



## FR Conseils d'utilisation

- 1) Assurez-vous que votre Bluetens soit éteint avant toute manipulation des électrodes.
- 2) Les électrodes n'adhèrent pas bien à la peau si des restes d'une lotion, crème, huile, etc., sont toujours présents. Avant toute utilisation, nettoyez la zone d'application afin qu'elle soit propre et sèche.
- 3) Insérez le câble aux clips des électrodes avant de les placer sur votre peau.
- 4) Placez les électrodes en suivant les conseils de positionnement proposés dans l'App. Appuyez fermement depuis le centre vers les côtés. La surface entière des électrodes doit être en contact avec votre peau. L'adhésion s'améliore quand les électrodes atteignent la température de la peau.
- 5) À la fin du programme, remplacez les électrodes sur la bonne face du film plastique et remettez-les à l'intérieur du sac scellé afin d'éviter le dessèchement du gel. N'utilisez pas les électrodes en tirant sur le câble, saisissez un coin de l'électrode et décollez-la de la peau délicatement en touchant le gel le moins possible.
- 6) Les électrodes sont destinées à l'usage d'un patient unique. Le nombre d'applications des électrodes dépend de la condition de votre peau, du placement anatomique, du type de traitement et du soin qui leur est apporté. Si le gel devient sec, vous pouvez mettre une ou deux gouttes d'eau ou robinet en l'étalant doucement et uniformément avec le bout de vos doigts. N'utilisez pas trop d'eau car cela pourrait avoir l'effet inverse recherché.
- 7) Rangez le sachet électrodes dans un endroit à l'abri du soleil, à une température idéalement comprise entre +5 et +25 °C.

## EN How to use

- 1) Make sure your Bluetens is turned off before applying or removing electrodes.
- 2) Electrodes do not stick well if any lotion, cream, oil, etc. is left on the skin. Clean and dry the skin prior to each application.
- 3) Clip the cable with the electrodes prior to application.
- 4) Place the electrodes following the positioning instructions proposed on the App. Press firmly from the centre of the electrodes to the outer edges, the full surface of the electrodes must be in contact with your skin. Adhesion improves when electrodes reach skin temperature.
- 5) Place the electrodes back on the right side of the protective plastic liner after use and put them back in the sealed bag to prevent gel dry-out. Don't take out the electrodes by pulling on the cable, lift a corner of the electrode and slowly peel it off the skin, touching the adhesive gel as

little as possible.

- 6) The electrodes are intended for single patient use only. The number of application depends on your skin condition, anatomical placement, type of treatment and care after use. If adhesive gel becomes dry you can add one or two drops of ordinary tap water spread evenly and gently with your fingertips. Do not use too much water as this may reduce the life of the gel.
- 7) Store the electrodes bag at room or cool temperature (+5 - +25 °C) and keep out from direct sunlight.

## DE Gebrauchsanweisung

- 1) Geh bitte auf Nummer Sicher, dass Dein Bluetens aus ist, bevor Du die Pads befestigst oder entfernst.
- 2) Bitte entferne alle Rückstände von Öl, Cremes und Lotionen auf Deiner Haut vor jeder Anwendung um die optimale Haftung der Pads zu garantieren.
- 3) Befestige bitte das Kabel an den Pads bevor Du diese auf der Haut platzierst.
- 4) Platziere die Pads auf den in der App angezeigten Stellen. Um die Pads zu befestigen, drücke sie in der Mitte an und streiche dann an die Kanten, sodass die ganze Oberfläche der Pads an Deiner Haut klebt. Wenn die Pads Hauttemperatur erreichen, verbessert sich die Haftung.
- 5) Nachdem Du mit der Anwendung fertig bist, klebe die Pads bitte auf die richtige Seite der Kunststoffolie zurück und pack sie in die wiederverwendbaren Päckchen – das verhindert das Austrocknen des Gels. Bitte ziehe nicht an dem Kabel um die Pads zu entfernen, sondern heb sie an einer Ecke an und ziehe sie vorsichtig ab, wobei du das Gel so wenig wie möglich berühren solltest.
- 6) Die Pads sind für den Gebrauch von nur einer Person bestimmt. Die Zahl der möglichen Anwendungen der Pads hängt von Deiner Haut, der anatomischen Platzierung, der Art der Behandlung, sowie von der Pflege nach Gebrauch ab. Wenn das Haftmittel trocken wird, kannst Du ein bis zwei Tropfen Leitungswasser vorsichtig und gleichmäßig mit Deinen Fingern auf dem Pad verteilen. Zu viel Wasser kann jedoch die Lebensspanne des Gels verringern.
- 7) Wechle bitte die Pads in ihrer Packung bei +5 bis +25 °C auf und schütze sie vor direktem Sonnenlicht.

## ES Consejos de utilización

- 1) Asegúrese de que su Bluetens está apagado antes de manipular los electrodos.
- 2) Los electrodos no se adhieren bien a la piel si hay restos de loción, crema, aceite, etc. Antes de su utilización, lave el área de aplicación para que esté limpia y seca.
- 3) Coloque el cable a los clips de los electrodos

antes de adherirlos a la piel.

- 4) Coloque los electrodos siguiendo los consejos de la App. Presione firmemente desde el centro hacia los lados, toda la superficie de los electrodos debe estar en contacto con la piel. La adherencia mejora cuando los electrodos alcanzan la temperatura de la piel.
- 5) Al finalizar el programa, colocar nuevamente los electrodos en el lado derecho de la película de plástico y póngalos dentro de la bolsa sellada para evitar el secado del gel. No retire los electrodos tirando del cable, sujete una esquina del electrodo y despegue suavemente de la piel tocando lo menos posible el gel.
- 6) Los electrodos están diseñados para uso personal de cada paciente. El número de uso de los electrodos depende de las condiciones de su piel, de la colocación anatómica, el tipo de tratamiento y el cuidado que se tiene de los mismos. Si el gel se seca puede poner una o dos gotas de agua de grifo repartiéndola suavemente y de manera uniforme con los dedos. No utilice demasiada agua ya que esto podría tener el efecto contrario al deseado.
- 7) Guarde la bolsa de los electrodos en un lugar fuera de la luz solar, lo recomendado es a una temperatura entre 5 y 25 °C.

## NL Hoe te gebruiken

- 1) Zorg ervoor dat uw Bluetens is uitgeschakeld voordat u de elektroden aanbrengt of verwijdert.
- 2) Elektroden kunnen niet goed bevestigd worden als er zich lotion, crème, olie, enz. op de huid bevindt. Reinig en droog de huid voorafgaand aan elk gebruik.
- 3) Bevestig de kabel met de elektroden voordat u deze gebruikt.
- 4) Plaats de elektroden volgens de plaatsingsinstructies voorgesteld op de App. Druk stevig vanuit het centrum van de elektroden naar de buitenste randen, het volledige oppervlak van de elektroden moeten in contact treden met uw huid. Hechting verbetert wanneer elektroden de huidtemperatuur bereiken.
- 5) Plaats de elektroden terug aan de rechterkant van de beschermende plastic voering plaats ze na gebruik terug in de verzegelde zak om te voorkomen dat de gel uitdroogt. Verwijder de elektroden niet door er aan trekken via de kabel, til een hoek van de elektrode op en verwijder langzaam van de huid, raak de zelfklevende gel zo weinig mogelijk aan.
- 6) De elektroden zijn uitsluitend bedoeld voor het gebruik door één patient. Het aantal toepassingen hangt af van uw huidtoestand, de anatomische plaatsing, het type van behandeling en de verzorging na gebruik. Als zelfklevende gel droog wordt kunt u één of twee druppels gewoon leidingwater gelijkmatig verspreiden en zachtjes aanbrengen met uw vingertoppen. Gebruik niet

tevel water omdat dit de levensduur van de gel kan verminderen.

7 Bewaar de zak met elektroden op kamertemperatuur of aan een koelre temperatuur (+5 - +25 °C) en bescherm tegen direct zonlicht.

## PT Como usar

1) Verifique se os seus Bluetens estão desligados antes de aplicar ou retirar os eletrodos.

2) Os eletrodos não aderem bem se qualquer loção, creme, óleo, etc., for deixado sobre a pele. Lave e seque a pele antes de cada aplicação.

3) Prenda o cabo nos eletrodos antes da aplicação.

4) Coloque os eletrodos seguindo as instruções de posicionamento propostas na App. Pressione com firmeza a partir do centro dos eletrodos para as bordas externas; a superfície total dos eletrodos deve estar em contato com a sua pele.

5) Adesivo melhora quando os eletrodos alcançam a temperatura da pele.

6) Coloque os eletrodos de volta no lado direito do invólucro de plástico de proteção após o uso e coloque-os novamente no saco selado para impedir que o gel seque. Não retire os eletrodos quando pelo lado de fora levantar um canto do eletrodo e, lentamente, retire-o da pele, tocando o gel adesivo o mínimo possível.

7) Os eletrodos são destinados para uso num único paciente. O número de aplicações depende de sua condição da pele, colocação anatômica, tipo de tratamento e cuidados após o uso. Se o gel adesivo secar, você pode adicionar uma ou duas gotas de água da torneira, distribuindo uniforme e suavemente com as pontas dos dedos. Não use muita água, pois isso pode reduzir a vida útil do gel.

8) Armazene o saco dos eletrodos à temperatura ambiente ou fria (+5 - +25 °C) e mantenha longe da luz solar direta.

## IT Consigli d'uso

1) Assicurarsi che i Bluetens sia spento prima di posizionare o rimuovere gli elettrodi.

2) Gli elettrodi non aderiscono bene alla pelle se ci sono residui di creme, lozioni o oli sulla pelle. È utile asciugare per bene la pelle prima di ogni applicazione.

3) Aggiungere il cavo agli elettrodi prima di applicarli sulla pelle.

4) Posizionare gli elettrodi seguendo i consigli proposti nell'Applicazione. Premere fermamente partendo dal centro dell'elettrodo sino a raggiungere i bordi, tutta la superficie dell'elettrodo deve essere in contatto con la pelle. L'adesione migliora quando gli elettrodi raggiungono la temperatura della pelle.

5) Al termine del programma, posizionare gli elettrodi sul lato giusto della pellicola protettiva di plastica e riporli all'interno della busta sigillata per evitare che si secchi il gel. Non rimuovere gli elettrodi tirandoli dal cavo, sollevare un angolo

dell'elettrodo e toglierlo lentamente dalla pelle, sollevandolo il più il meno possibile.

6) Gli elettrodi sono destinati all'uso di un solo paziente. Il numero di applicazioni dipende dalle condizioni della pelle, dal posizionamento anatomico, dal tipo di trattamento, e da come vengono conservati. Se il gel adesivo si secca, è possibile aggiungere una o due gocce di acqua stendendola delicatamente e uniformemente con la punta delle dita. Non usare troppa acqua, perché si potrebbe avere l'effetto contrario.

7) Conservare il sacchetto degli elettrodi a temperatura ambiente o fresca (+5 - +25 °C) e tenerlo lontano dalla luce solare diretta.

## PL Jak używać

1) Upewnij się, że przed zaaplikowaniem lub usunięciem elektrod Bluetens jest wyłączony.

2) Elektrody nie przykleją dobrze gdy na skórze pozostaje jakikolwiek płyn, krem, olej itd. Przed aplikacją elektrod oczyść i osusz skórę.

3) Przed aplikacją elektrod, przyłóż przewód.

4) Przyłóż elektrody zgodnie z zaleceniami. Przynajmniej od środka elektrod do brzegów - cała powierzchnia elektrod musi mieć styczność ze skórą. Elektrody przylegają łatwiej gdy osiągną temperaturę skóry.

5) Po wykorzystaniu umieść elektrody z powrotem po odpowiedniej stronie ochronnej obudowy plastikowej i włóż je z powrotem do sztywnej torby tak, by żel nie wyschł. Nie wycinaj elektrod przez ciągnięcie za przewód - podnieś skraj elektrody i powoli zdejmij ją ze skóry, w miarę możliwości jak najmniej dotykając żelu.

6) Elektrody przeznaczone są dla pojedynczego pacjenta. Liczba zastosowań zależy od stanu skóry, lokalizacji anatomicznej, rodzaju zabiegu i czasu po aplikacji. W razie wyschnięcia żelu, można dodać jedną-dwie krople zwykłej wody z kranu, rozpraszając ją równo i delikatnie palcami. Nie używać zbyt dużej ilości wody - może to skrócić przydatność żelu.

7) Przechowywać torbę z elektrodami w temperaturze pokojowej lub chłodnej (+5 - +25°C). Nie aplikować elektrod bezpośrednio na skórze, jeśli poza bezpośrednim oddziaływaniem promieni słonecznych.

## SW Bruksanvisning

1) Se till att den Bluetens är avstängd innan du använder eller tar bort elektroderna.

2) Elektroderna fäster inte ordentligt om någon lotion, kräm, olja, osv. har lämnats på huden. Renig och torka huden före varje applikation.

3) Kläm fast kabinen med elektroderna före applikationen.

4) Placera elektroderna efter positioneringsinstruktionerna som föreslås på Appen. Tryck ordentligt från centrum av elektroderna till de yttre kanterna, hela elektrodernas yta måste vara

i kontakt med huden. Vidhäftning förbättras när elektroderna är i huden.

5) Placera elektroderna åter på den högra sidan av den skyddande plastfilmen efter användning och lägg tillbaka dem i den förlustna påsen för att förhindra gelen från torka ut. Ta inte ut elektroderna genom att dra i kabeln. Lyft ett horn av elektroderna och dra den sedan långsamt bort från huden, vidtar den självhäftande gelen så lite som möjligt.

6) Elektroderna är endast avsedda för användning på en patient. Antalet applikationer beror på din hudskick, anatomet placering, typ av behandling och vård efter användning. Om den självhäftande gelen blir torr kan du lägga till en eller två droppar av vanlig kranvatten jämnt och försiktigt med dina fingertoppar. Använd inte för mycket vatten eftersom detta kan minska livslängden på gelen.

7) Förvara elektroderna i rums- eller sval temperatur (5 - 25 °C) och håll den borta från direkt soljus.

## HU Használat

1) Alkalmazás vagy az elektrodok eltávolítása előtt győződjön meg arról, hogy a Bluetens ki van kapcsolva.

2) Ha bármilyen folyadék, krém, olaj stb. marad a bőrön, az elektrodok nem tapadnak jól. Minden használat előtt tisztítsa és szárazítsa meg a bőrt.

3) Csipessze össze a kábelt az elektrodákkal használat előtt.

4) Helyezze az elektrodákat az Alkalmazás utasításában szereplő javasolt pozíciókba. Nyomja erősen az elektrodákat középpüktől a szélek felé haladva, az elektrodok teljes felületének érintkeznie kell a bőrével. Az elektrodák tapadását javítja, ha érintik a bőr hőmérsékletét.

5) Használat után helyezze vissza az elektrodákat a műanyag védő burkolat jobb oldalára és tegye vissza a lerárt táskába, hogy megakadályozza a gél kiszáradását. Ne a kábel húzásával vegye ki az elektrodákat, hanem emelje az elektrodát a sarkánál fogva és lassan húzza le a bőről úgy, hogy minél kevésbé érijen hozzá a ragasztó gélhez.

6) Az elektrodák egyszerűen csak egyetlen beteggel alkalmazhatóak. Az alkalmazások száma függ a bőr állapotától, anatómiai helyzetétől, a kezelési típusától és a használat után állapotától. Ha a ragasztó gél szárazra válik, adhat hozzá egy-két csepp közönséges csipvet és óvatosan, egyenletesen osztassa el az újjal hegyével. Ne használjon túl sok vizet, mert az csökkentheti a gél életartamát.

7) Az elektrodákat csak szobahőmérsékleten vagy hűvös helyen (+5 - +25 °C) tárolja és ne tegye ki közvetlen napfénynek.