

## Pain Reliever HeatTens (HV-F311-E)

- Pain Reliever. Instruction Manual.
- Appareil anti-douleur. Mode d'emploi.
- Schmerztherapiegerät. Gebrauchsanweisung.
- Dispositivo per il trattamento del dolore. Manuale di istruzioni.
- Dispositivo para alivio del dolor. Manual de instrucciones.
- Apparaat ter verlichting van pijn. Gebruiksaanwijzing.
- Электронейромиостимулятор для обезболивания.  
Руководство по эксплуатации.
- Ağrı Giderici. Kullanım Kılavuzu.

• وحدة تخفيف الألم. دليل التعليمات.

## Table des matières

<b>Avant d'utiliser l'appareil.....</b>	<b>41</b>	ÉTAPE 3 – Choisissez la température... 59
Introduction.....	41	ÉTAPE 4 – Choisissez 1 des
Mesures de sécurité et avertissements		9 modes TENS ..... 60
importants.....	43	ÉTAPE 5 – Choisissez le niveau de
Familiarisation avec l'appareil.....	49	puissance préféré
Contenu de l'emballage.....	49	(1 faible – 20 fort)..... 63
Accessoires médicaux en option .....	49	Conseils pour traiter et soulager votre
Les touches et leurs fonctions.....	50	douleur..... 64
Inspection de l'appareil et recharge		Quand dois-je commencer le
de la pile .....	51	traitement ?..... 64
ÉTAPE 1 – Connectez l'adaptateur secteur		Traitez rapidement votre douleur ..... 64
à la prise de l'appareil .....	51	Combien de temps dois-je l'utiliser ?... 64
ÉTAPE 2 – Insérez la fiche d'alimentation		Quand dois-je arrêter d'utiliser
dans une prise de courant... 51		l'appareil ?..... 64
Icône des piles .....	52	<b>Nettoyage et stockage ..... 65</b>
ÉTAPE 3 – Débranchez la fiche		Nettoyage et stockage .....
d'alimentation dès que la pile		Nettoyage du câble avec électrodes... 65
est complètement chargée... 52		Nettoyage de l'unité principale..... 65
<b>Instructions de fonctionnement.....</b>	<b>53</b>	Quand devez-vous changer
Étapes d'assemblage .....	53	les gels ?..... 65
ÉTAPE 1 – Préparez les électrodes.....	53	Stockage des électrodes avec gels... 66
ÉTAPE 2 – Placez les gels sur		Stockage de l'unité principale et
les électrodes.....	53	des électrodes avec gels..... 66
ÉTAPE 3 – Collez les électrodes sur		<b>Dépannage ..... 67</b>
le corps.....	54	<b>Données techniques ..... 72</b>
Commencez votre traitement .....	55	<b>Informations importantes sur la</b>
ÉTAPE 1 – Placement des électrodes... 55		<b>compatibilité électromagnétique (CEM)..... 75</b>
ÉTAPE 2 – Choisissez votre traitement		<b>Garantie ..... 76</b>
préfééré.....	58	

## Introduction

Merci d'avoir acheté le HeatTens d'OMRON. Afin d'utiliser cet appareil en toute sécurité, lisez attentivement l'intégralité de ce mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil pour la première fois. Conservez ce mode d'emploi dans un endroit pratique ou conservez-le avec l'appareil pour vous y référer ultérieurement.

Cette boîte contient les composants suivants :

- Unité principale
- Câble avec électrodes
- Support pour électrodes
- Gels (2 paires)
- Mode d'emploi
- Adaptateur secteur

### Comment la technique TENS et CHALEUR fonctionne-t-elle ?

Les physiothérapeutes utilisent la combinaison de chaleur et de TENS depuis des décennies.

La CHALEUR réchauffe et relâche le muscle pour le soulager tout en améliorant la circulation sanguine. La technique TENS soulage la douleur et a un triple effet :

1. Elle bloque le message douloureux vers le cerveau.
2. Elle augmente la production de l'analgésique naturel du corps, les endorphines.

3. Elle améliore la circulation sanguine (du fait des contractions et relâchements musculaires répétés).

### Utilisation prévue

#### Usage médical

OMRON HeatTens est un appareil anti-douleur destiné à diminuer et soulager les douleurs musculaires et articulaires, ainsi que la raideur et l'engourdissement du dos, des bras, des jambes, des épaules et des pieds par l'application d'une neurostimulation électrique à la surface de la peau, près de la zone douloureuse. Le HeatTens produit une chaleur relaxante et soulage la douleur grâce à la technologie TENS. Il s'utilise chez les patients adultes, sur une peau normale, saine, sèche et propre.

Tous les modes peuvent être utilisés en toute sécurité sur les parties du corps ou pour les douleurs décrites dans ce mode d'emploi. Il vous suffit de trouver le mode qui convient à votre douleur. Il peut être utilisé en association avec un autre traitement ou médicament antalgique.

## Introduction

---

Depuis les années 1970, la technique TENS a été utilisée par de nombreux professionnels de santé, comme les physiothérapeutes et les spécialistes de la douleur, pour soulager la douleur.

### **Utilisateur**

Cet appareil est destiné à être utilisé par des adultes à même de comprendre ce mode d'emploi. Il n'est pas destiné à une utilisation professionnelle dans les hôpitaux ou autres établissements médicaux ; il est réservé à un usage à domicile.

## Mesures de sécurité et avertissements importants



Il est important de lire l'ensemble des mises en garde et précautions de ce mode d'emploi car elles permettront d'assurer votre sécurité, d'empêcher que vous vous blessiez ou que vous endommagiez l'appareil.

### SYMBOLES DE SÉCURITÉ UTILISÉS DANS LE PRÉSENT MODE D'EMPLOI

#### **DANGER**

Une utilisation inadéquate peut être dangereuse et entraîner le décès ou de graves lésions. Voici les situations dans lesquelles cet appareil ne doit pas être utilisé.

#### **AVERTISSEMENT**

Indique une situation potentiellement dangereuse qui, si elle n'est pas évitée, peut entraîner le décès ou de graves lésions.

#### **ATTENTION**

Indique une situation potentiellement dangereuse qui, si elle n'est pas évitée, peut entraîner des lésions légères à modérées chez l'utilisateur ou le patient, ou endommager l'appareil ou d'autres objets.

### **DANGER**

#### **N'utilisez pas cet appareil avec ces autres appareils :**

- Si vous portez un stimulateur cardiaque, un défibrillateur implantable ou tout autre dispositif électronique implantable en métal. L'utilisation concomitante de ces appareils pourrait causer un choc électrique, des brûlures, des interférences électriques ou le décès. 
- Avec un autre appareil TENS.
- Avec un dispositif médical électronique de survie, comme un cœur ou un poumon artificiel ou un appareil d'assistance respiratoire.
- Pour les hôpitaux et cliniques, en présence ou en cas d'utilisation d'appareils électroniques de surveillance (par ex. moniteurs cardiaques, alarmes ECG), susceptibles de connaître des dysfonctionnements lorsque l'appareil de stimulation électrique est utilisé.
- Pour les hôpitaux et cliniques, le raccordement simultané d'un patient à un équipement électronique chirurgical à haute fréquence peut provoquer des brûlures à l'emplacement des électrodes du stimulateur et potentiellement endommager le stimulateur.

- Pour les hôpitaux et cliniques, l'utilisation à proximité immédiate (par ex. 1 m) d'un équipement électronique médical à ondes courtes ou micro-ondes peut engendrer une instabilité de la tension de sortie du stimulateur.

### **Consultez votre professionnel de santé avant d'utiliser cet appareil dans ces conditions.**

- ⚠ Cet appareil peut provoquer des troubles mortels du rythme cardiaque chez certains individus prédisposés. Si vous avez récemment subi une intervention chirurgicale, la stimulation peut perturber le processus de guérison.
- ⚠ Si vous suivez un traitement médical ou physique pour votre douleur.
- ⚠ Si une maladie cardiaque ou une épilepsie est soupçonnée ou diagnostiquée.

### **Ces personnes ne doivent pas utiliser l'appareil**

- ⚠ Femmes enceintes.
- ⚠ N'utilisez pas cet appareil chez les enfants de moins de 15 ans car son utilisation dans la population pédiatrique n'a pas été évaluée.
- ⚠ Gardez l'appareil hors de portée des jeunes enfants. Le cordon électrique pourrait présenter un risque de strangulation et l'appareil contient de petites pièces pouvant être avalées.
- ⚠ Personnes incapables d'exprimer leurs pensées ou leurs intentions.
- ⚠ Personnes incapables de faire fonctionner l'appareil elles-mêmes.
- ⚠ Soyez prudent si vous avez tendance à avoir des hémorragies internes, à la suite d'une lésion ou d'une fracture par exemple.

**⚠ N'APPLIQUEZ JAMAIS LES ÉLECTRODES SUR LES ZONES SUIVANTES :**

	La tête, la bouche ou toute autre partie du visage.
	Le cou ou toute autre partie de la gorge car cela pourrait provoquer de graves spasmes musculaires pouvant entraîner une obturation des voies respiratoires, des difficultés respiratoires ou des effets indésirables sur le rythme cardiaque ou la pression artérielle.
	N'utilisez pas cet appareil près du cœur, ni sur les parties génitales.
	Des deux côtés du thorax en même temps (sur les côtés ou à l'avant et à l'arrière), ou sur la poitrine et le dos en même temps, car le passage d'un courant électrique peut provoquer des troubles du rythme cardiaque, pouvant être mortels.
	

	Sur les mollets des deux jambes en même temps car cela pourrait causer des troubles cardiaques.
	Sous la plante des deux pieds en même temps car cela pourrait causer des troubles cardiaques.

Plaies ouvertes, rougeurs, zones gonflées, rouges, infectées ou enflammées ou éruptions cutanées (comme des varices, une phlébite, une thrombophlébite ou une thrombose) ou au-dessus ou près de lésions cancéreuses ou de zones de peau où les sensations ne sont pas normales.

**N'utilisez pas cet appareil lors des activités suivantes**

- ⚠ Dans le bain ou sous la douche ;
- ⚠ En dormant ;
- ⚠ En conduisant, en utilisant des machines ou lors de toute activité au cours de laquelle une stimulation électrique peut engendrer un risque de blessure.
- ⚠ Lorsque vous faites du sport ou transpirez.

### **Avertissements concernant l'utilisation de l'appareil**

- ⚠ N'utilisez pas cet appareil sur ou à proximité de tout autre appareil ou élément chauffant.
- ⚠ N'utilisez pas cet appareil sous une couverture.
- ⚠ N'utilisez pas de chaleur sur un muscle ou une articulation qui a gonflé ou présente un œdème. Cela risque d'aggraver la douleur ou l'état.
- ⚠ N'utilisez pas l'appareil sur des zones sensibles de la peau ou dans les zones présentant une mauvaise circulation sanguine.
- ⚠ N'utilisez pas la fonction chauffante si vous avez des problèmes de sensibilité à la chaleur.
- ⚠ Si vous utilisez l'appareil sur des personnes âgées, soyez prudent car ces personnes ont une sensibilité cutanée plus grande.
- ⚠ Si l'appareil est trop chaud, arrêtez immédiatement de l'utiliser.
- ⚠ N'enfichez pas le câble avec électrodes dans un appareil qui n'est pas un HeatTens.
- ⚠ Ne modifiez pas cet appareil.
- ⚠ N'utilisez cet appareil qu'avec l'adaptateur secteur, le câble et les accessoires fournis par OMRON.
- ⚠ Si votre douleur ne s'atténue pas, devient réellement chronique ou grave ou dure plus de 5 jours, arrêtez d'utiliser l'appareil.

- ⚠ La douleur est un avertissement émis par l'organisme pour signaler un problème.
- ⚠ Si vous observez des effets indésirables dus à l'appareil, arrêtez de l'utiliser.

### **Avertissements concernant les électrodes**

- ⚠ N'appliquez les électrodes que sur une peau normale, intacte, propre, saine.
- ⚠ Si vous présentez une irritation ou des rougeurs cutanées après une séance, arrêtez d'utiliser la stimulation électrique sur cette zone.
- ⚠ Les électrodes ne peuvent être utilisées qu'avec les gels OMRON.
- ⚠ L'électrode portant du gel ne peut entrer en contact avec aucun liquide pendant le traitement.

### **Précautions concernant les électrodes**

- ⚠ Ne déplacez pas les électrodes à un autre endroit quand l'appareil est en fonctionnement.
- ⚠ Vérifiez que les éléments sont bien connectés et que les électrodes sont bien fixées sur la partie du corps que vous souhaitez traiter ; sinon, le traitement pourrait être inefficace.

- ⚠ Les électrodes ne doivent toucher aucun objet métallique, comme une boucle de ceinture, un collier ou d'autres métaux portés sous les vêtements.
- ⚠ Ne prêtez pas vos électrodes à une autre personne. Cela pourrait entraîner une irritation ou une infection cutanée. Les électrodes ne doivent être utilisées que par une seule et même personne.
- ⚠ Ne laissez pas les électrodes collées à la peau après la fin du traitement.
- ⚠ Ne tordez et ne pliez pas les électrodes car cela pourrait endommager le gel et elles pourraient ne plus coller ou ne plus fonctionner correctement.
- ⚠ Pour éviter d'endommager la surface adhésive des électrodes, placez-les uniquement sur la peau ou sur le support en plastique prévu à cet effet.
- ⚠ Assurez-vous que les électrodes sont propres et placez-les toujours conformément aux illustrations de ce mode d'emploi (voir les pages 55-57, Placement des électrodes).
- ⚠ N'appliquez aucune crème, ni aucun solvant sur les électrodes ou sur votre peau car cela empêcherait les électrodes de fonctionner correctement.

- ⚠ Les électrodes ne fonctionnent pas correctement sans le gel. Ils doivent être utilisés ensemble pour être sûrs et efficaces.

### **Attention lors de l'utilisation de l'appareil** **Unité principale**

- ⚠ Soyez prudent si les électrodes sont appliquées près de l'utérus pendant les règles.
- ⚠ Si l'appareil ne fonctionne pas correctement ou si vous ressentez une gêne, arrêtez immédiatement de l'utiliser.
- ⚠ N'utilisez pas cet appareil à des fins autres que celles pour lesquelles il a été conçu.
- ⚠ Ne le placez pas dans une pièce humide, comme la salle de bains. Cela endommagerait l'appareil.
- ⚠ N'utilisez pas cet appareil si l'éclairage est insuffisant. Vous pourriez avoir du mal à le faire fonctionner correctement.
- ⚠ Pendant l'utilisation de cet appareil, veillez à ce qu'aucun téléphone mobile ou autre appareil électrique émettant des champs électromagnétiques ne soit situé à moins de 30 cm sous peine d'en perturber le fonctionnement.

### **Câble**

- ⚠ N'insérez pas la prise du câble d'électrode dans un autre endroit que la prise de l'appareil.
- ⚠ Ne tirez pas sur le câble pendant le traitement. Ne tordez pas l'extrémité du câble et ne tirez pas dessus.
- ⚠ Quand vous retirez le câble de l'appareil, maintenez la prise et tirez.

### **Précautions générales**

- ⚠ Les effets à long terme de la stimulation électrique ne sont pas connus.
- ⚠ La technique TENS ne peut pas traiter la source ou la cause première de la douleur, y compris s'il s'agit de maux de tête.
- ⚠ La technique TENS ne peut pas remplacer les médicaments anti-douleur et les autres traitements de la douleur.
- ⚠ TENS est un traitement symptomatique et, à ce titre, il supprime la sensation de douleur qui, en d'autres circonstances, servirait de mécanisme de protection.

### **Réactions indésirables éventuelles**

- ⚠ Ne traitez pas la même zone pendant une longue durée (pas plus de 30 minutes par séance, jusqu'à 3 fois/jour). Cela pourrait épuiser les muscles de cette région et les rendre douloureux.

# Familiarisation avec l'appareil

## Contenu de l'emballage

Unité principale



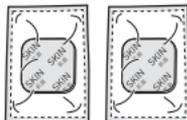
Câble avec électrodes



Support pour électrodes



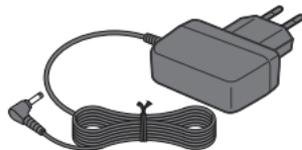
Gels (2 paires)



Mode d'emploi



Adaptateur secteur  
(HHP-CM11)



FR

## Accessoires médicaux en option

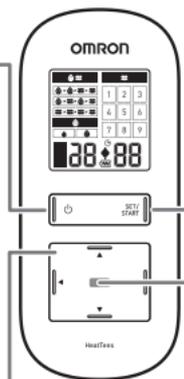
(dans le cadre de la directive CE sur les dispositifs médicaux 93/42/CEE)

Description du produit	Modèle
Gels (Contenu : 4 paires)	HV-PAD-3E

## Les touches et leurs fonctions

### Bouton (marche)

Appuyez une fois pour mettre sur « ON » et appuyez de nouveau pour mettre sur « OFF ».



### Bouton SET/START

Appuyez pour confirmer le traitement, la température et le mode et/ou pour démarrer le traitement.

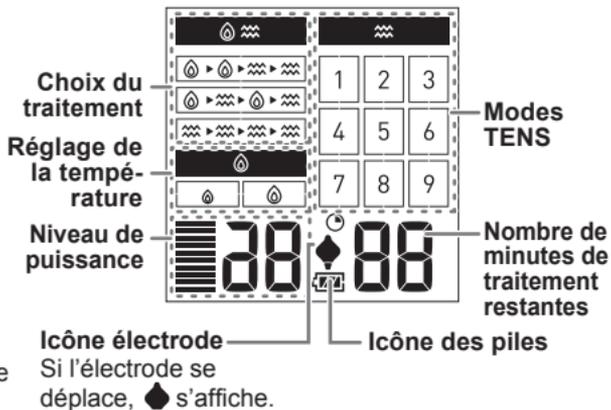
### Lueur rouge

Le témoin rouge est allumé lorsque la fonction de chauffage est active.

### Touches fléchées

À régler en fonction de vos besoins.

Appuyez sur ▲ (haut) ou ► (droite) pour augmenter la puissance ou la température TENS.  
Appuyez sur ▼ (bas) ou ◀ (gauche) pour diminuer la puissance ou la température TENS.



## Inspection de l'appareil et recharge de la pile

Avant l'utilisation, vérifier que :

1. Le câble n'est pas cassé.
2. Les gels ne sont pas endommagés.
3. La connexion entre le câble et l'électrode n'est pas endommagée.
4. L'appareil est intact.

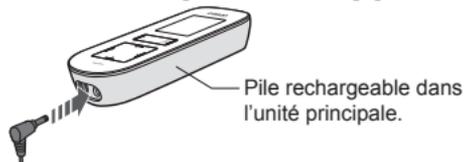
### Avant la première utilisation :

Nous recommandons de charger complètement la pile à 100 %. La charge complète d'une pile épuisée demande environ 5 heures.

Une fois complètement chargée, la pile a une autonomie de 4 fois 30 minutes en moyenne.

**Remarque :** si vous n'avez pas utilisé l'appareil pendant 3 mois, rechargez la pile.

## ÉTAPE 1 – Connectez l'adaptateur secteur à la prise de l'appareil



## ÉTAPE 2 – Insérez la fiche d'alimentation dans une prise de courant



- Pendant la charge de la pile, l'icône des piles clignote à l'écran.

En charge



- Lorsque la charge est complète, l'icône des piles s'affiche brièvement à l'écran puis s'éteint. Appuyez sur le bouton  (marche) pour vérifier que la pile est complètement chargée.

## Icône des piles

**Remarque :** pendant la charge de la pile, l'unité principale ne fonctionne pas.

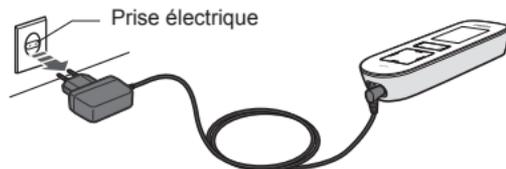
Affichage	Signification
	La pile est entièrement chargée.
	La pile est chargée à moitié.
	La pile est presque déchargée.
	La pile est épuisée.

## Durée de vie de la pile

La pile rechargeable assurera 500 utilisations de 30 minutes à charge pleine et dans des conditions de température normale de 23 °C. La durée de vie des piles dépend des conditions d'utilisation et de stockage.

**Remarque :** la température ambiante pendant la recharge de la pile doit se situer entre +5 et +35 °C.

## ÉTAPE 3 – Débranchez la fiche d'alimentation dès que la pile est complètement chargée



## Étapes d'assemblage

### ÉTAPE 1 – Préparez les électrodes

Insérez la prise dans la partie inférieure gauche de l'unité principale.



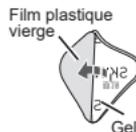
**Remarque :** n'allumez pas l'appareil tant que les électrodes ne sont pas sur votre peau.

### ÉTAPE 2 – Placez les gels sur les électrodes

- Retirez les gels de la poche en plastique scellée.

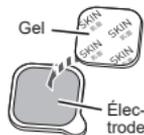
**Remarque :** chaque gel est recouvert d'un film de chaque côté. Un film est vierge (sans texte), l'autre porte un texte (« SKIN » - peau).

- Retirez le film plastique vierge.



FR

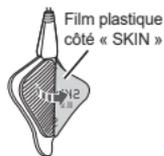
- Placez les gels sur le côté noir des électrodes.



**Remarque :** veillez à ce que les gels soient placés uniformément et correctement, sans bulles, plis ou pièces manquantes.

## Étapes d'assemblage

- Le gel doit porter la mention « SKIN » sur sa partie supérieure. Retirez le film plastique du côté « SKIN » et placez les électrodes sur la peau.



### ÉTAPE 3 – Collez les électrodes sur le corps

Nettoyez et séchez la zone de peau concernée pour éliminer toute trace de lotions/huiles/transpiration/pommade. Assurez-vous que les électrodes collent à la peau.



**Remarque :** veuillez vous reporter au chapitre suivant pour le placement des électrodes.

### Pour un traitement optimal :

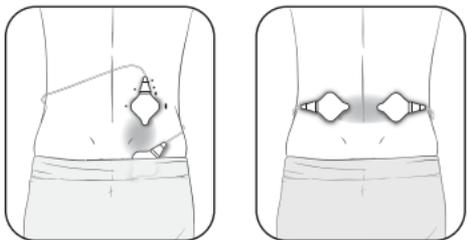
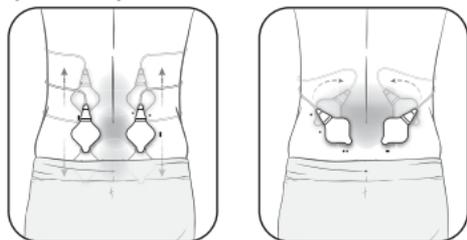
- ⚠ Placez les électrodes de chaque côté de la zone douloureuse, pas directement sur la zone douloureuse.
- ⚠ Laissez un espace d'au moins 2,5 cm entre chaque électrode pour obtenir un résultat optimal.
- ⚠ Pour que le traitement fonctionne : utilisez toujours deux électrodes.
- ⚠ N'empilez pas les électrodes et ne les posez pas l'une sur l'autre.

**Remarque :** débranchez l'adaptateur secteur lorsque vous utilisez l'appareil.

## Commencez votre traitement

### ÉTAPE 1 – Placement des électrodes

Nettoyez et séchez la zone concernée pour éliminer toute trace de lotions/huiles/transpiration/pommade.



#### BAS DU DOS

Collez les deux électrodes dans le bas de votre dos selon l'emplacement de la zone douloureuse.

Pour un traitement optimal, placez les électrodes sur les muscles du dos, pas sur la colonne.



#### BAS DU DOS

Collez 1 électrode au-dessus et en dessous de la zone douloureuse, du même côté du corps.



#### BRAS

Collez les deux électrodes de chaque côté de la zone douloureuse.



#### ARTICULATION (COUDE)

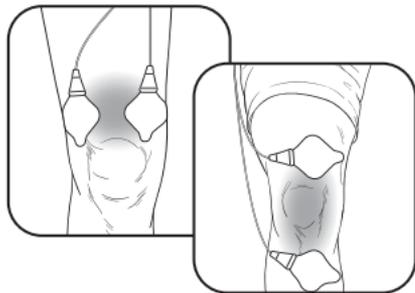
Collez les deux électrodes de chaque côté de l'articulation douloureuse.



#### JAMBE (HANCHE ET CUISSE)

Collez les deux électrodes de chaque côté de la zone douloureuse.

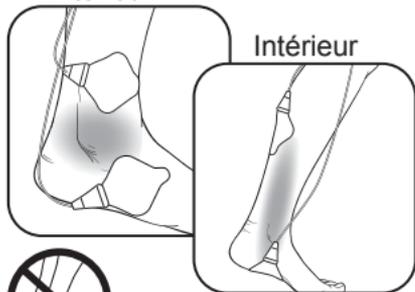
## ÉTAPE 1 – Placement des électrodes



### ARTICULATION (GENOU)

Collez les deux électrodes au-dessus du genou ou au-dessus et en dessous de l'articulation douloureuse.

Extérieur

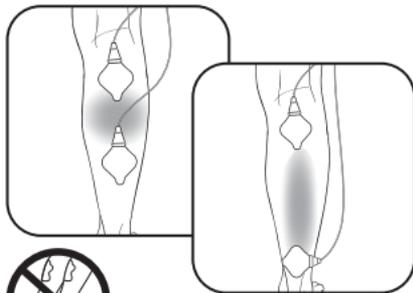


Intérieur

### PIED (CHEVILLE)

Collez les électrodes sur la gauche si la douleur est située à l'extérieur de votre cheville/pied. Collez les électrodes sur la droite si la douleur est située à l'intérieur de votre cheville/pied.

**⚠ Ne placez pas les électrodes en même temps sous la plante des deux pieds.**



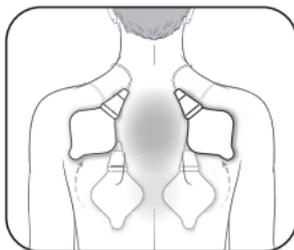
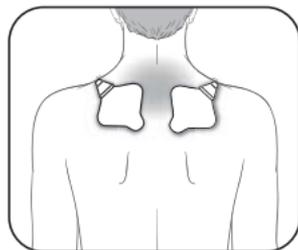
### JAMBE (MOLLET)

Collez les deux électrodes sur le mollet douloureux.

**⚠ Ne placez pas les électrodes en même temps sur les deux mollets.**

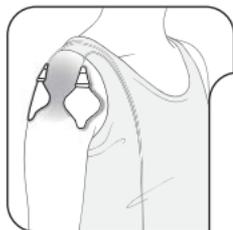


## ÉTAPE 1 – Placement des électrodes



### ÉPAULE

Collez les deux électrodes sur l'épaule, selon l'emplacement de la zone douloureuse.



### ÉPAULE

Collez 1 électrode à l'avant et à l'arrière de l'épaule.

FR



**⚠ Ne placez pas les électrodes près du cœur, ni des deux côtés du thorax, ni sur la poitrine et le dos en même temps, car le passage d'un courant électrique peut provoquer des troubles du rythme cardiaque, pouvant être mortels.**

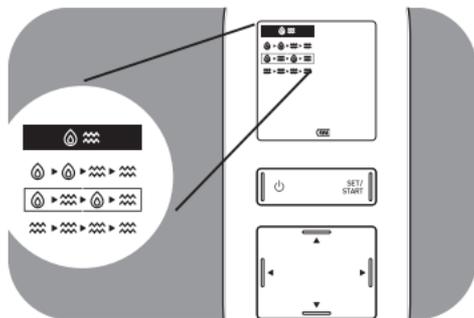
Commencez votre traitement

## ÉTAPE 2 – Choisissez votre traitement préféré

Appuyez sur le bouton  (marche) pour allumer l'appareil. Sélectionnez 1 des 3 traitements à l'aide des touches fléchées   (haut/bas). Appuyez ensuite sur le bouton SET/START pour confirmer le traitement.

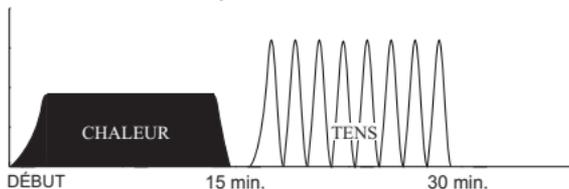
**Remarque : tous les traitements s'arrêtent automatiquement après 30 minutes.**  
**Pour changer de traitement, éteignez puis rallumez l'unité principale.**

Trois traitements disponibles



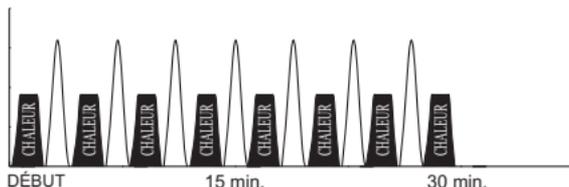
Traitement   

-Chaleur 15 min., TENS 15 min.



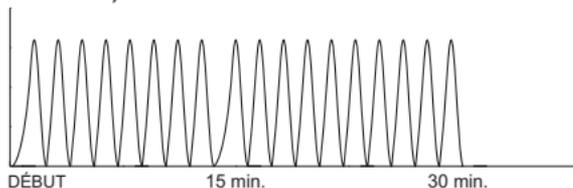
Traitement     

-Courtes séquences de CHALEUR / TENS / CHALEUR / TENS en alternance pendant 30 min.



Traitement 

-Stimulation électrique uniquement (pendant 30 min.).

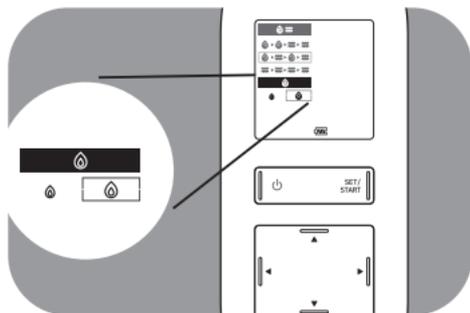


### ÉTAPE 3 – Choisissez la température

Sélectionnez Chaleur  (faible) ou  (forte) à l'aide des touches fléchées ◀▶ (gauche/droite). Appuyez ensuite sur le bouton SET/START pour confirmer le réglage de la chaleur.

**Remarque : le réglage de la chaleur ne s'applique qu'aux traitements**

 ▶  ▶  ▶  /  ▶  ▶  ▶  .



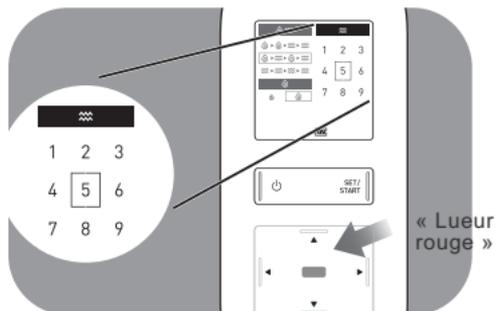
**Remarque : Chaleur  (faible) : 42 °C**  
**Chaleur  (élevée) : 43 °C**  
**La température réelle ressentie peut varier en fonction de l'état de la peau, de l'âge, de l'emplacement de la douleur, et d'autres facteurs.**

Commencez votre traitement

## ÉTAPE 4 – Choisissez 1 des 9 modes TENS

Sélectionnez un  (mode TENS) à l'aide des 4 touches fléchées. Appuyez ensuite sur le bouton SET/START pour confirmer le mode TENS.

**Remarque :** les traitements  et  et  commencent par la « CHALEUR ». Une lueur rouge est visible lorsque la fonction Chaleur est activée.

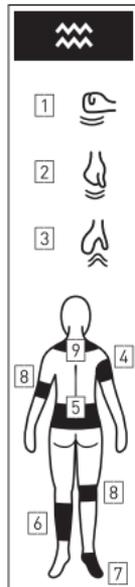


## Sélection du bon mode TENS

Chaque mode peut être utilisé sur les parties du corps ou pour les douleurs décrites dans ce mode d'emploi.

Sélectionnez le mode qui semble soulager votre douleur.

**Remarque :** voir le côté de l'appareil pour des informations faciles sur le fonctionnement.



## ÉTAPE 4 – Choisissez 1 des 9 modes



Traitement par partie du corps	Problèmes éventuels	Sensation
<b>Mode 1 - Tapotement</b>	Raideur, douleur, sensation de tension.	Série de tapotements de faible vitesse.
<b>Mode 2 - Malaxage</b>	Raideur, courbature ou douleur, muscles noués, sensation de tension.	Série de pulsations de vitesse modérée, semblables à un massage.
<b>Mode 3 - Frottement</b>	Raideur, courbature ou douleur, muscles noués, sensation de tension.	Série de pulsations de vitesse rapide, semblables au frottement des mains.
<b>Mode 4 - Bras</b>	Gonflement, raideur, douleur ou courbature, douleur musculaire ou nerveuse.	Série de tapotements, de sensations de picotements et de pulsations de vitesse faible à modérée.

## ÉTAPE 4 – Choisissez 1 des 9 modes



Traitement par partie du corps	Problèmes éventuels	Sensation
<b>Mode 5 – Bas du dos</b>	Raideur, douleur, spasme musculaire, douleur nerveuse.	Série de picotements, suivis de tapotements, de vitesse rapide à faible. En augmentant la puissance, vous ressentirez probablement des sensations semblables à un malaxage ou un massage.
<b>Mode 6 - Jambe</b>	Gonflement, fatigue, raideur, douleur musculaire ou nerveuse.	Série de tapotements et de sensations de frottements faibles à modérés.
<b>Mode 7 - Pied</b>	Gonflement, fatigue, sensation de froid, courbature ou douleur.	Série de tapotements et de sensations de pulsations de faible vitesse.
<b>Mode 8 - Articulation</b>	Gonflement, raideur, courbature ou douleur.	Série de tapotements et de sensations de pulsations de vitesse modérée à rapide.
<b>Mode 9 - Épaule</b>	Raideur, courbature ou douleur, sensation de tension.	Série de tapotements, de pulsations et de malaxage de vitesse faible à rapide et sensations semblables à un massage.

## ÉTAPE 5 – Choisissez le niveau de puissance préféré (1 faible – 20 fort)

Appuyez sur le bouton SET/START pour commencer au niveau de puissance le plus bas et augmentez-le lentement en appuyant sur la touche fléchée ▲ (haut). Vous devriez sentir de légères pulsations.

Lorsque l'unité principale est en mode de stimulation « TENS », vous pouvez choisir le niveau de puissance préféré.

### Comment choisir le niveau de puissance correspondant à ma douleur ?

Sélectionnez la puissance préférée à l'aide des touches fléchées ▲ ▼ (haut/bas).

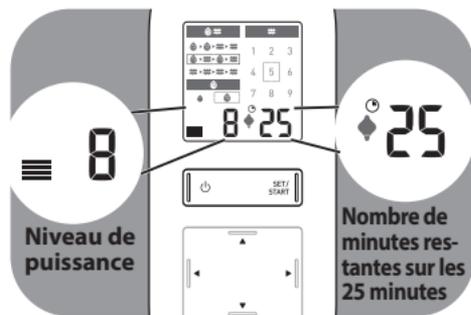
Si la sensation de stimulation est trop faible, augmentez la stimulation à l'aide de la touche ▲ (haut) jusqu'au niveau souhaité.

Si la stimulation est inconfortable, diminuez-la à l'aide de la touche fléchée ▼ (bas) ou essayez un autre mode TENS.

### Durée du traitement

L'appareil fonctionne 30 minutes avant de s'éteindre automatiquement. Un traitement maximum de 30 minutes par séance est recommandé, à répéter trois fois/jour.

L'affichage vous indique le nombre de minutes restantes.



## Conseils pour traiter et soulager votre douleur

### Quand dois-je commencer le traitement ?

Utilisez l'appareil dès que votre douleur apparaît. Commencez par une séance (l'appareil s'éteint automatiquement au bout de 30 minutes). Éteignez l'appareil avant de retirer les électrodes.

### Traitez rapidement votre douleur

En traitant rapidement votre douleur, vous pouvez l'empêcher de s'aggraver, voire même de devenir chronique. Il est préférable que vous puissiez contrôler votre douleur à un stade précoce, pour éviter qu'elle n'atteigne un niveau où elle limitera vos activités quotidiennes.

### Combien de temps dois-je l'utiliser ?

Commencez par une séance de 30 minutes. Éteignez toujours l'appareil avec les électrodes encore en place. Évaluez votre douleur avant et après le traitement pour contrôler vos progrès, sur une échelle de 1 (douleur faible) à 10 (douleur forte). Arrêtez la séance de traitement si la douleur diminue ou disparaît.

**⚠ Voir précautions à la page 48.**

**Un traitement de longue durée et une stimulation intense peuvent provoquer une fatigue musculaire et entraîner des effets indésirables.**

### Quand dois-je arrêter d'utiliser l'appareil ?

1. Si vous avez eu une réaction indésirable (irritation cutanée/rougeurs/brûlures, maux de tête ou autre sensation douloureuse ou si vous ressentez une gêne inhabituelle).
2. Si votre douleur ne s'atténue pas, devient réellement chronique ou grave ou dure plus de 5 jours.

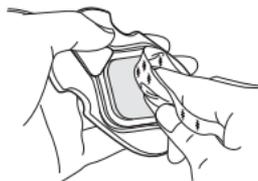
N'oubliez pas : l'appareil ne soigne pas la cause originale de la douleur. Il procure un soulagement ou une réduction de la douleur provisoire afin de vous permettre de mieux gérer votre vie et vos activités.

## Nettoyage et stockage

**Le câble avec électrodes et l'unité principale peuvent être nettoyés, mais vous ne pouvez pas nettoyer les gels.**

### Nettoyage du câble avec électrodes

1. Retirez le gel et éliminez-le avant de nettoyer l'électrode.
2. Si l'électrode est sale ou souillée, frottez-en la surface à l'aide d'un chiffon doux légèrement humidifié d'eau ou d'un détergent neutre.



3. Laissez sécher à l'air avant de placer de nouveaux gels sur les électrodes.  
Ne réutilisez pas des gels usagés.
4. Il est possible de changer les gels.  
Des gels de remplacement sont en vente.

**Remarque :** reportez-vous à la page 49.

### Nettoyage de l'unité principale

1. Éteignez l'appareil et déconnectez le câble avec électrodes de l'appareil.
2. Nettoyez l'unité principale avec un chiffon légèrement humide ou imbibé d'une solution nettoyante neutre (douce) en frottant doucement.
  - N'utilisez pas de produits chimiques (comme un diluant ou du benzène).
  - Évitez que de l'eau entre à l'intérieur de l'appareil.

### Quand devez-vous changer les gels ?

Si le gel ne colle plus fermement à votre peau ou si plus de 25 % de la surface du gel n'est pas en contact avec votre peau.

### Stockage des électrodes avec gels

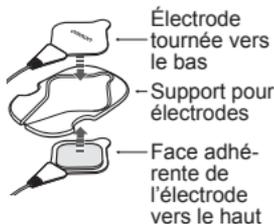
1. Éteignez l'appareil et retirez le câble de la base de l'appareil.



**Remarque :** dans le cas contraire, cela pourrait endommager le câble.

2. Décollez les électrodes de votre corps.

3. Mettez les électrodes sur leur support, 1 électrode de chaque côté, avec la face adhérente de l'électrode sur le support.



4. Enroulez le câble avec électrodes autour du support.



### Stockage de l'unité principale et des électrodes avec gels



Température de stockage  
0 à +40 °C / 30 à 80 % d'humidité relative.

**Pour toute information concernant la mise au rebut de l'appareil, reportez-vous à la section « Mise au rebut correcte de ce produit » à la page 75.**

## Dépannage

Si l'un quelconque des problèmes ci-dessous se produit pendant l'utilisation, vérifiez avant tout qu'aucun autre appareil électrique ne se trouve à moins de 30 cm. Si le problème persiste, reportez-vous au tableau ci-dessous.

Dans ce cas...	Causes possibles...	Essayez cette solution...
<b>Vous ne sentez aucune puissance. Niveau de puissance très faible.</b>	Vous n'utilisez qu'une électrode ?	Placez l'autre électrode sur votre peau. Vous devez utiliser les deux électrodes pour que le traitement fonctionne.
	Avez-vous retiré le film transparent des gels ?	Décolliez le film de la surface adhésive des gels.
	Les électrodes sont-elles empilées ou superposées ?	Vérifiez le placement des électrodes. Reportez-vous à la section « Placement des électrodes ».
	Le câble est-il correctement branché à l'unité principale ?	Branchez correctement la prise du câble à la prise située à la base de l'unité.
	La puissance est-elle trop faible ?	Appuyez sur la touche fléchée ▲ (haut).
	Le gel est-il endommagé ?	Remplacez le gel.
	Il est possible que la pile ne soit pas suffisamment chargée.	Rechargez complètement la pile.
<b>Votre peau devient rouge ou irritée.</b>	Le gel est-il sale ?	Remplacez le gel.
	La durée du traitement est peut-être trop longue.	Utilisez l'appareil moins de 30 minutes.
	Les 2 électrodes sont-elles bien collées sur le corps ?	Reportez-vous à la section « Placement des électrodes » et collez-les correctement.
	La surface du gel est-elle usée ?	Remplacez les deux gels en même temps.

## Dépannage

Dans ce cas...	Causes possibles...	Essayez cette solution...
L'affichage ne fonctionne pas.	La pile est peut-être épuisée.	Rechargez complètement la pile.
	La pile est-elle correctement chargée ?	Contrôlez que l'adaptateur secteur est correctement raccordé à l'appareil. Vérifiez si l'adaptateur secteur est raccordé à une prise de courant.
L'appareil s'arrête en cours d'utilisation.	La charge de la pile est peut-être extrêmement faible.	Rechargez complètement la pile.
	Le câble avec électrodes est peut-être rompu.	Reportez-vous aux conditions de garantie.
	Vous n'utilisez qu'une électrode ?  (icône de l'électrode) s'affiche.	Placez l'autre électrode sur votre peau. Vous devez utiliser les deux électrodes pour que le traitement fonctionne.
L'icône des piles est vide ou presque vide. 	La pile est vide ou presque vide.	Rechargez complètement la pile.

Dans ce cas...	Causes possibles...	Essayez cette solution...
<b>Le gel ne colle pas à la peau.</b>	Avez-vous retiré le film transparent des gels ?	Décollez le film de la surface adhésive des gels.
	L'électrode est-elle mouillée ? Ou votre peau est-elle trop humide ?	Laissez sécher les électrodes à l'air libre. Ou séchez la peau.
	La peau porte-t-elle des traces de lotions/huiles/transpiration/pommade ?	Nettoyez et séchez la peau.
	Le gel est peut-être endommagé.	Remplacez le gel.
	Votre peau est-elle trop poilue ?	Rasez la zone avoisinante pour permettre une adhérence correcte des électrodes.
	Les gels ont-ils été stockés à des températures élevées, dans un milieu très humide ou au soleil ?	Remplacez les deux gels.
<b>L'unité principale ou l'adaptateur secteur est anormalement chaud(e) pendant la charge de la pile.</b>	L'unité principale ou l'adaptateur secteur est peut-être endommagé(e).	Débranchez immédiatement l'adaptateur secteur de la prise électrique et la fiche du câble de l'unité principale. Reportez-vous aux conditions de garantie.

## Dépannage

Dans ce cas...	Causes possibles...	Essayez cette solution...
<p><b>◆ est affiché.</b></p>	<p>Une seule électrode est fixée ou les deux électrodes ne sont pas fixées.</p>	<p>Recollez le(s) électrode(s) sur la peau en appuyant bien.</p>
	<p>Le film transparent a-t-il été retiré du gel ?</p>	<p>Décollez le film de la surface adhésive des gels.</p>
	<p>Le câble est-il bien branché à l'unité principale ?</p>	<p>Branchez correctement la prise du câble à la prise située à la base de l'unité principale.</p>
	<p>La surface adhésive des gels est-elle sale ou sèche ?</p>	<p>Remplacez les gels.</p>
<p><b>Les électrodes ne chauffent pas. La lueur rouge dans la zone des touches fléchées ▲ ▼ ◀ ▶ n'est pas visible.</b></p>	<p>Le câble est-il correctement branché à l'unité principale ?</p>	<p>Vérifiez si le câble est correctement branché.</p>
	<p>Les câbles avec électrodes sont peut-être rompus.</p>	<p>Reportez-vous aux conditions de garantie.</p>
<p><b>Les électrodes avec gel sont trop chaudes sur la peau et il se dégage une odeur de brûlé.</b></p>	<p>L'électrode avec gel est peut-être cassée ou pliée, ou le câble avec électrodes présente peut-être un court-circuit.</p>	<p>Arrêtez immédiatement d'utiliser l'appareil et reportez-vous aux conditions de garantie.</p>
<p><b>E 1</b> E1 est affiché.</p>	<p>Le câble est-il correctement branché à l'unité principale ?</p>	<p>Vérifiez si le câble est correctement branché. Si l'erreur s'affiche toujours, le câble est peut-être rompu. Reportez-vous aux conditions de garantie.</p>

Dans ce cas...	Causes possibles...	Essayez cette solution...
<p style="text-align: center;"><b>E 2</b></p> <p><b>E2 est affiché.</b></p>	<p>Le câble avec électrodes présente peut-être un court-circuit.</p>	<p>Arrêtez immédiatement d'utiliser l'appareil et reportez-vous aux conditions de garantie.</p>
<p style="text-align: center;"><b>E 3</b></p> <p><b>E3 est affiché.</b></p>	<p>Erreur du dispositif.</p>	<p>L'unité principale est peut-être cassée. Arrêtez immédiatement d'utiliser l'appareil et reportez-vous aux conditions de garantie.</p>
<p style="text-align: center;"><b>E 4</b></p> <p><b>E4 est affiché.</b></p>	<p>L'appareil a été utilisé en dehors de la plage de température de fonctionnement.</p>	<p>Laissez l'appareil dans la plage de température de fonctionnement +10 à +40 °C pendant un moment avant de l'utiliser.</p>
<p><b>La durée de fonctionnement est brève, ou l'appareil ne fonctionne pas, même lorsque la pile est complètement chargée.</b></p>	<p>La raison peut être la durée de vie de la pile rechargeable. Il n'est cependant pas possible de remplacer la pile. Veuillez mettre l'appareil au rebut.</p>	

## Données techniques

Catégorie du produit	Stimulateurs transcutanés électro-analgésiques
Description du produit	Appareil anti-douleur
Modèle (réf.)	HeatTens (HV-F311-E)
Source d'alimentation	Adaptateur secteur (ENTRÉE 100 V-240 V~ 50 Hz-60 Hz, 10-15 VA) Pile lithium-ion intégrée (3,7 V ; environ 1 510 mAh)
Durée de vie des piles	La pile assurera 500 utilisations à charge pleine et dans des conditions de température normale de 23 °C.
Fréquence	Env. 0,7 à 108 Hz
Durée de la PULSATION	100 µs
Tension de sortie maximale	70 V (pendant charge à 500 Ω)
Contrôle de la puissance	20 niveaux de puissance
Température, humidité, pression atmosphérique de fonctionnement	+10 à +40 °C / 30 à 80 % HR / 700 à 1 060 hPa
Température, humidité, pression atmosphérique de stockage	0 à +40 °C / 30 à 80 % HR / 700 à 1 060 hPa
Température pendant la charge de la pile	+5 à +35 °C
Température/humidité/pression atmosphérique de transport	-20 à +60 °C / HR de 10 % à 95 % / 700 à 1 060 hPa

Poids	Env. 220 g
Dimensions extérieures	Environ 71 (L) × 165 (H) × 30,5 (P) mm
Contenu de l'emballage	Unité principale, câble avec électrodes, support pour électrodes, gels (2 paires), mode d'emploi, adaptateur secteur
Classifications	Alimentation interne (fonctionnement), Classe II (adaptateur secteur), type BF (pièce appliquée : gels), IP22 (Protection d'entrée)

**Remarque :** ces spécifications sont sujettes à modification sans préavis.

Ce produit OMRON est fabriqué selon le système de qualité strict d'OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., Japon.

Conçu pour une espérance de vie minimum de 5 ans, sauf les gels. Les gels peuvent être utilisés jusqu'à 30 fois.

**CE 0197** Ce dispositif répond aux dispositions de la directive CE 93/42/CEE sur les dispositifs médicaux.



**CARTON  
+ PAPIER  
A TRIER**

## Données techniques

Description des symboles pouvant figurer, en fonction du modèle, sur le produit même, le conditionnement de vente du produit ou dans le ME			
	Ce produit ne doit pas être utilisé par des individus porteurs d'un dispositif implanté tel que des stimulateurs cardiaques, un cœur artificiel, un poumon artificiel ou autres équipements de survie électroniques.		
	Pièce appliquée - Type BF Degré de protection contre les chocs électriques (courant de fuite)		
IP XX	Indice de protection donné par la norme CEI 60529		Pour un usage à l'intérieur uniquement
	Numéro de série		Symbole de conformité eurasienne
	Indication de la polarité du connecteur		L'utilisateur doit consulter le mode d'emploi
	Marquage CE		Équipement de Classe II
	Symbole GOST-R		Limitation de température
	Limitation d'humidité		Limitation de pression atmosphérique
	Courant continu		Courant alternatif
La date de production du produit est intégrée dans un numéro de série figurant sur le conditionnement de vente : les 4 premiers chiffres indiquent l'année de production, les 2 suivants le mois de production.			

## Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM)

HV-F311-E fabriqué par OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. est conforme à la norme EN60601-1-2:2015 Compatibilité électromagnétique (CEM). D'autres documents relatifs à la norme CEM sont disponibles auprès d'OMRON HEALTHCARE EUROPE à l'adresse indiquée dans le présent mode d'emploi ou sur [www.omron-healthcare.com](http://www.omron-healthcare.com). Se reporter aux informations relatives à la norme CEM pour HV-F311-E, disponibles sur le site Web.



***Mise au rebut correcte de ce produit  
(déchets d'équipements électriques et électroniques)***

Ce marquage sur le produit ou sa documentation indique qu'il ne doit pas être éliminé en fin de vie utile avec les autres déchets ménagers. La mise au rebut incontrôlée des déchets pouvant porter préjudice à l'environnement ou à la santé humaine, veuillez séparer ce produit des autres types de déchets et le recycler de façon responsable. Vous favoriserez ainsi la réutilisation durable des ressources matérielles.

Les particuliers sont invités à contacter le distributeur leur ayant vendu ce produit ou leur mairie pour savoir où et comment ils peuvent le renvoyer afin qu'il soit recyclé en respectant l'environnement.

Les entreprises sont invitées à contacter leur fournisseur et à consulter les conditions de leur contrat de vente. Ce produit ne doit pas être éliminé avec les autres déchets commerciaux.

## Garantie

Merci d'avoir acheté un produit OMRON. Ce produit a été élaboré avec des matériaux de haute qualité et un grand soin a été apporté à sa fabrication. Il est conçu pour vous apporter un haut niveau de confort, à condition de l'utiliser et de l'entretenir correctement, conformément aux indications du mode d'emploi.

Ce produit est garanti par OMRON pour une période de 3 ans après sa date d'achat. La construction, la fabrication et les matériaux mêmes de ce produit sont garantis par OMRON. Pendant cette période de garantie, OMRON s'engage à réparer ou remplacer tout produit défectueux ou toute pièce défectueuse sans facturer la main d'œuvre ni les pièces.

**La garantie ne couvre que les produits achetés en Europe, en Russie et dans les autres pays de la CEI, au Moyen-Orient et en Afrique.**

La garantie ne couvre pas les points suivants :

- a. Frais et risques liés au transport.
- b. Coûts des réparations et/ou des défauts résultant de réparations effectuées par des personnes non agréées.
- c. Contrôles et maintenance périodiques.
- d. Panne ou usure des accessoires ou d'autres parties autres que l'unité principale même, sauf garantie expresse ci-dessus.
- e. Coûts résultant de la non-acceptation d'une réclamation (ces coûts seront facturés).
- f. Dommages quelconques, y compris dommages personnels d'origine accidentelle ou résultant d'une utilisation inappropriée.

Si un entretien (au titre de la garantie) est requis, s'adresser au détaillant chez lequel le produit a été acheté ou à un revendeur OMRON agréé. Pour obtenir l'adresse, reportez-vous à l'emballage/ la documentation du produit ou à votre détaillant spécialisé. Si vous rencontrez des difficultés à trouver des services clientèle OMRON, rendez-vous sur notre site Internet ([www.omron-healthcare.com](http://www.omron-healthcare.com)) pour trouver leurs coordonnées.

Une réparation ou un remplacement sous garantie ne donne pas lieu à une prolongation ou au renouvellement de la période de garantie.

La garantie sera accordée uniquement si le produit complet est renvoyé avec la facture/ le ticket de caisse d'origine délivré(e) au client par le détaillant. OMRON se réserve le droit de refuser le service de garantie si des informations imprécises ont été fournies.

<p><b>Manufacturer</b>  <b>Fabricant</b>  <b>Hersteller</b>  <b>Fabricante</b>  <b>Produttore</b>  <b>Fabrikant</b>  <b>Производитель</b>  <b>Üretici</b>  <b>الشركة المنتجة</b></p> 	<p><b>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.</b>  53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO,  617-0002 JAPAN</p>		
<p><b>EU-representative</b>  <b>Mandataire dans l'UE</b>  <b>EU-Repräsentant</b>  <b>Representante en la UE</b>  <b>Rappresentante per l'UE</b>  <b>Vertegenwoordiging in de EU</b>  <b>Представитель в EC</b>  <b>AB temsilcisi</b>  <b>جهة التمثيل بالاتحاد الأوروبي</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <table border="1" style="border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px 10px;">EC</td> <td style="padding: 2px 10px;">REP</td> </tr> </table> </div>	EC	REP	<p><b>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.</b>  Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp,  THE NETHERLANDS  www.omron-healthcare.com</p>
EC	REP		
<p><b>Production facility</b>  <b>Site de production</b>  <b>Produktionsstätte</b>  <b>Planta de producción</b>  <b>Stabilimento di produzione</b>  <b>Productiefaciliteit</b>  <b>Производственное подразделение</b>  <b>Üretim Tesisi</b>  <b>منشأة التصنيع</b></p>	<p><b>OMRON DALIAN Co., Ltd.</b>  No. 3, Song Jiang Road,  Economic and Technical Development Zone,  Dalian 116600, China</p>		
<p><b>Subsidiaries</b>  <b> Succursales</b>  <b>Niederlassungen</b>  <b>Empresas filiales</b>  <b>Consociate</b>  <b>Dochterondernemingen</b>  <b>Филиалы</b>  <b>Yan Kuruluşlar</b>  <b>الشركات المتابعة</b></p>	<p><b>OMRON HEALTHCARE UK LTD.</b>  Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK  www.omron-healthcare.com</p> <p><b>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH</b>  Gottlieb-Daimler-Strasse 10, 68165 Mannheim, GERMANY  www.omron-healthcare.com</p> <p><b>OMRON SANTÉ FRANCE SAS</b>  14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, FRANCE  Uniquement pour le marché français:  OMRON Service Après Vente  N° Vert 0 800 91 43 14  www.omron-healthcare.com</p>		

Made in China  
Fabriqué en Chine  
Hergestellt in China  
Fabricado en China

Prodotto in Cina  
Geproduceerd in China  
Сделано в Китае  
Çin'de Üretilmiştir  
صنعت في الصين