du er klar til å starte behandlingen!

Trykk på **timer-knappen** og velg ønsket tid (normalt 15 minutter for TVNS).

For å starte programmet, still inn intensiteten ved å trykke på **CH1+-knappen**.

Gjenta til du kjenner en prikkende følelse via øreklipsen. Fortsett å trykke til du kjenner en følelse som er komfortabel for din behandling. Hvis intensiteten føles for sterk eller ubehagelig, trykker du på **CH1-** for å redusere til et komfortabelt nivå.

Programmet starter når du trykker på **CH1+** for første gang. Slapp av og la programmet fullføre.

Etter at programmet er ferdig, trykker du på **strømknappen** for å slå av enheten.

Trekk elektrodene forsiktig av huden og plasser dem tilbake på plastarket, og oppbevar dem i folieposen.

For å bruke enheten igjen, følger du bare behandlingsinstruksjonene som beskrevet over. Parameterne vil være lagret fra din forrige økt, så det er ikke nødvendig å stille dem inn ved hver bruk.

Timeren lagres ikke og må velges ved hver bruk.

