Compex®

Fit 5.0

SP 6.0

SP 8.0

Instrukcja obsługi

Compex®

PL

SPIS TREŚCI

1. Wyjaśnienie użytych symboli **02**

2. Jak działa elektrostymulacja? **03**

3. Jak działa technologia MI (Muscle Intelligence)? **05**

4. Instrukcje **07**
   - Zawartość zestawów i akcesoria **07**
   - Opis urządzenia **08**
   - Pierwsze użycie **10**
   - Funkcje urządzenia **11**
   - Ładowanie **25**

5. Rozwiązywanie problemów **29**

6. Konserwacja urządzenia **33**
   - Gwarancja **33**
   - Konserwacja **33**
   - Przechowywanie/transportowanie i użytkowanie **33**
   - Utylizacja **33**

7. Specyfikacja techniczna **34**
   - Informacje ogólne **34**
   - Neurostymulacja **34**
   - Dane RF (częstotliwości radiowych) **35**
   - Normy **35**
   - Informacja dotycząca kompatybilności elektromagnetycznej (EMC) **35**

8. Tabela EMC **36**

Zdecydowanie zaleca się staranne zapoznanie z niniejszą instrukcją, przeciwwskazaniami oraz środkami bezpieczeństwa przed rozpoczęciem użytkowania stymulatora.

1. OBJAŚNIENIA UŻYTYCH SYMBOLI

	Patrz instrukcja obsługi
	Stymulator jest urządzeniem kategorii II z wbudowanym zasilaniem oraz zastosowanymi komponentami typu BF.
	Nazwa i adres producenta oraz data wytworzenia
	Nazwa i adres autoryzowanego przedstawiciela na terenie Wspólnoty Europejskiej
	Niniejsze urządzenie należy utylizować oddzielnie od odpadów domowych i musi zostać wysłane do wyspecjalizowanego zakładu recyklingu
	Przycisk stand-by jest wielofunkcyjny
	Chronić przed promieniami słonecznymi
	Przechowywać w suchym miejscu
IP20 Na urządzeniu	Ochrona przed ciałami stałymi o średnicy równej lub większej niż 12,5 mm (0.5 po.)
IP02 Na futerale	IP02 na futerale oznacza: Ochrona przed wnikaniem kropel wody z deszczu.
LATEX FREE	Bez lateksu
REF	Numer referencyjny
LOT	Numer serii

2. JAK DZIAŁA ELEKTROSTYMULACJA?

Elektrostymulacja obejmuje stymulację włókien nerwowych za pomocą impulsów elektrycznych przekazywanych przez elektrody. Impulsy elektryczne wytwarzane przez stymulatory Compex są impulasami wysokiej jakości, które są bezpieczne, skuteczne i oddziałują na różne rodzaje włókien nerwowych:

1. Nerwy ruchowe w celu stymulacji reakcji mięśni zwanej elektryczną stymulacją mięśni (EMS).
2. Niektóre rodzaje wrażliwych włókien mięśniowych w celu uzyskania efektu znieczulenia lub redukcji bólu.

1. STYMULACJA NERWÓW RUCHOWYCH (EMS)

W przypadku dobrowolnej aktywności, mózg wysyła do mięśni napięcia, a następnie komenda ta jest przekazywana do włókien nerwowych w formie sygnału elektrycznego. Następnie sygnał jest wysyłany do włókien mięśniowych, które ulegają skurczeniu. Zasada elektrostymulacji odtwarza dokładnie proces dobrowolnej kontrakcji. Stymulator wysyła impuls elektryczny do włókien nerwowych w celu ich pobudzenia. Pobudzenie to jest następnie przekazywane do włókien mięśniowych i wywołuje reakcję mechaniczną (=skurcz). Jest to podstawowy wymóg skurczu mięśniowego. Reakcja mięśni jest pod każdym względem identyczna z pracą mięśni kontrolowaną przez mózg. Innymi słowy, mięsień nie rozróżnia pomiędzy zestawem komend wysyłanych przez mózg a stymulatorem.
Ustawienia programu (liczba impulsów na sekundę, czas trwania skurczu, czas odpoczynku, całkowity czas trwania programu) poddają mięsień różnego rodzaju treningowi, w zależności od włókien mięśniowych. Różne rodzaje włókien mięśniowych można podzielić w zależności od prędkości kurczenia: włókna wolne, średnie i szybkie. Sprinter będzie miał wyraźnie szybsze natomiast maratończyk zdecydowanie wolniejsze włókna mięśniowe. Przy dobrej znajomości ludzkiej fizjologii i idealnej kontroli nad ustawieniami stymulacji dzięki róznym programom, trening mięśni można bardzo dokładnie ukierunkować na osiągnięcie pożądanego celu (wzmocnienia mięśni, poprawy krążenia krwi, zwiększenie napięcia mięśni, itp.).

2. STYMULACJA NERWÓW CZUCIOWYCH

Impulsy elektryczne mogą również wzbudzać włókna nerwów czuciowych w celu osiągnięcia efektów znieczulających lub zmniejszenia dolegliwości bólowych. Stymulacja włókien nerwów czuciowych dotykowych blokuje przekazywanie bólu do układu nerwowego. Stymulacja drugiego typu włókien czuciowych zwiększa wydzielanie endorfin i dzięki temu zmniejsza ból. Dzięki programom niwelowania bólu, elektrostymulacja może być wykorzystywana do leczenia ostrego lub przewlekłego bólu miejscowego oraz bólu mięśni.

Uwaga: Nie należy korzystać z programów eliminacji bólu przez dłuższy okres bez zasięgnięcia porady lekarza.

KORZYŚCI ELEKTROSTYMULACJI

Elektrostymulacja jest bardzo skuteczną metodą zmuszania mięśni do pracy:

- przy znacznej poprawie różnych cech mięśni
- bez zmęczenia sercowo-naczyniowego i psychicznego
- przy minimalnym obciążeniu stawów i ścięgien. Elektrostymulacja tym samym pozwala na więcej treningu mięśni aniżeli dobrowolna aktywność.

Aby uzyskać optymalne rezultaty, Compex zaleca uzupełnienie sesji elektrostymulacji innymi ćwiczeniami, takimi jak:

- regularne ćwiczenia fizyczne
- zrównoważona i zdrowa dieta
- zrównoważony styl życia

3. JAK DZIAŁA TECHNOLOGIA MI (MUSCLE INTELLIGENCE)?

Uwaga: Uruchomienie/wyłączenie funkcji MI wykonuje się poprzez menu Settings

MI-SCAN

Bezpośrednio przed sesją treningową, funkcja MI-scan bada wybraną grupę mięśniową i automatycznie dopasowuje ustawienia stymulatora do pobudliwości danego obszaru ciała, w zależności od fizjologii użytkownika.

Funkcja ta wywołuje na początku programu krótką testową sekwencję, podczas której dokonywane są pomiary.

Na koniec testu intensywność musi zostać zwiększona w celu rozpoczęcia programu.

MI-TENS

Funkcja MI-tens ogranicza niepożądane skurcze mięśni w miejscach bolesnych.

Z każdym wzrostem intensywności ma miejsce faza testowa i w przypadku wykrycia skurczu mięśniowego, urządzenie automatycznie obniża intensywność stymulacji.

Funkcja ta jest dostępna wyłącznie w programach TENS, Epicondylitis oraz Tendinitis.

MI-RANGE

Funkcja MI-range pozwala użytkownikowi na wybranie idealnego poziomu intensywności stymulacji dla programów recovery, massage, capillarisation lub nawet muscle pain.

Na początku programu urządzenie skłania użytkownika do zwiększenia instensywności stymulacji. W trakcie tego zwiększenia urządzenie analizuje reakcje każdego stymulowanego mięśnia i określa optymalny poziom. Gdy tylko mięsień osiągnie swój optymalny poziom, odpowiedni kanał zostaje automatycznie odznaczony i intensywność stymulacji nie może zostać zwiększona. W celu odzyskania kontroli, należy po prostu ponownie wybrać dany kanał, a następnie zwiększyć lub zmniejszyć intensywność stymulacji.

MI-AUTORANGE

Funkcja MI-autorange realizuje identyczny cel jak w przypadku MI-range z tym wyjątkiem, że w tym przypadku wszystko odbywa się w sposób automatyczny.

Na początku programu pojedyncze naciśnięcie przycisku “w górę” na panelu wielofunkcyjnym pozwala urządzeniu na automatyczne zwiększenie intensywności stymulacji do momentu wykrycia idealnego poziomu intensywności. Naciśnięcie przycisku “w dół” na panelu wielofunkcyjnym powoduje anulowanie funkcji MI-autorange. Następnie urządzenie przechodzi w tryb ręczny, w którym za intensywność odpowiada użytkownik.

MI-ACTION

Funkcja MI-ACTION pozwala na rozpoczęcie wywołanego elektrycznie skurczu za pomocą dobrowolnego działania. W taki sposób wywołany elektrycznie skurcz jest doskonale kontrolowany, trening staje się bardziej komfortowy, dokładniejszy i pełniejszy.
Na koniec każdej fazy odpoczynku pilot urządzenia emituje sygnał dźwiękowy. Od tego momentu możliwe jest rozpoczęcie dobrowolnej kontrakcji. Jeżeli po upływie określonego okresu czasu nie nastąpi dobrowolna kontrakcja, urządzenie automatycznie wstrzymuje działanie.

Taki tryb pracy jest dostępny jedynie w przypadku programów wywołujących silne skurcze mięśni.

Uwaga: Aby działać prawidłowo, funkcja MI-action wymaga silnych skurczów mięśni podczas fazy aktywnego odpoczynku. Jeżeli nie są one dostatecznie silne, urządzenie emituje sygnał dźwiękowy, a na ekranie pojawia się znak "+" na kanałach. Podobnie w celu umożliwienia tych skurczów, konieczne jest dobre rozluźnienie mięśni w fazie odpoczynku. Na koniec każdej fazy skurczu, konieczne jest zapewnienie powrotu do pozycji pozwalającej na najlepsze rozluźnienie mięśni.
Tabela poniżej pokazuje, jakie funkcje dostępne są w jakim urządzeniu.

	SP 6.0	FIT 5.0	SP 8.0
MI-SCAN	✓	✓	✓
MI-TENS	-	✓	-
MI-RANGE	✓	-	✓
MI-AUTORANGE	-	✓	-
MI-ACTION	-	✓	-

4. INSTRUKCJE

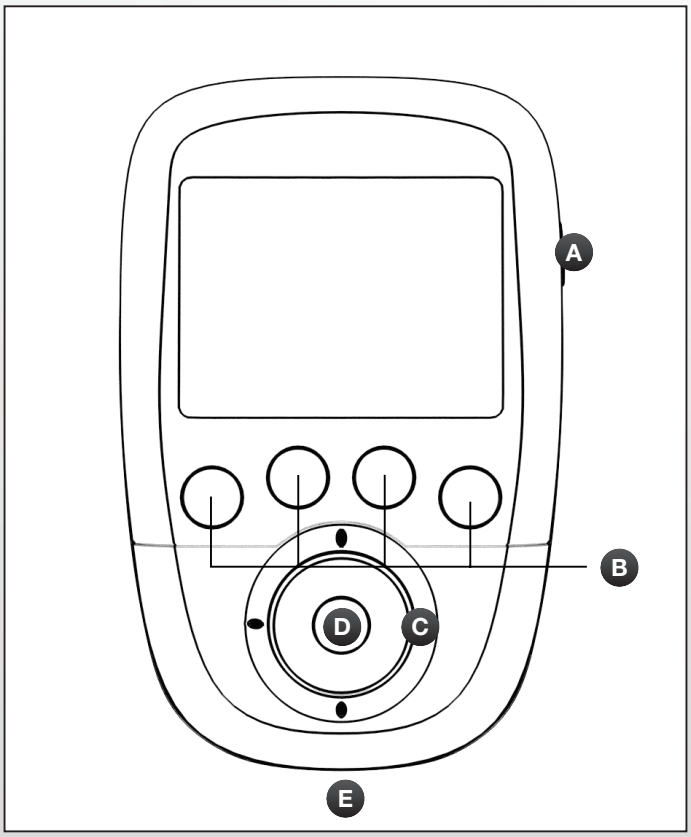
ZAWARTOŚĆ ZESTAWÓW I AKCESORIA

	SP 6.0		SP 8.0		FIT 5.0	
	Nr ref.	ILOŚĆ	Nr ref.	ILOŚĆ	Nr ref.	ILOŚĆ
PILOT ZDALNEGO STEROWANIA	001047	1	001046	1	001048	1
MODUŁY	001061	4	001061	4	001055	2
STACJA DOKUJĄCA	001068	1	001068	1	001073	1
ŁADOWARKA	64902X	1	64902X	1	00108X	1
OPAKOWANIE ELEKTROD MAŁYCH 5X5	42215	2	42215	2	42215	1
OPAKOWANIE ELEKTROD DUŻYCH 5X10, 2 TYPU SNAP	42216	2	42216	2	42216	1
OPAKOWANIE ELEKTROD DUŻYCH 5X10, 1 TYPU SNAP	42222	2	42222	2	42222	2
INSTRUKCJA OBSŁUGI NA	880054	1	880054	1	880054	1
PRZEWODNIK SZYBKI START	885625	1	885625	1	885625	1
FUTERAŁ	680043	1	680042	1	680043	1
ETUI OCHRONNE NA PILOTA	ND	ND	1094	1	ND	ND



Niniejsze urządzenie należy używać wyłącznie z kablami, elektrodami, bateriami, zasilaczem i akcesoriami zalecanymi przez Compex.

OPIS URZĄDZENIA



PILOT ZDALNEGO STEROWANIA

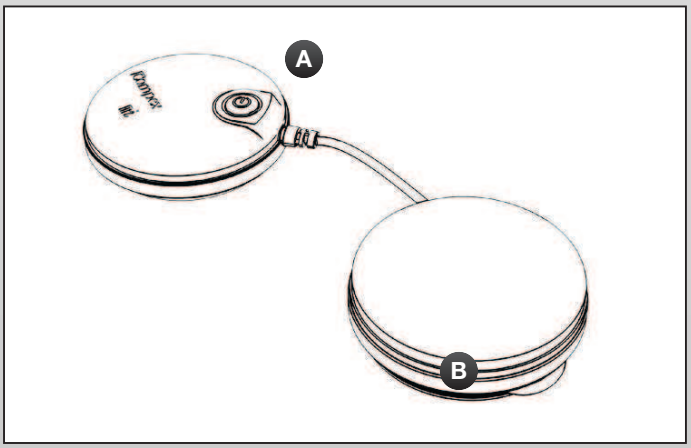
A - Przycisk On/Off (nacisnąć krótko, aby włączyć, przytrzymać przez minimum 2 sekundy, aby wyłączyć)

B - 4 przyciski przeznaczone do aktywowania/ dezaktywowania kanału stymulacji

C - Panel wielofunkcyjny (góra-dół-lewo-prawo) przeznaczony do nawigacji po interfejsie oraz do zwiększania i zmniejszania poziomu intensywności stymulacji w wybranych kanałach

D - Przycisk zatwierdzający wybór

E - Gniazdo do podłączania kabla USB lub złącze stacji dokującej



MODUŁ

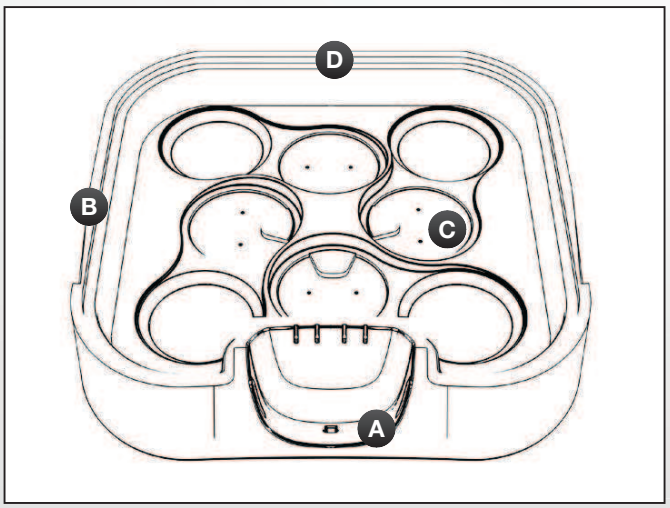
A - Przycisk On/Off (nacisnąć krótko, aby włączyć, nacisnąć i przytrzymać, aby wyłączyć)

Migająca zielona dioda LED: Stan gotowości

Migająca żółta dioda LED: Stymulacja

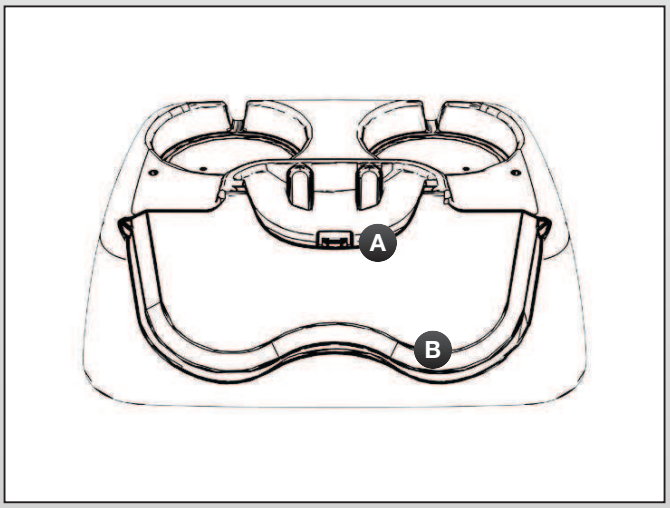
B - Wycięcie do zwijania kabla

OPIS URZĄDZENIA



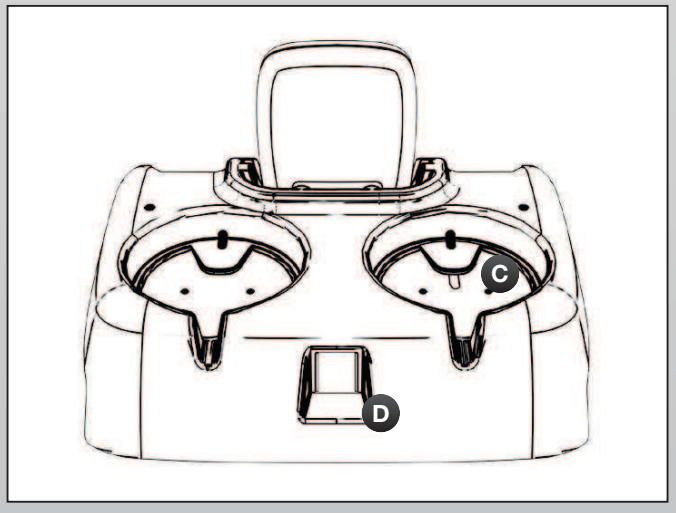
STACJA DOKUJĄCA SP 6.0 ORAZ 8.0

A - Złącze przeznaczone do ładowania pilota
B - Wycięcie służące do otwierania pokrywy stacji dokującej C - Gniazdo przeznaczone do ładowania modułów
D - Wtyczka ładowarki



STACJA DOKUJĄCA FIT 5.0

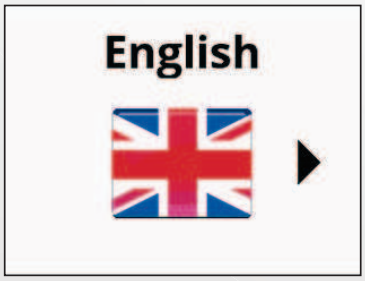
A - Złącze przeznaczone do ładowania pilota
B - Miejsce na moduły
C - Gniazdo przeznaczone do ładowania modułów
D - Wtyczka ładowarki



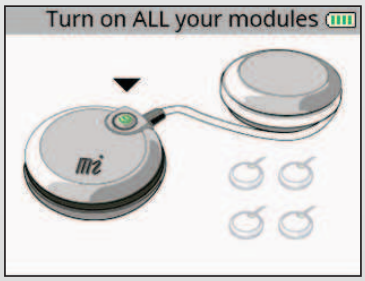
PIERWSZE UŻYCIE

W przypadku pierwszego użycia urządzenia, należy postępować zgodnie z następującymi krokami:

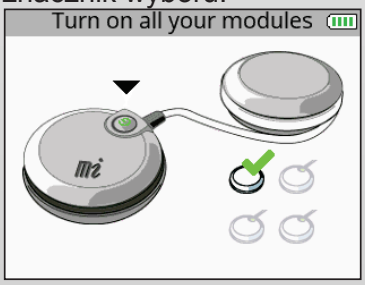
1. Wybrać język



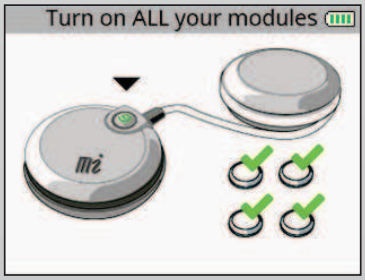
2. Włączyć wszystkie moduły w celu sparowania ich z pilotem zdalnego sterowania.



Po włączeniu modułu i rozpoznaniu go przez pilota zdalnego sterowania, na module wyświetlony zostaje znacznik wyboru.



Po sparowaniu wszystkich modułów, pojawiają się wszystkie znaczniki wyboru.



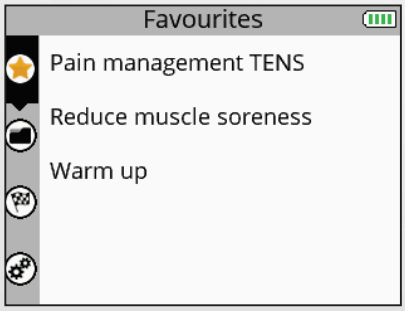
Uwaga: Niniejszą procedurę parowania wykonuje się tylko raz.

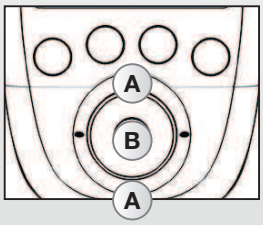
FUNKCJE URZĄDZENIA

Uwaga: Poniższe zrzuty ekranu stanowią ogólne przykłady, jednak działają w ten sam sposób bez względu na posiadane urządzenie.

DOSTĘP DO ULUBIONYCH

Menu Favourites wyświetla ostatnie wykonane programy. Wystarczy jeden program w menu Ulubione, aby był on bezpośrednio dostępny po uruchomieniu urządzenia.

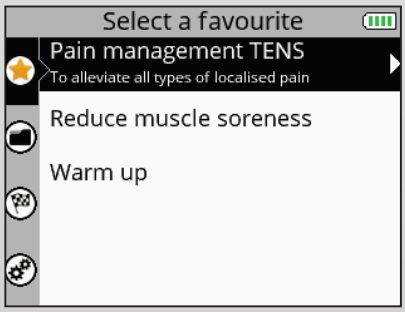


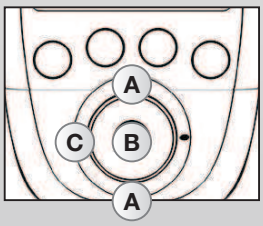


A Wybierz menu Favourites
B Potwierdź swój wybór

Wykonywane programy będą automatycznie umieszczane w menu Ulubione. Menu Ulubione może zawierać do 10 programów. W przypadku wykonywania nowych programów, stare zostają automatycznie usunięte z listy ulubionych.

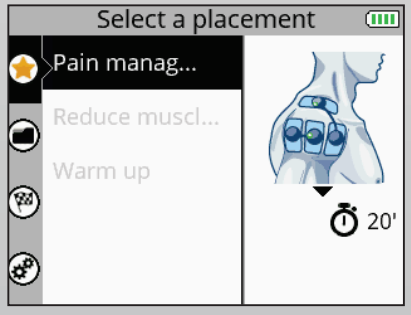
1. WYBIERZ POGRAM

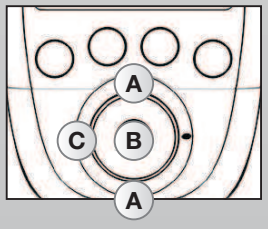




A Wybierz żądany program ulubiony
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

2. WYBIERZ UMIEJSCOWIENIE ELEKTRODY





A Wybierz żądane umiejscowienie elektrody
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

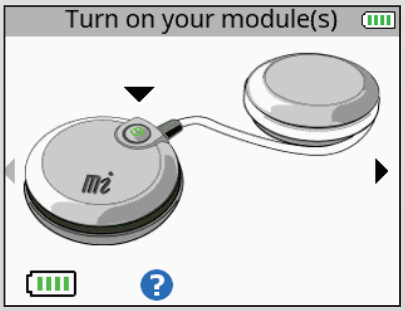
Pojawia się umiejscowienie elektrod wybranych w trakcie programu. Możliwe jest przewijanie przez inne ustawienia dotyczące umiejscowienia elektrod.

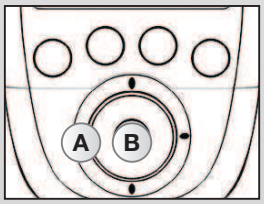
3. PODŁĄCZ MODUŁY DO ELEKTROD



Przyklej elektrody do skóry. Moduł jest mocowany do elektrody z bocznej strony. Wsuń moduł do gniazda w elektrodzie do momentu zatrzaśnięcia.

4. WŁĄCZ MODUŁY





A Powróć do poprzedniego kroku
B Potwierdź swój wybór

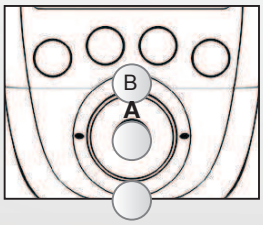
W celu uruchomienia programu, przeczytaj sekcję zatytułowaną “Rozpoczęcie programu stymulacji”.

JAK UZYSKAĆ DOSTĘP DO PROGRAMÓW

W celu uzyskania bardziej szczegółowych informacji o programach, należy odwiedzić stronę: www.compex.info

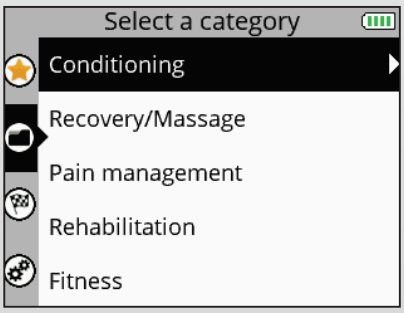
Menu Programmes wyświetla kategorie programów.

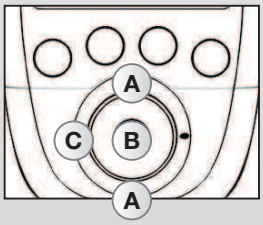




A Wybierz menu Programmes
B Potwierdź swój wybór

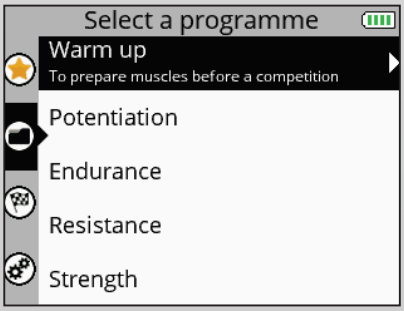
1. WYBIERZ KATEGORIĘ

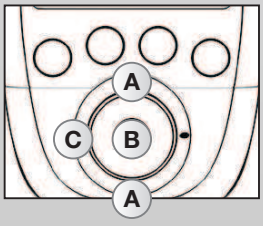




A Wybierz żądaną kategorię programu
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

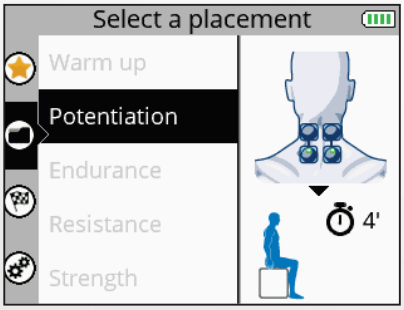
2. WYBIERZ PROGRAM

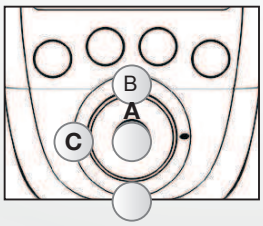




A Wybierz żądany program
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

3. WYBRAĆ UMIESZCZENIE ELEKTRODY





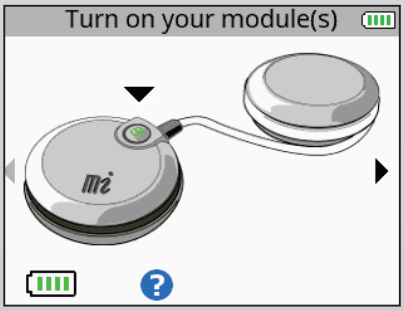
A Wybierz żądane umiejscowienie elektrody
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

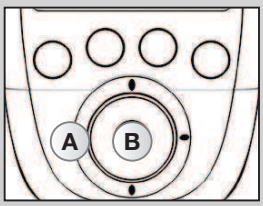
4. PODŁĄCZ MODUŁY DO ELEKTROD



Przyklej elektrody do skóry. Moduł jest mocowany do elektrody z bocznej strony. Wsuń moduł do gniazda w elektrodzie do momentu zatrzaśnięcia.

5. WŁĄCZ MODUŁY





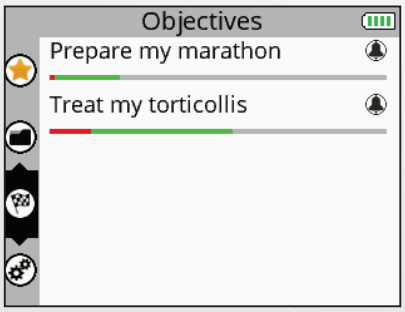
A Powróć do poprzedniego kroku
B Potwierdź swój wybór

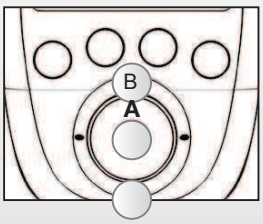
W celu uruchomienia programu, przeczytaj sekcję zatytułowaną “Rozpoczęcie programu stymulacji”.

JAK UZYSKAĆ DOSTĘP DO CELÓW

Menu Objectives wyświetla cele pobrane z indywidualnego konta (patrz sekcja zatytułowana “Tworzenie konta indywidualnego”).

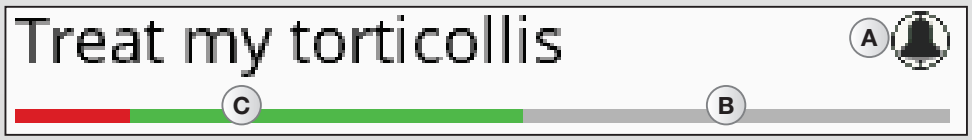
Uwaga: Menu Objectives jest dostępne tylko w przypadku urządzenia SP 8.0.





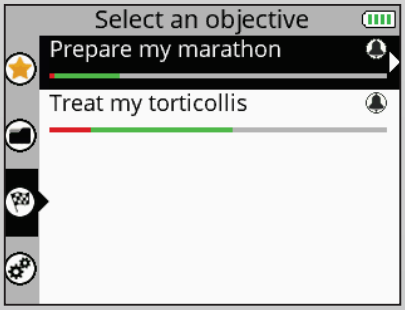
A Wybierz menu Objectives
B Potwierdź swój wybór

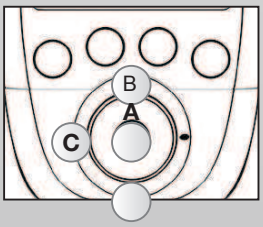
Pasek postępu pod celami pokazuje postęp realizacji danego celu oraz pozostałe do wykonania czynności. Ikona dzwonka wskazuje, że w dniu dzisiejszym jest do wykonania jakiś element danego celu.



A Wskazuje element danego celu do wykonania w dniu dzisiejszym.
B Czynności pozostałe do wykonania
C Czynności już wykonane:
- To, co zostało ukończone wyświetlone jest na zielono
- To, co nie zostało ukończone wyświetlone jest na czerwono

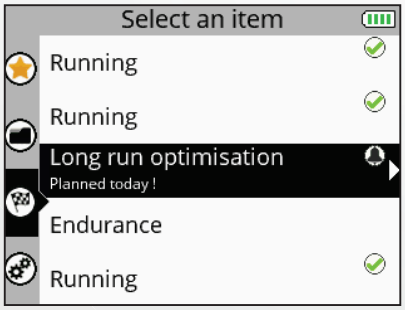
1. WYBIERZ CEL

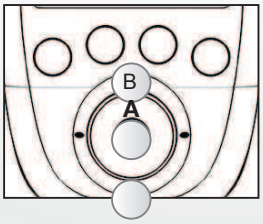




A Wybierz żądany cel
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

2. WYBIERZ ELEMENT DO WYKONANIA



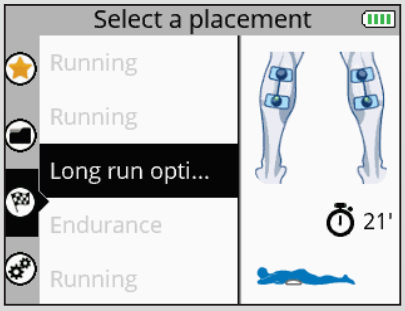


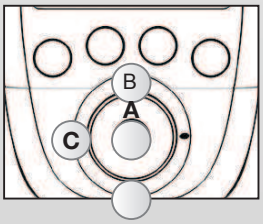
A Wybierz żądany element
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

Elementem do wykonania może być program lub zadanie. Element do wykonania wybierany jest domyślnie, ale istnieje możliwość wyboru innego.

Ikona ✓ obok programu lub zadania oznacza, że został on wykonany.

3. WYBRAĆ UMIESZCZENIE ELEKTRODY

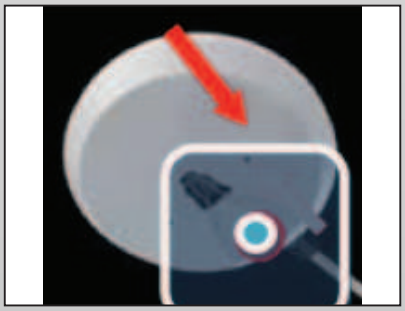




A Wybierz żądane umiejscowienie elektrody
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

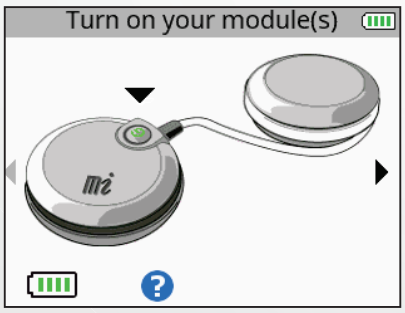
Uwaga: W większości przypadków innego umiejscowienia elektrod nie można wybrać, ponieważ jest ono bezpośrednio powiązane z celem.

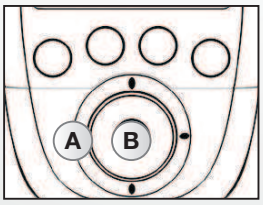
4. PODŁĄCZ MODUŁY DO ELEKTROD



Przyklej elektrody do skóry. Moduł jest mocowany do elektrody z bocznej strony. Wsuń moduł do gniazda w elektrodzie do momentu zatrzaśnięcia.

5. WŁĄCZ MODUŁ



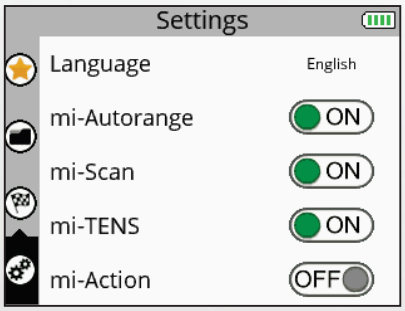


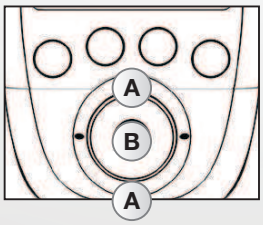
A Powróć do poprzedniego kroku
B Potwierdź swój wybór

W celu uruchomienia programu, przeczytaj sekcję zatytułowaną “Rozpoczęcie programu stymulacji”.

JAK UZYSKAĆ DOSTĘP DO USTAWIEŃ

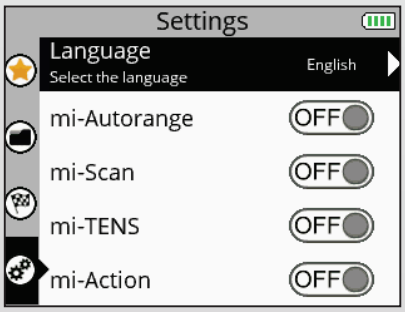
Menu Settings umożliwia konfigurację pewnych elementów, takich jak podświetlenie, głośność, język, itp. Niektóre ustawienia nie są dostępne we wszystkich urządzeniach.

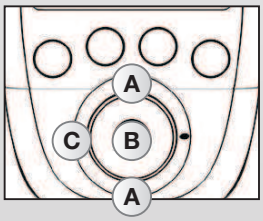




A Wybierz menu Settings
B Potwierdź swój wybór

1. WYBIERZ USTAWIENIE





A Wybierz żądane ustawienie
B Potwierdź swój wybór
C Powróć do poprzedniego kroku

Language: Pozwala na zmianę języka urządzenia

MI-autorange: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję MI-autorange

MI-range: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję MI-range

MI-scan: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję MI-scan

MI-tens: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję MI-tens

MI-action: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję MI-action

Uwaga: Aby znaleźć objaśnienia funkcji MI, należy przejść do sekcji zatytułowanej “3. Jak działa technologia MI (Muscle Intelligence)?”

Cykle: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję Cycles
Funkcja Cycles przeznaczona jest dla osób, które oswoiły się już z elektrostymulacją i chcą wykonać kilka cykli treningowych. Jeżeli funkcja Cycles jest włączona (ON) w przypadku niektórych programów pojawi się dodatkowy ekran (programów wywołujących silne skurcze mięśni) pozwalający na wybór cyklu treningowego.
Logika cyklu odnosi się do nakładu pracy wykonywanego przez elektrostymulację. Podobnie jak w przypadku normalnego treningu, należy rozpoczynać od danego nakładu pracy, a następnie zwiększać go w miarę realizacji cyklu. W ten sposób zaleca się rozpoczęcie od cyklu 1 i przejście do kolejnego poziomu po jego zakończeniu, zazwyczaj po 4 do 6 tygodni stymulacji przy 3 sesjach na tydzień. Ważne jest również osiągnięcie wysokiej intensywności stymulacji w sesjach przed przejściem do kolejnego cyklu.

Power saving: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję oszczędzania energii Obniża intensywność i czas podświetlenia ekranu.

Sound: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) dźwięk.

Contraction sound: Włącza (ON) lub wyłącza (OFF) funkcję ostrzeżenia o zbliżającym się skurczu.

Set time: Pozwala na ustawienie czasu na urządzeniu.

Set date: Pozwala na ustawienie daty na urządzeniu.

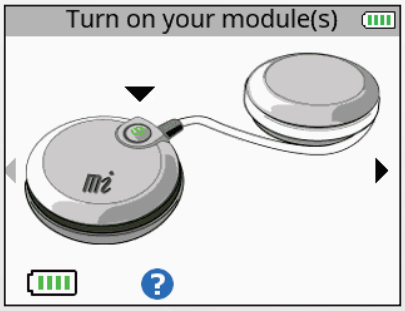
Pair a new module: Pozwala na sparowanie nowego modułu z pilotem zdalnego sterowania.

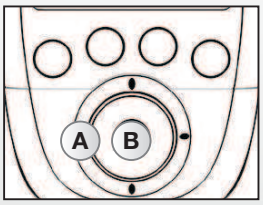
Reset the device: Pozwala na zresetowanie urządzenia i powrót do ustawień podstawowych (wykasowanie ulubionych, celów, ustawienia domyślne).

System info: Wyświetla informacje na temat urządzenia.

ROZPOCZĘCIE PROGRAMU STYMULACJI

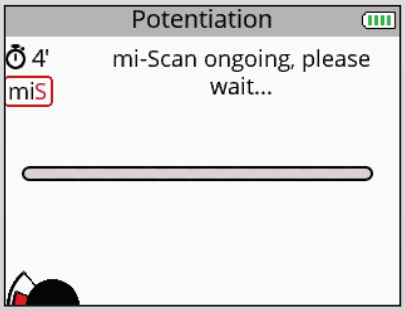
Przed rozpoczęciem programu stymulacji, należy włączyć moduły.

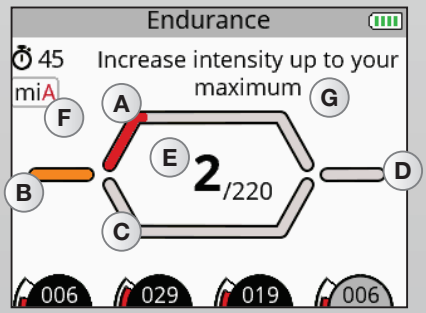




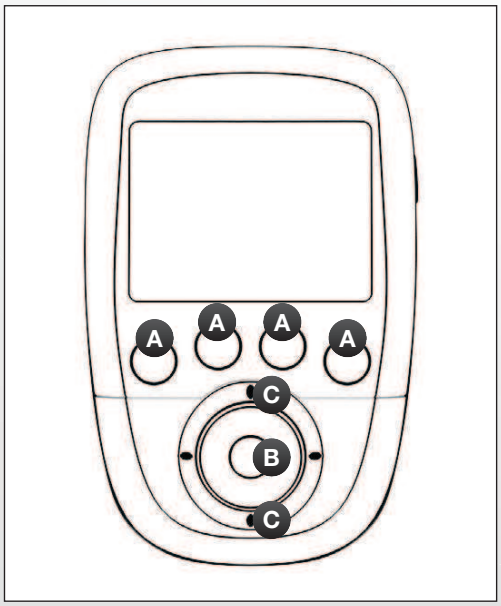
A Powróć do poprzedniego kroku
B Potwierdź wybór i rozpocznij program

W celu uruchomienia modułów, naciśnij odpowiedni przycisk On/Off. Po włączeniu modułu na ekranie pojawia się wskazanie poziomu baterii. Uruchom żądaną liczbę modułów zgodnie z wybranym umiejscowieniem elektrod. Natychmiast po włączeniu odpowiedniej liczby modułów, po prawej stronie ekranu pojawia się niewielka strzałka.
Jeżeli funkcja MI-scan jest uruchomiona, program rozpoczyna się krótką sekwencją, podczas której dokonywane są pomiary. Istotne jest, aby podczas wykonywania testu nie ruszać się i całkowicie się rozluźnić. Po zakończeniu testu program może zostać rozpoczęty. Stymulacja zawsze rozpoczyna się od 000.



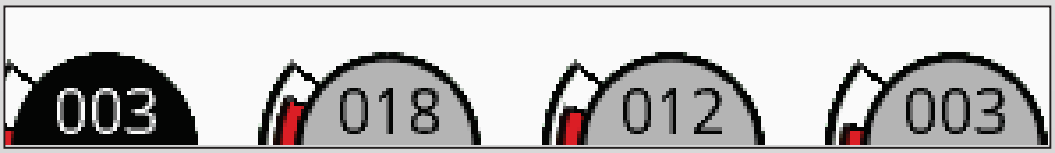


A Faza kontrakcji
B Faza rozgrzewki
C Faza aktywnego odpoczynku
D Faza rozluźnienia
E Liczba wykonanych skurczów / Całkowita liczba skurczów
F Informacja o aktywnej funkcji MI
G Pomoc kontekstowa wyświetlająca informacje lub czynności, jakie należy podjąć



A Wybierz kanał, który będzie regulowany. Gdy kanał jest aktywny, przycisk LED emituje silne niebieskie światło.
B Pauza
C Zwiększ lub zmniejsz intensywność stymulacji w wybranych kanałach.

Zwiększ intensywność stymulacji w wybranych kanałach.
Domyślnie wszystkie kanały są aktywne na początku sesji. Aby dezaktywować kanał, wystarczy nacisnąć odpowiadający mu przycisk.

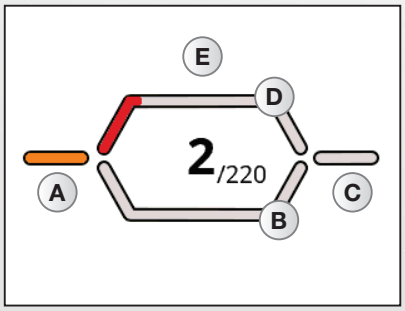


W tym przypadku aktywny jest tylko kanał 1. Wszelkie zmiany intensywności zostaną wykonane tylko w kanale 1.

W zależności od programu, diagram w centralnej części ekranu może ulec zmianie.

PROGRAM SKURCZ/AKTYWY ODPOCZYNEK

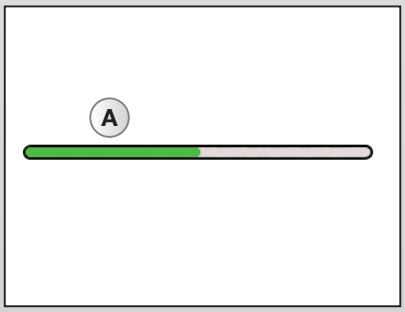
Programy te rozpoczynają się zawsze od fazy rozgrzewki. Po fazie rozgrzewki następuje faza cykli skurczów, a następnie faza aktywnego odpoczynku (liczba cykli uzależniona jest od danego programu), natomiast po ukończeniu wszystkich cykli program kończy się fazą rozluźnienia.



A Faza rozgrzewki
B Faza aktywnego odpoczynku
C Faza rozluźnienia
D Faza skurczu
E Faza robocza składa się z cyklu skurcz/aktywny odpoczynek

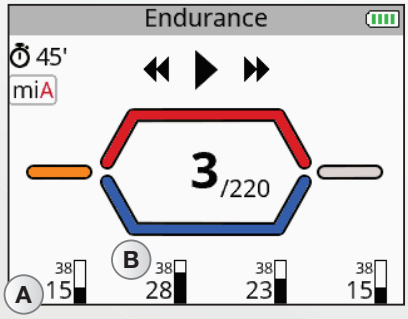
PROGRAM TYPU MASAŻ, REGENERACJA

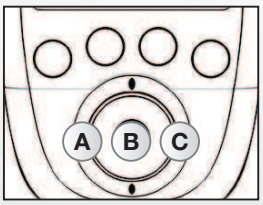
Programy te składają się z pojedynczej fazy i nie posiadają cyklu skurcz/aktywny odpoczynek. Są to programy typu masaż, kapilaryzacja lub nawet przeciwbólowe. Podczas programu tego rodzaju, mogą występować wahania częstotliwości.



A Faza robocza

KONTYNUACJA PROGRAMU STYMULACJI





A Pomiń bieżącą fazę lub wyjdź z programu

B Wznów sesję stymulacji

C Pomiń bieżącą fazę lub wyjdź z programu

A Średnia intensywność stymulacji

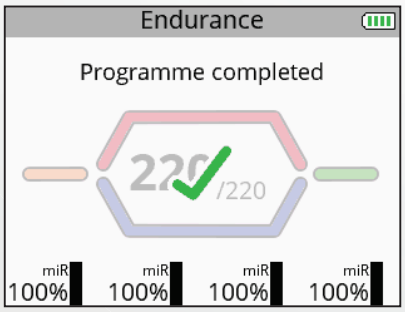
B Maksymalna intensywność stymulacji

Naciskając na środkowy przycisk na pilocie lub przycisk On/Off jednego z modułów podczas stymulacji, urządzenie przechodzi do trybu pauzy. W tym momencie możliwe jest pominięcie bieżącej fazy lub wyjście z programu.

W zależności od programu, mogą pojawić się statystyki dotyczące maksymalnej i średniej intensywności.

Uwaga: Sesja zostaje ponownie uruchomiona przy intensywności wynoszącej 80% wartości, która była używana przed zatrzymaniem.

ZAKOŃCZENIE PROGRAMU STYMULACJI

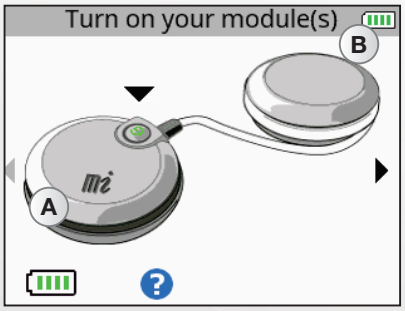


Na koniec każdej sesji, pojawia się ekran ze znacznikiem wyboru. Naciśnięcie dowolnego przycisku powoduje powrót do menu ulubionych. Aby wyłączyć urządzenie, należy przytrzymać przycisk On/Off pilota przez 2 sekundy. Spowoduje to również wyłączenie wszystkich modułów.

W zależności od programu, mogą pojawić się statystyki dotyczące maksymalnej i średniej intensywności.

ŁADOWANIE

WSKAŹNIK POZIOMU BATERII



A Poziom naładowania baterii modułu
B Poziom naładowania baterii pilota

Poziom naładowania baterii modułu pojawia się tuż przed uruchomieniem sesji stymulacji. Poziom naładowania baterii pilota jest zawsze widoczny w prawym górnym rogu.

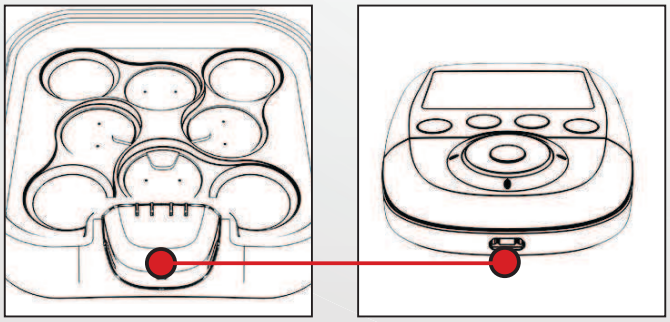
PODŁĄCZANIE STACJI DOKUJĄCEJ

Podłącz zasilacz sieciowy dostarczony wraz z urządzeniem do stacji dokującej, a następnie podłącz go do gniazdka sieciowego. Zdecydowanie zaleca się całkowite naładowanie baterii pilota i modułów przed pierwszym użyciem w celu polepszenia ich działania i oczekiwanej żywotności.

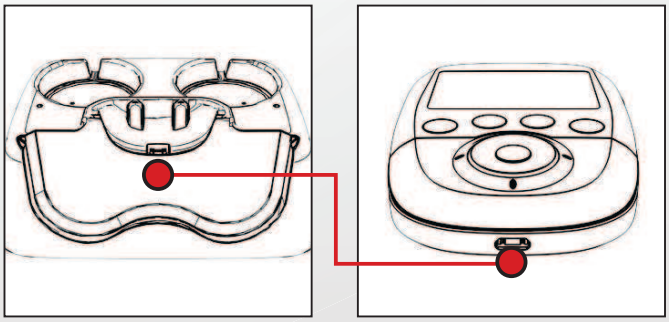
ŁADOWANIE PILOTA ZDALNEGO STEROWANIA I MODUŁÓW

Na zakończenie sesji stymulacji zdecydowanie zaleca się przechowywanie pilota i modułów w stacji dokującej w celu ich naładowania.

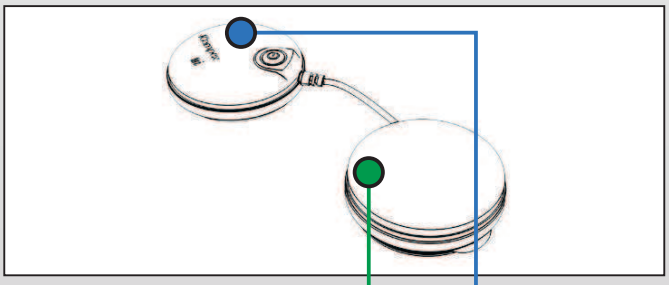
SP 6.0, 8.0

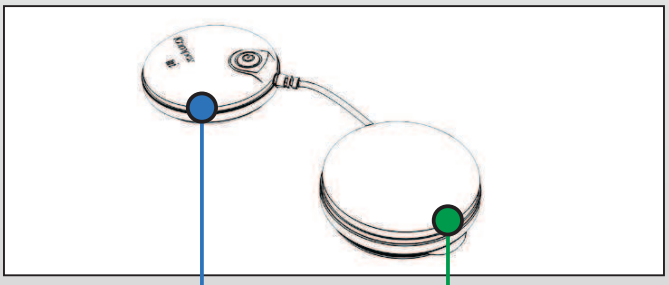


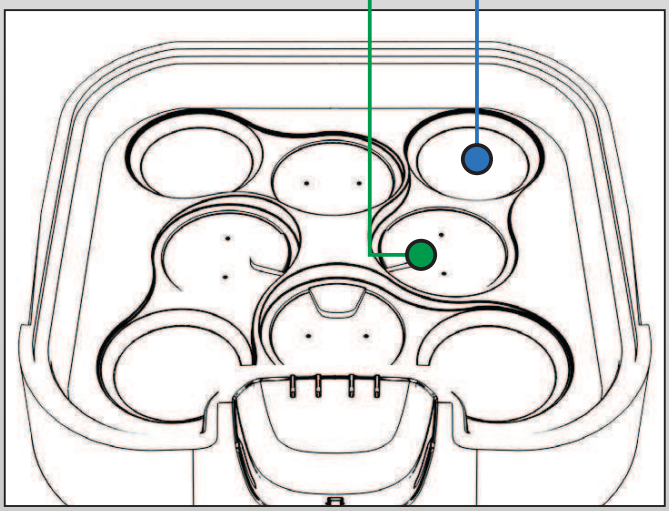
FIT 5.0

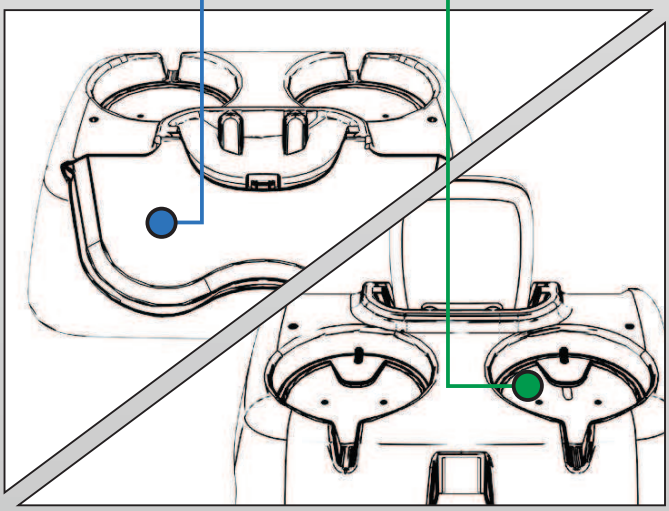


Aby to zrobić, należy umieścić pilota w odpowiednim złączu.

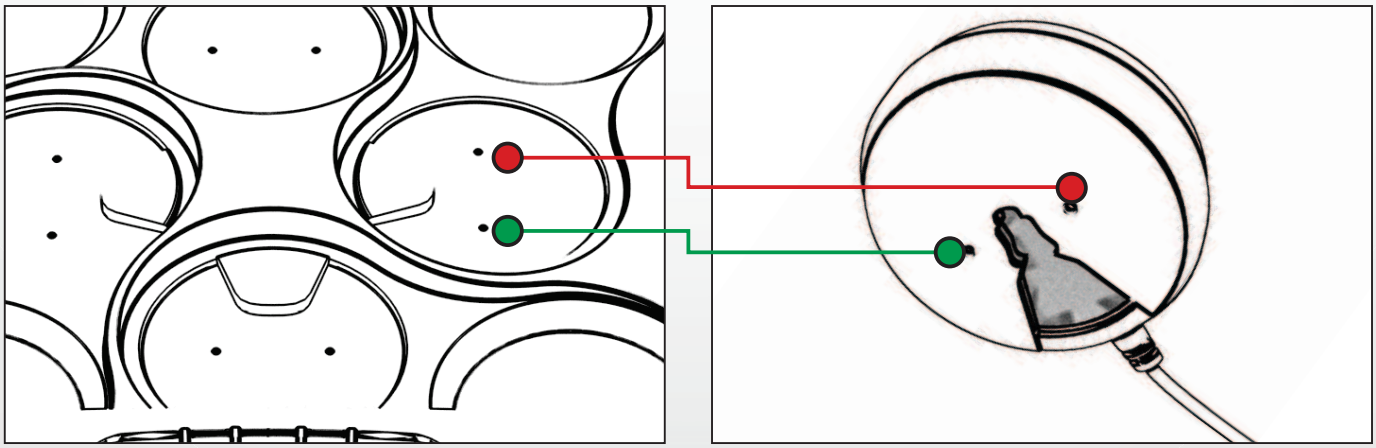






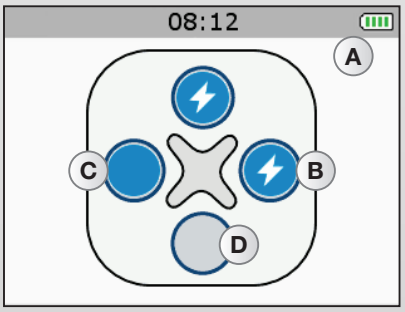


Następnie należy umieścić moduły w przewidzianych do tego celu gniazdach.
Aby to zrobić, należy umieścić adapter pozbawiony przycisku On/Off (na rysunku oznaczony na zielono) w miejscu oznaczonym na zielono oraz drugi adapter w miejscu oznaczonym na niebiesko.
Tę samą czynność należy wykonać w przypadku pozostałych modułów.



Adapter pozbawiony przycisku On/Off musi zostać podłączony do niewielkich styków. Magnes oraz niewielka pionowe oznaczenie na obudowie adaptera ułatwiają prawidłowe ułożenie adaptera w gnieździe. Po prawidłowym ułożeniu adaptera powinno się usłyszeć kliknięcie.

SP 6.0, 8.0



A Ładowanie baterii pilota
B Ładowanie modułu
C Moduł naładowany
D Brak modułu

Po umieszczeniu modułu w stacji dokującej, pojawia się on na ekranie pilota.
Natychmiast po całkowitym naładowaniu pilota i modułów, przechodzą one w tryb czuwania.

FIT 5.0



A Ładowanie baterii pilota

Migająca dioda LED: Moduł jest ładowany
Dioda LED pełna: Moduł naładowany

Gdy moduł znajduje się w stacji dokującej, zielona dioda LED wskazuje stan modułu.
Natychmiast po całkowitym naładowaniu pilota i modułów, przechodzą one w tryb czuwania.

Uwaga: Jeżeli urządzenie pozostaje nieużywane przez dłuższy okres czasu, zalecamy ładowanie baterii do poziomu 50% ich pojemności co 3 miesiące.

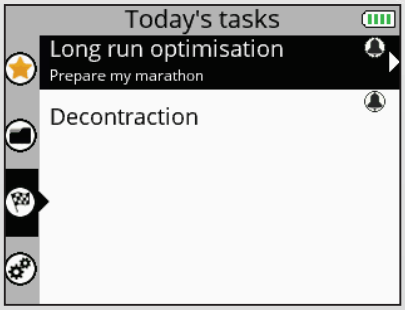
TWORZENIE KONTA INDYWIDUALNEGO

Aby w wykorzystać w pełni możliwości urządzenia, należy najpierw utworzyć konto na stronie pod następującym adresem www.compexwireless.com oraz postępować zgodnie z instrukcjami tam podanymi.

Funkcje związane z SP 8.0

- Dostęp do harmonogramu treningów
- Pobieranie wstępnych ustawień celów na urządzenie
- Tworzenie własnych celów i pobieranie ich bezpośrednio na urządzenie
- Przesyłanie historii z urządzenia (wykonane programy stymulacji) na stronę internetową

Natychmiast po pobraniu celów na pilota zdalnego sterowania, pierwszy ekran, który pojawia się po uruchomieniu urządzenia wyświetla zadania do wykonania w danym dniu.

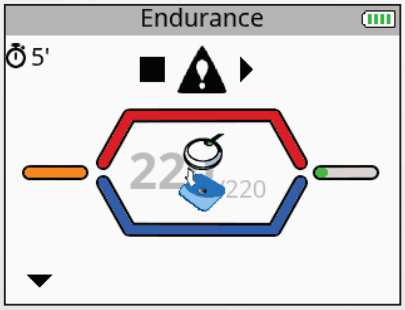


Funkcje związane z SP 6.0 oraz FIT 5.0

- Dostęp do harmonogramu treningów
- Przesyłanie historii z urządzenia (wykonane programy stymulacji) na stronę internetową

5. ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

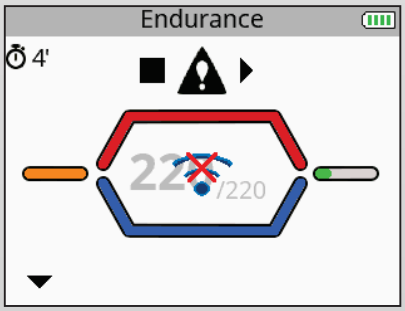
USTERKA ELEKTRODY



Pilot zdalnego sterowania wyświetla symbol elektrody oraz odłączony moduł, a w danym kanale zaczyna migać strzałka (w tym przypadku jest to kanał 1).

• Należy upewnić się, że elektrody zostały prawidłowo podłączone do modułu.

• Należy sprawdzić, czy elektrody nie są stare, zużyte i/lub czy nie ma problemów ze stykiem: należy spróbować podłączyć nowe elektrody.



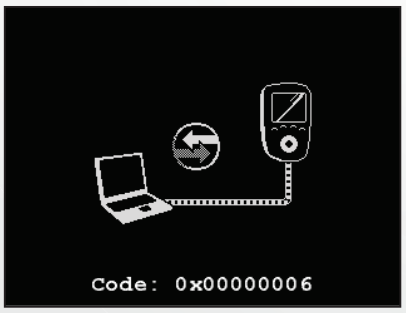
Pilot zdalnego sterowania wyświetla symbol wskazujący brak zasięgu i miga strzałka w kanale, w którym wykryty został problem (w tym przypadku jest to kanał 1).

• Należy upewnić się, że moduł i pilot zdalnego sterowania znajdują się w odległości poniżej 2 metrów od siebie.

• Należy upewnić się, że użytkownik nie znajduje się w odizolowanym obszarze, pozbawionym przeszkód, które mogłyby odbijać sygnał z pilota.

• Należy upewnić się, że użytkownik znajduje się w miejscu, które pozwala na odbicie sygnału z pilota.

PROBLEM Z SYNCHRONIZACJĄ



Jeżeli proces synchronizacji został przerwany i z jakiegokolwiek powodu nie może być prawidłowo dokończony (rozłączony pilot zdalnego sterowania, awarią zasilania, itp.), w niektórych przypadkach na pilocie może być wyświetlany ten ekran.

• Należy ponownie podłączyć pilot zdalnego sterowania i zrestartować proces synchronizacji.

ZACHOWANIE DIODY LED MODUŁU

Dioda LED świeci na przemian na czerwono i zielono: moduł znajduje się poza zasięgiem lub nie jest rozpoznawany przez pilota zdalnego sterowania.

• Należy upewnić się, że pilot zdalnego sterowania jest włączony.

• Należy upewnić się, że moduł i pilot zdalnego sterowania znajdują się w odległości poniżej 2 metrów od siebie.

Dioda LED nadal świeci na czerwono.

• Należy upewnić się, że moduł jest naładowany.

• Należy spróbować zrestartować pilota zdalnego sterowania oraz moduły.

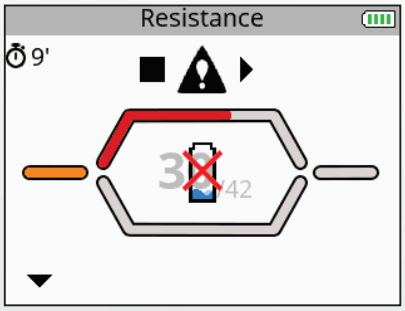
• Jeżeli pomimo tego dioda LED wciąż świeci na czerwono, należy skontaktować się z obsługą klienta podaną i zatwierdzoną przez firmę Compex.

Dioda LED nie włącza się.

• Należy upewnić się, że moduł jest naładowany.

• Jeżeli pomimo tego dioda LED wciąż włącza się, należy skontaktować się z obsługą klienta podaną i zatwierdzoną przez firmę Compex.

MODUŁ NIE JEST NAŁADOWANY

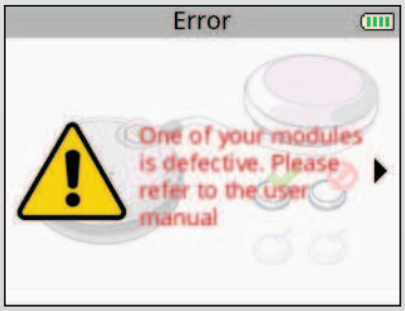


Podczas stymulacji baterie modułu mogą ulec wyczerpaniu. W takim przypadku pojawia się symbol wyczerpanej baterii i miga strzałka w kanale, w którym wykryty został problem (w tym przypadku jest to kanał 1).

• Należy przerwać stymulację i naładować moduł.

• Należy zostawić wyładowany moduł i kontynuować sesję stymulacji bez niego.

MODUŁ NIE CHCE SPAROWAĆ SIĘ Z PILOTEM ZDALNEGO STEROWANIA



Jeżeli pilot nie jest w stanie sparować się z wszystkimi modułami podczas pierwszego użycia, może pojawić się komunikat o błędzie.

• Należy upewnić się, że moduł jest naładowany i powtórzyć procedurę parowania.

• Jeżeli pomimo tego komunikat zostaje wyświetlony ponownie, należy skontaktować się z obsługą klienta podaną i zatwierdzoną przez firmę Compex.

STYMULACJA NIE POWODUJE POWSTANIA WRAŻEŃ TAKICH JAK ZAZWYCZAJ

• Należy sprawdzić, czy wszystkie ustawienia są prawidłowe oraz czy elektrody zostały prawidłowo umiejscowione.

• Należy zmienić odrobinę pozycję elektrod.

STYMULACJA WYWOŁUJE UCZUCIE DYSKOMFORTU

• Elektrody tracą swoje zdolności samoprzylepne i nie zapewniają już dostatecznego kontaktu ze skórą.

• Elektrody są zużyte i należy je wymienić.

• Należy zmienić odrobinę pozycję elektrod.

URZĄDZENIE NIE DZIAŁA

• Należy się upewnić, że pilot zdalnego sterowania i moduły są naładowane.

• Należy spróbować zrestartować pilota zdalnego sterowania oraz moduły.

• Jeżeli pomimo tego urządzenie nadal nie działa, należy skontaktować się z obsługą klienta podaną i zatwierdzoną przez firmę Compex.

6. KONSERWACJA URZĄDZENIA

GWARANCJA

Patrz załączona ulotka.

KONSERWACJA

Stymulator nie wymaga żadnej kalibracji ani okresowej konserwacji. Do czyszczenia urządzenia należy używać miękkiej ściereczki oraz środka na bazie alkoholu, nie zawierającego rozpuszczalników. W celu wyczyszczenia urządzenia należy używać jak najmniejszej ilości płynu. Nie należy otwierać obudowy stymulatora ani ładowarki, gdyż zawierają one elementy pracujące pod wysokim napięciem, które mogą spowodować porażenie prądem elektrycznym. Wszelkie czynności związane z demontażem muszą być wykonywane przez zatwierdzonych przez firmę Compex techników lub serwis. Jeżeli stymulator zawiera części, które wyglądają na zużyte lub wadliwe, należy skontaktować się z najbliższym centrum obsługi klienta firmy Compex.

PRZECHOWYWANIE/TRANSPORT I UŻYTKOWANIE

	PRZECHOWYWANIE I TRANSPORT	**UŻYTKOWANIE**
TEMPERATURA	-20° C do 45° C	0° C do 40° C
MAKSYMALNA WILGOTNOŚĆ WZGLĘDNA	75%	30% do 75%
CIŚNIENIE ATMOSFERYCZNE	od 700 hPa do 1060 hPa	od 700 hPa do 1060 hPa

Nie używać w obszarach zagrożenia wybuchem.

UTYLIZACJA

Baterie należy utylizować zgodnie z obowiązującymi przepisami krajowymi. Wszelkie produkty opatrzone etykietą WEEE (symbol przekreślonego pojemnika na odpady) należy oddzielić od domowych odpadów i przesłać do wyspecjalizowanego zakładu zajmującego się recyklingiem.

7. SPECYFIKACJE TECHNICZNE

INFORMACJE OGÓLNE

Bateria pilota zdalnego sterowania: Akumulator 3.7[V] / ≥ 1,500[mAh] litowo-polimerowy (LiPo).
Bateria modułu: Akumulator 3.7[V] / ≥ 450[mAh] litowo-polimerowy (LiPo).
Zasilacz SP 6.0 i 8.0 AC: Wyłącznie zasilacze 5[V] / 3.5 [A] AC oznaczone numerem referencyjnym 64902X mogą być użyte do ładowania urządzenia.

Zasilacz FIT 5.0 AC: Wyłącznie zasilacze 5[V] / 1.5 [A] AC oznaczone numerem referencyjnym 00108X mogą być użyte do ładowania urządzenia.
Oczekiwany okres użytkowania produktu i akcesoriów: 5 lat
Okres trwałości elektrod: patrz opakowanie elektrod

NEUROSTYMULACJA

Wszystkie specyfikacje elektryczne są dostarczane dla impedancji od 500 do 1000 omów na kanał.
Wyjście: cztery niezależne i indywidualnie regulowane kanały, odizolowane elektrycznie od siebie.
Charakterystyka impulsu: prąd stały o przebiegu prostokątnym z kompensowanymi impulsam w celu eliminacji wszelkich elementów stałych prądu ciągłego w celu uniknięcia polaryzacji resztkowej od skóry.
Maksymalna intensywność impulsu: 120 mA.
Przyrosty natężenia impulsu: ręczna regulacja natężenia stymulacji od 0 do 999 (energia) przy minimalnych przyrostach o wartości 0,25 mA.
Czas trwania impulsów: od 50 do 400 µs.
Maksymalna ilość energii elektrycznej na impuls: 96 mikrokulombów (2 x 48 µC, kompensowane).
Typowy czas narastania impulsu: 3 µs (20%-80% prądu maksymalnego).
Częstotliwość impulsów: 1 do 150 Hz.

Dane RF (częstotliwości radiowych)

Pasmo częstotliwości transmisji: 2.4[GHz] ISM
Charakterystyka typu i częstotliwości modulacji: Odchylenie GFSK, +/-320[kHz]
Skuteczna moc emisji: 4.4 [dBm]

NORMY

Aby zapewnić bezpieczeństwo użytkownika, stymulator został zaprojektowany, wyprodukowany i oddany do dystrybucji zgodnie z wymogami Dyrektywy Europejskiej zmieniony 93/42/EWG obejmującej urządzenia medyczne.

Stymulator jest również zgodny z normą CEI 60601-1 obejmującą ogólne wymagania bezpieczeństwa dla elektrycznych urządzeń medycznych, z normą CEI 60601-1-2 obejmującą kompatybilność elektromagnetyczną oraz normą CEI 60601-2-10 dotyczącą szczególnych wymagań bezpieczeństwa dla stymulatorów nerwów i mięśni

Zgodnie z obowiązującymi normami międzynarodowymi, konieczne jest podanie ostrzeżenia o zastosowaniu elektrod do klatki piersiowej (zwiększone ryzyko migotania serca).

Stymulator jest również zgodny z dyrektywą 2002/96/EWG w sprawie zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego (WEEE).

INFORMACJA DOTYCZĄCA KOMPATYBILNOŚCI ELEKTROMAGNETYCZNEJ (EMC)

Urządzenie firmy Compex jest przeznaczone do stosowania w typowych warunkach domowych zgodnie z normą bezpieczeństwa EMC EN 60601-1-2.

Urządzenie to emituje bardzo niskie poziomy w przedziale częstotliwości radiowej (RF), dlatego też nie powoduje zakłóceń w pracy urządzeń elektronicznych znajdujących się w pobliżu (radia, komputery, telefony, itp.).

Urządzenie Compex zostało zaprojektowane w taki sposób, aby przetrwać przewidywane zakłócenia pochodzące od wyładowań elektrostatycznych, pól magnetycznych z źródeł zasilania lub nadajników fal radiowych

Jednakże nie można zagwarantować, że działanie stymulatora nie zostanie zakłócona przez silne pole RF (częstotliwości radiowej) pochodzące z innych źródeł.
W celu uzyskania dalszych informacji o emisji elektromagnetycznej i odporności, prosimy o kontakt z firmą Compex.

8. TABELA EMC

Stymulator Compex wymaga specjalnych środków ostrożności w odniesieniu do kompatybilności elektromagnetycznej i musi zostać zainstalowany oraz wprowadzone do użytku zgodnie z informacjami dotyczącymi EMC zawartymi w niniejszej instrukcji obsługi.

Wszystkie bezprzewodowe urządzenia emitujące fale radiowe mogą wpływać na pracę Stymulatora Compex. Stosowanie akcesoriów, czujników oraz przewodów innych niż określone przez producenta mogą prowadzić do zwiększonej emisji oraz obniżyć odporność Stymulatora Compex.

Nie należy używać Stymulatora Compex ustawionego przy lub na innym wyposażeniu, w przypadku konieczności ustawienia uradzenia przy lub na innym sprzęcie, należy sprawdzić prawidłowe działanie Stymulatora Compex pod względem stosowanej konfiguracji.

<table>
<tr><th colspan="3">ALECENIA I DEKLARACJA PRODUCENTA W ODNIESIENIU DO EMISJI ELEKTROMAGNETYCZNEJ</th></tr>
<tr><td colspan="3">Stymulator osowania w określonym poniżej środowisku elektromagnetycznym.
Klient lub użytkownik Stymulatora Compex powinien upewnić się, że urządzenie jest używane w takich warunkach</td></tr>
<tr><th>BADANIE EMISJI</th><th>ZGODNOŚĆ</th><th>WARUNKI ELEKTROMAGNETYCZNE - PRZEWODNIK</th></tr>
<tr><td>Emisja RF CISPR 11</td><td>Grupa 1</td><td>Stymulator Compex wykorzystuje energię RF wyłącznie do działania wewnętrznego. W rezultacie, istnieje małe prawdopodobieństwo, aby emisja RF urządzenia powodowała zakłócenie jakichkolwiek urządzeń elektrycznych znajdujących się w pobliżu (radia, komputery, telefony, itp.).</td></tr>
<tr><td>Emisja RF CISPR 11</td><td>Klasa B</td><td rowspan="3">Stymulator Compex nadaje się do użytku w dowolnym obiekcie innym niż prywatne miejsce zamieszkania lub miejscu podłączonym bezpośrednio do sieci energetycznej niskiego napięcia, która zapewnia zasilanie budynków mieszkalnych.</td></tr>
<tr><td>Emisje harmoniczne
IEC 61000-3-2</td><td>Klasa A</td></tr>
<tr><td>Skoki napięcia/ oscylacje emisji IEC 61000-3-3</td><td>Nie dotyczy</td></tr>
</table>

ZALECENIA I DEKLARACJA PRODUCENTA W ODNIESIENIU DO ODPORNOŚCI ELEKTROMAGNETYCZNEJ

Stymulator Compex jest przeznaczony do stosowania w określonym poniżej środowisku elektromagnetycznym. Nabywca lub użytkownik Stymulatora Compex powinien upewnić się, że urządzenie jest używane w zalecanych warunkach.

BADANIE ODPORNOŚCI	POZIOM TESTOWY IEC 60601	POZIOM ZGODNOŚCI	ŚRODOWISKO LEKTROMAGNETYCZNE - ZALECENIA
Wyładowania elektrostatyczne (DES) CEI 61000-4-2	±6 kV kontaktowe ±8 kV w	±6 kV kontaktowe ±8	Podłogi muszą być wykonane z drewna, betonu lub płytek ceramicznych. . Jeżeli podłogi wykonane są z materiału syntetycznego, wilgotność względna powinna być utrzymywana na poziomie minimum 30%.
Szybkie wyładowanie elektryczne CEI 61000-4-4	±2 kV dla obwodów zasilania ±1 kV dla linii wejścia/ wyjścia	±2 kV dla obwodów zasilania Nie dotyczy linii wejścia/wyjścia	Jakość zasilania sieciowego powinna być taka, jak w typowych pomieszczeniach komercyjnych lub szpitalnych.
Przepięcia CEI 61000-4-5	±1 kV prąd różnicowy Nie dotyczy	±1 kV prąd różnicowy ±2 kV prąd	Jakość zasilania sieciowego powinna być taka, jak w typowych pomieszczeniach komercyjnych lub szpitalnych.
Spadki napięcia, krótkie przerwy oraz zmiany napięcia na liniach wejściowych zasilania CEI 61000-4-11	<5 % VT (spadek >95 % de UT) dla 0,5 cyklu <40 % VT (spadki >60 % de UT) dla 5 cykli <70 % VT (spadki >30 % de UT) dla 25 cykli <5 % VT (spadki >95 % de UT) dla 5 sekund	<5 % VT (spadek >95 % de UT) dla 0,5 cyklu <40 % VT (spadki >60 % de UT) dla 5 cykli <70 % VT (spadki >30 % de UT) dla 25 cykli <5 % VT (spadki >95 % de UT) dla 5 sekund	Jakość zasilania sieciowego powinna być taka, jak w typowych pomieszczeniach komercyjnych lub szpitalnych. Jeżeli użytkownik Stymulatora Compex wymaga ciągłej pracy w czasie przerw w zasilaniu, zaleca się zasilanie Stymulatora Compex za pomocą zasilacza UPS lub akumulatora.
Pole magnetyczne o częstotliwość linii zasilania (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Pola magnetyczne o częstotliwości zasilania powinny być na poziomie typowych pomieszczeń o charakterze komercyjnym lub szpitalnym.

UWAGA :VT stanowi napięcie zasilania sieciowego AC przed zastosowaniem poziomu testowego.

ZALECENIA I DEKLARACJA PRODUCENTA W ODNIESIENIU DO ODPORNOŚCI ELEKTROMAGNETYCZNEJ

Stymulator Compex jest przeznaczony do stosowania w określonym poniżej środowisku elektromagnetycznym. Nabywca lub użytkownik Stymulatora Compex powinien upewnić się, że urządzenie jest używane w zalecanych warunkach.

BADANIE ODPORNOŚCI	POZIOM TESTOWY	POZIOM ZGODNOŚCI	ŚRODOWISKO ELEKTROMAGNETYCZNE -
Przewodzone RF IEC 61000-4-6 Promieniowane RF IEC 61000-4-3	3 Vrms 150 kHz do 80 MHz 3V/m 80 MHz do 2,5	3 Vrms 3 V/m	Przenośne i ruchome urządzenia komunikacji radiowej nie mogą być używane w pobliżu Stymulatora Compex oraz jego przewodów w odległości bliższej niż zalecana odległość ochronna, obliczona przy pomocy równania odpowiedniego do częstotliwości nadajnika.. Zalecana odległość ochronna $d = 1,2 \sqrt{P}$ $d = 1,2 \sqrt{P}$ 80 MHz do 800 MHz $d = 2,3 \sqrt{P}$ 800 MHz do 2,5 GHz gdzie P stanowi maksymalną moc wyjściową nadajnika w watach (W) określoną w specyfikacji producenta oraz gdzie d stanowi zalecany odstęp ochronny w metrach (m). Natężenie pola stacjonarnych nadajników RF, zgodnie z badaniem na miejscu, musi być niższe aniżeli poziom zgodności we wszystkich zakresach częstotliwości. Możliwe są zakłócenia w pobliżu wszelkich urządzeń oznaczonych następującym symbolem: 

UWAGA 1 Przy 80 MHz oraz 800 MHz, stosowana jest wysoka amplituda częstotliwości
UWAGA 2 Niniejsze wytyczne mogą być nieodpowiednie w niektórych przypadkach. Rozprzestrzenianie się fali elektromagnetycznej podlega zmianom w wyniku absorpcji i odbicia przez budynki, obiekty i ludzi.

a Natężenie pola ze stacjonarnych nadajników, takich jak stacje bazowe radiowe telefonii (komórkowe/ bezprzewodowe) oraz przenośnych radiotelefonów, amatorskich stacji radiowych, nadajników AM i FM oraz nadajników telewizyjnych nie można dokładnie przewidzieć. Stąd konieczne może okazać się wykonanie analizy otoczenia elektromagnetycznego na miejscu w celu obliczenia środowiska elektromagnetycznego pochodzącego od stacjonarnych nadajników radiowych. Jeżeli natężenie pola zmierzone w otoczeniu, w którym umiejscowiony jest Stymulator Compex przekracza odpowiedni poziom zgodności RF podany powyżej, Stymulator Compex powinien zostać poddany obserwacji w celu zapewnienia prawidłowego działania. W przypadku nietypowego działania, mogą być konieczne nowe środki, takie jak zmiana ustawienia lub przeniesienie Stymulatora Compex.

ZALECANE ODLEGŁOŚCI OCHRONNE POMIĘDZY PRZENOŚNYMI I RUCHOMYMI URZĄDZENIAMI ŁĄCZNOŚCI A STYMULATOREM COMPEX

Stymulator Compex jest przeznaczony do pracy w środowisku elektromagnetycznym, w którym emitowane fale radiowe są kontrolowane. Nabywca lub użytkownik Stymulatora Compex może przyczynić się do zapobieżenia powstaniu zakłóceń elektromagnetycznych poprzez zachowanie minimalnej odległości pomiędzy przenośnymi i ruchomymi urządzeniami komunikacji radiowej (nadajnikami) a Stymulatorem Compex zgodnie z tabelą zaleceń znajdującą się poniżej oraz zgodnie z maksymalną mocą wyjściową urządzenia telekomunikacyjnego.

MAKSYMALNA MOC WYJŚCIOWA NADAJNIKA W	**ODSTĘP OCHRONNY ZGODNIE Z CZĘSTOTLIWOŚCIĄ NADAJNIKA M**		
	OD 150 KHZ DO 80 MHZ $D = 1,2 \sqrt{P}$	OD 80 KHZ DO 800 MHZ $D = 1,2 \sqrt{P}$	OD 800 MHZ DO 2,5 GHZ $D = 2,3 \sqrt{P}$
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,38	0,38	0,73
1	1,2	1,2	2,3
10	3,8	3,8	7,3
100	12	12	23

W przypadku nadajników, których maksymalna moc wyjściowa nie została podana w tabeli powyżej, zalecana odległość ochronna d w metrach (m) może zostać obliczona za pomocą równania odpowiedniego dla częstotliwości nadajnika, gdzie P oznacza maksymalną moc wyjściową nadajnika w watach (W) zgodnie z informacjami producenta

UWAGA 1 Przy 80 MHz oraz 800 MHz stosuje się odległość dla amplitudy wysokiej częstotliwości.

UWAGA 2 Wytyczne te mogą nie być odpowiednie w niektórych sytuacjach. Rozprzestrzenianie się fali elektromagnetycznej podlega zmianom w wyniku absorpcji i odbicia przez budynki, obiekty i ludzi.