

Пам`ятка користувача

Дякуємо за вибір COMPEX. Ви придбали якісний та сертифікований товар, що стане вашим надійним помічником і партнером в тренуваннях і реабілітації.

Обов'язково перед експлуатацією вивчіть "Інструкцію користувача", яка знаходиться на CD-диску, що постачається разом з апаратом.

Для того щоб зробити експлуатацію приладу максимально ефективною та простою, будь ласка, ознайомтеся з інформацією нижче.

1. Гарантія на даний апарат - 2 роки з моменту придбання. Окрім цього, Ви можете абсолютно безкоштовно продовжити гарантію ще на 1 рік. Все, що Вам потрібно - зареєструвати свій електростимулятор на сайті <https://www.complex.com/en/warranty-extension>. Зверніть увагу: зареєструвати прилад потрібно до того, як закінчиться термін поточної гарантії.
2. Дбайливо ставтеся до проводів, щоб уникнути заломів і відходу контактів. Відкріплюючи провід від наклеєного електрода, притримуйте пальцями металевий роз'єм, щоб не вирвати його з електрода.
3. Якщо прилад не використовувався в найближчі 3 місяці чи більше, переконайтеся, що батарея повністю заряджена. Якщо апарат не буде використовуватися найближчі 6 місяців, повністю зарядіть батарею та витягніть її з стимулятора. Перед тим як витягнути батарею виключіть стимулятор.
4. Не можна використовувати апарат, відразу після того, як внесли його в приміщення з морозу. Йому потрібна акліматизація - 15-20 хв.
5. Апарат не можна використовувати при високій вологості (в лазні, сауні).
6. Не використовувати пристрій під час зарядки та при рівні батареї менше 20% (1 поділка) батареї.
7. Не використовувати пошкоджені зарядні пристрої, особливо в поєднанні зі старою та неякісною батареєю живлення.
8. Не залишайте апарат заряджатися надовго, а лише до повної зарядки батареї.
9. Набір електродів йде в комплекті з електростимулятором. Важливо використовувати фірмові вуглецеві електроди Comrex. Приблизний термін служби електродів –30-50 використань (близько півтора місяця) при правильному використанні та зберіганні:
 - дотримуйтесь інструкції з розміщення електродів в вашому керівництві по експлуатації стимулятора;
 - клейте електроди на чисту та суху шкіру, попередньо очистивши її від крему чи жирного лосьйону;
 - знімаючи електроди, намагайтеся мінімально торкатися пальцями клейкої поверхні;

- після використання електроди потрібно приклеювати до захисної плівки з боку ON. Ніколи не клейте електроди на плівку з боку NO!
- використовуйте електроди ІНДИВІДУАЛЬНО, це питання довговічності та гігієни, насамперед це стосується людей з підвищеною чутливістю шкіри;
- потрібно завжди тримати електроди подалі від вологи (при наклеюванні на шкіру, переконайтеся, що піт також стертий з її поверхні);
- дотримуйтеся температурного режиму зберігання електродів (найкраще зберігати їх в холодильнику).

10. Пам'ятайте: апарат не може замінити повноцінних тренувань. Ідеально поєднувати електростимуляцію та звичайні тренування. В цьому випадку результат перевершить всі очікування. Оскільки існує звикання організму до навантажень, ви повинні постійно збільшувати рівень інтенсивності протягом кожної сесії (наприклад, кожні 4-5 скорочень), а також від одного сеансу до іншого. Хороший спосіб зробити це - встановити мету кожної сесії, щоб вона перевищувала рівень інтенсивності, досягнутий під час попередньої сесії. Наприклад, в перший раз ви повинні досягти рівня інтенсивності не менше 100, а потім спробувати наблизитися до рівня близько 250. Часто спортсменам вдається досягти максимуму 999!

11. У програмах відновлення та реабілітації навпаки - не варто накручувати інтенсивність, так як апарат (нові моделі) сам визначає оптимальний для Ваших м'язів рівень. Довіртеся сучасним технологіям.

12. Значних успіхів у процесі посттравматичної реабілітації можна домогтися, поєднуючи використання електростимуляції з кінезіотейпуванням. При правильному та грамотному підході ефективність процедур може збільшуватися в рази.

Бажаємо приємного користування!