



Instrukcja obsługi

Elektrostymulator TENS EMS AS-2016

Elektrostymulator TENS EMS AS-2016 to **podręczne urządzenie terapeutyczne, rehabilitacyjne i relaksacyjne**, które w naturalny sposób łagodzi ból, stany zapalne i obrzęki.

Przed użyciem prosimy o zapoznanie się z niniejszą instrukcją obsługi.

Szanowni Państwo, serdecznie dziękujemy za zakup naszego produktu.

Niniejsza instrukcja została opracowana dla elektrostymulatora AS-2016. Opisuje ona elektrostymulator, jego zastosowanie, menu, funkcje, specyfikacje techniczne, sposób użytkowania, rozwiązywanie ewentualnych problemów itp. Instrukcja opisuje również procedury bezpieczeństwa mające na celu ochronę zarówno użytkownika, jak i samego urządzenia. Szczegółowe informacje można znaleźć w odpowiednich rozdziałach.

Przed użyciem urządzenia należy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję.

Niezastosowanie się do instrukcji obsługi może spowodować uszkodzenie sprzętu lub obrażenia ciała. Producent, importer ani dystrybutor nie ponoszą odpowiedzialności za bezpieczeństwo, niezawodność, wydajność, obrażenia ciała oraz uszkodzenie urządzenia na skutek nieprzestrzegania przez użytkownika zasad zawartych w instrukcji. Serwis gwarancyjny nie obejmuje takich usterek. Produkt ten jest przeznaczony do wielokrotnego użytku.

Elektrostymulacja jest najczęściej stosowana w ortopedii, neurologii i reumatologii, a także w rehabilitacji medycznej różnych chorób zwyrodnieniowych stawów, kości i mięśni. Elektrostymulacja mięśni jest zabiegiem elektroterapeutycznym, zwanym również elektrogimnastyką, którego celem jest wywołanie reakcji motorycznej mięśnia lub grupy mięśni.

Celem elektrostymulacji jest regeneracja mięśni lub grup mięśni, zwiększenie ich siły i wytrzymałości, podniesienie lub obniżenie napięcia mięśniowego i stawowego, poprawa krążenia, zabezpieczenie przed atrofią, przez poprawę lokalnego krążenia i podniesienie temperatury, zmniejszenie obrzęków, zmniejszenie spastyczności. Elektrostymulacja to impulsy aplikowane przy użyciu elektrod punktowych. Celem zabiegu jest pobudzenie mięśni do skurczu (mięśnie kurczą się i odpoczywają w rytm płynącego z przerwami prądu).

Przygotowanie urządzenia do pracy

1. Urządzenie może wymagać ładowania przez około godzinę, gdy poziom naładowania akumulatora jest niski.
2. Podłącz przewód do portu wyjściowego na dole urządzenia (A1, A2, B1, B2). Każdy z portów może być używany pojedynczo — dzięki temu można umieścić na ciele 2, 4, 6 lub 8 elektrod.
3. Podłącz elektrody do przewodu, zatrzaszkując je.
4. Usuń folię ochronną i umieść elektrody na ciele, upewniając się, że znajdują się na skórze i nie zachodzą na siebie.
5. Włącz urządzenie za pomocą suwaka (ON/OFF).
6. Po włączeniu urządzenie uruchomi się w programie 1.
7. Wybierz jeden z 24 programów pracy na wyświetlaczu. Po wyborze programu stopniowo zwiększaj intensywność naciskając „+” lub zmniejszaj naciskając „-”. Przyciski regulacji mocy znajdują się w dolnej części urządzenia. Moc portów A i B regulowana jest oddzielnie. Przycisk A/B przetacza sterowanie między portami.
8. Aby ustawić czas, naciśnij ikonę zegara na wyświetlaczu i wybierz czas od 10 do 60 minut. Domyślnie ustawione jest 20 minut. **UWAGA: Urządzenie nie działa bez podłączenia elektrod do ciała.**
9. Po zakończeniu zabiegu wyłącz urządzenie suwakiem (OFF), a następnie odłącz elektrody.
10. Zabezpiecz elektrody oryginalną folią ochronną lub umieść je na dwustronnej podkładce.
11. Przycisk „kluczyk” blokuje wszystkie funkcje i wybór programów.
12. Przycisk „pauza” wstrzymuje działanie urządzenia, zachowując wcześniejsze ustawienia.

Opis funkcji urządzenia













1. Ustawienie czasu: dotknij ikony zegara, aby ustawić czas: 10, 20, 30, 40, 50 lub 60 minut.
2. Pole zmiany wyjścia A lub B: dotknij ikony B, aby zmienić kanał z A na B lub dotknij ikony A, aby zmienić kanał z B na A.
3. Ikona blokady ekranu: naciśnij ikonę klucza raz, aby zablokować ekran dotykowy; naciśnij ponownie, aby go odblokować. Gdy ekran jest zablokowany, ikona blokady miga.
4. Wyjście A
5. Port USB – do ładowania baterii
6. Wyjście B
7. Włącznik/wyłącznik – przesunij suwak w lewo lub w prawo, aby włączyć/wyłączyć urządzenie
8. Wskaźnik poziomu baterii
9. Przycisk „+” – zwiększa intensywność (1–20 poziomów)
10. Przycisk „-” – zmniejsza intensywność (1–20 poziomów)
11. Wybór programu – wybierz jeden z 24 programów terapeutycznych na ekranie dotykowym
12. Pauza – wstrzymuje wszystkie działania urządzenia
13. Przycisk zmiany wyjścia A/B



Rys. opisu funkcji urządzenia



Tryb	Nazwa	Opis	Funkcja
1.	Tuina	Symulacja Tuiny to praktyczny zabieg na ciało, który otwiera przepływ Qi przez meridiany.	Szczególnie skuteczny w bólu stawów, rwie kulszowej, skurczach mięśni i bólu pleców, szyi, ramion. Pomaga też przy bezsenności, zaparciach, bólach głowy i napięciu.
2.	Acupuncture	Symulowana akupunktura daje wrażenie jak prawdziwa, bez użycia igieł, wykorzystując impulsy do różnych głębokości nakłuć.	Stymulując określone punkty akupunkturowe koryguje zaburzenia przepływu Qi przez meridiany.
3.	Tapping	Symuluje uderzenia, które masują mięśnie, dając uczucie ożywienia i rewitalizacji.	Szczególnie skuteczny w rozluźnianiu mięśni.
4.	Guasha	Prądy niskiej częstotliwości. Zapewnią uczucie drapania i ugniatania. Uwalniają niezdrowe elementy z uszkodzonych obszarów wspomagają krążenie i gojenie.	Skuteczna w ostrych i przewlekłych chorobach wewnętrznych. Przynosi natychmiastową ulgę w bólu, sztywności, kaszlu, mdłościach, itd.
5.	Cupping	Symulacja baniek, stała stymulacja napinająca mięśnie.	Łagodzi bóle pleców, karku, sztywność mięśni, migreny, zmęczenie, reumatyzm, cellulit.
6.	Shiatsu	Masaż "ucisk palcami" przywracający równowagę energetyczną organizmu, głęboki relaks i redukcja napięcia mięśniowego.	Pomaga w bólach głowy, pleców, problemach trawiennych, zatokowych i skórnych.
7.	Pressure	Manipulacja mięśni i tkanki łącznej różnymi technikami.	Poprawia funkcje, wspomaga gojenie, zmniejsza napięcie mięśni, relaksuje i poprawia samopoczucie.
8.	Back Pain	Niskoczęstotliwościowa wibracja wspomaga krążenie i łagodzi ból.	Szczególnie polecany na dolne partie pleców.
9.	Deep Tissue Massage	Masaż tkanek głębokich/masaż szwedzki. Mocny nacisk uwalnia od chronicznego napięcia mięśni.	Przynosi ulgę w bólu i sztywności związanej z urazami sportowymi, przeciążeniami, zwyrodnieniami, skurczami mięśni, zespołem cieśni nadgarstka.
10.	Body Building	Impulsy elektryczne powodują skurcze mięśni, co prowadzi do ich wzmocnienia.	Pomaga w rozbudowie mięśni, rozluźnianiu skurczów, zwiększeniu zakresu ruchu, regeneracji po urazach i operacjach.
11.	Weight Loss	Połączenie akupunktury i impulsów.	Pomaga schudnąć, wzmocnić i ujędrnić mięśnie brzucha, pleców, ud, ramion.
12.	Combination	Automatyczne połączenie trybów dla relaksu.	Pełny relaks ciała po treningu, ćwiczeniach lub ciężkim dniu pracy.

13. Ramiona  14. Szyja  15. Plecy  16. Łokieć  17. Biodro  18. Kostka 
19. Stopa  20. Ręka  21. Kolano  22. Nadgarstek  23. Ucho  24. Relaks 

Bezpieczeństwo obsługi

- ⊗ Nigdy nie przyklejaj elektrod do skóry, gdy urządzenie jest włączone – grozi porażeniem prądem.
- ⊗ W przypadku nieprawidłowego działania urządzenia lub dyskomfortu natychmiast zaprzestań używania.
- ⊗ Nie używaj urządzenia w wilgotnym środowisku, podczas kąpieli, prowadzenia pojazdu lub snu.
- ⊗ Serwis i konserwację mogą wykonywać wyłącznie wykwalifikowane osoby. Użytkownik nie może samodzielnie wykonywać czynności konserwacyjnych.
- ⊗ Użyłuj urządzenie, akcesoria, baterie i opakowania zgodnie z lokalnie obowiązującymi przepisami prawa.
- ⊗ Nie używaj elektrostymulatora jednocześnie z urządzeniami nieopisanymi w niniejszej instrukcji.
- ⊗ Nie podłączaj elektrod do urządzeń metalowych.
- ⊗ Trzymaj urządzenie z dala od substancji żrących, wybuchowych, wysokich temperatur i wilgoci.
- ⊗ Jeśli elektrostymulator lub akcesoria zostaną zamoczone, natychmiast przestań go używać.
- ⊗ Po przeniesieniu urządzenia z zimnego i wilgotnego środowiska do ciepłego odczekaj przed włączeniem.
- ⊗ Nie dezynfekuj urządzenia gorącą parą ani pod wysokim ciśnieniem.
- ⊗ Przechowuj urządzenie w suchym miejscu, nadmierna wilgoć może je uszkodzić.
- ⊗ Nie naciskaj panelu głównego ostrymi przedmiotami.
- ⊗ Nie zanurzaj elektrostymulatora w płynach, czyść miękką ściereczką nasączoną alkoholem medycznym.
- ⊗ Nie używaj urządzenia w środowisku łatwopalnym – ryzyko wybuchu.

Ostrzeżenia i przeciwwskazania

- ⊗ Choroby serca bez wcześniejszej konsultacji z lekarzem.
- ⊗ Osoby z rozrusznikiem serca lub innym wszczepionym urządzeniem defibrylacyjnym.
- ⊗ Choroby takie jak epilepsja, arytmia.
- ⊗ Wysoka gorączka, przewlekłe choroby infekcyjne.
- ⊗ Wczesny okres po urazie mięśni (7–10 dni).
- ⊗ Nieprawidłowe ciśnienie tętnicze krwi.
- ⊗ Menstruacja, ciąża lub okres poporodowy.
- ⊗ Karmienie piersią.
- ⊗ Przepuklina brzuszna lub pachwinowa.
- ⊗ Nowotwory łagodne i złośliwe.
- ⊗ Na ranach ciętych / chorobach skóry / zmianach skórnych / obrzękach / zapaleniu żył / zakrzepowym zapaleniu żył / żyłakach.
- ⊗ Jeśli ciało jest mokre po kąpieli, prysznicu lub w wyniku pocenia się.
- ⊗ Choroby gruźlicze.
- ⊗ Obecność metalowych ciał obcych w tkankach.
- ⊗ Niewydolność naczyń krwionośnych.
- ⊗ Stany zapalne skóry i tkanek miękkich.
- ⊗ Egzemy (zmiany dermatologiczne).
- ⊗ Elektrod nie wolno umieszczać w okolicy zatoki tętnicy szyjnej, szyi, krtani, w jamie ustnej i gardła ani na ustach, ponieważ może to spowodować silne skurcze mięśni krtani i gardła; skurcze te mogą być na tyle silne, że zamkną drogi oddechowe lub spowodują trudności w oddychaniu.
- ⊗ Nie umieszczaj elektrod nad oczami ani na oczach.
- ⊗ Nie stymuluj klatki piersiowej w okolicy serca, ponieważ wprowadzenie prądu elektrycznego do serca może spowodować zaburzenia rytmu serca.
- ⊗ Stymulacji nie wolno stosować przez mózg.

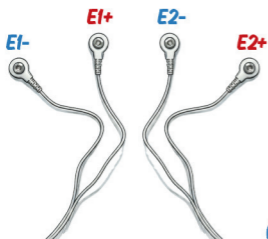
Dodatkowe uwagi

- ⊗ Długoterminowe skutki przewlekłej stymulacji elektrycznej nie są znane.
- ⊗ Nie używaj urządzenia u dzieci, niemowląt ani noworodków.
- ⊗ Produkt jest przeznaczony dla osób dorosłych.
- ⊗ Jeśli masz wątpliwości, czy możesz używać elektrostymulatora, skonsultuj się z lekarzem.

Wskazania do stosowania

- ⊗ kształtowanie sylwetki
- ⊗ odchudzanie (redukcja tkanki tłuszczowej)
- ⊗ zwiększenie wytrzymałości mięśniowej
- ⊗ rozluźnienie i relaksacja
- ⊗ rozgrzewka przed treningiem
- ⊗ odbudowa mięśni (mięśnie brzucha, mięśnie naramienne, bicepsy, tricepsy, mięśnie przedramienia, pośladki, mięsień czworogłowy uda, mięsień tydki)
- ⊗ zapobieganie lub hamowanie spazmu mięśniowego
- ⊗ reedukacja utraconych funkcji mięśni
- ⊗ utrzymanie lub zwiększenie zakresu ruchu w stawach
- ⊗ rehabilitacja po urazach
- ⊗ niestrzymanie moczu-stymulacja nerwu strzałkowego
- ⊗ bóle kręgosłupa (odcinek szyjny, barkowy, piersiowy, lędźwiowy)
- ⊗ kręcz szyi (sztywność / skurcz szyi)
- ⊗ poprawa lokalnego krążenia krwi
- ⊗ bóle po urazach mechanicznych
- ⊗ stany zwyrodnieniowe
- ⊗ nerwobóle
- ⊗ reumatyzm
- ⊗ migreny
- ⊗ zespół łokcia tenisisty
- ⊗ bóle łokci
- ⊗ bóle kolan
- ⊗ opadająca stopa

2 Kable



1 Kabel



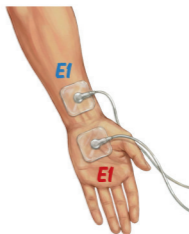
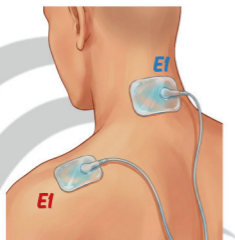
TENS

Przewlekły ból kręgosłupa
szyjnego

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,9,13

Ból nadgarstka

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,16,22

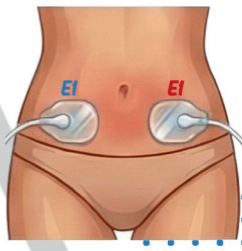


Ból kostki

⊖ PROGRAM: 1,2,3,5,18

Łagodzenie bólu brzucha

⊖ PROGRAM: 1,7



Ból stawu łokciowego

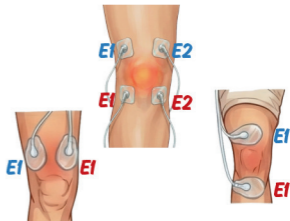
PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,16,22



Ból kolana

Choroba zwyrodnieniowa kolana

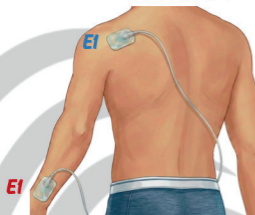
PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,10,21



Rwa barkowa

Ucisk rdzenia kręgowego w odcinku szyjnym

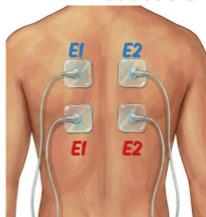
PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,13,22



Nadmierne napięcie mięśni przykręgosłupowych

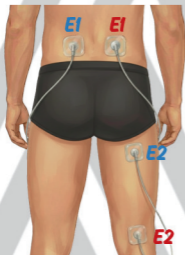
Odcinek piersiowy

PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,10,21



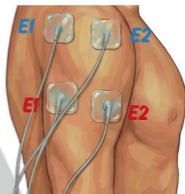
Rwa kulszowa

PROGRAM: 1,2,3,4,5,8,17



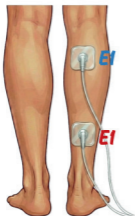
Ból barku

PROGRAM: 2,3,4,13



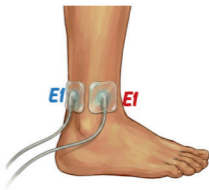
Ból lub napięcie w łydce

⊗ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,18



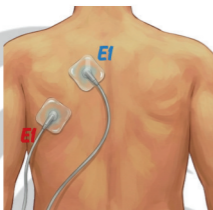
Ból stawu skokowego

⊗ PROGRAM: 1,2,3,4,18



Ból łopatki

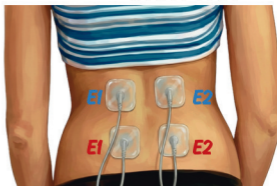
⊗ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,9,15



Bóle krzyżowo-łędźwiowe

⊗ Napięcie mięśni kręgosłupa lędźwiowego bez promieniowania bólu do kończyn dolnych

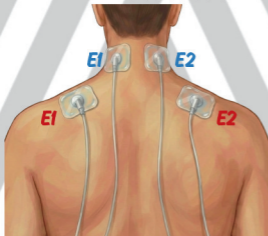
⊗ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,15



Napięcie mięśni przykręgosłupowych

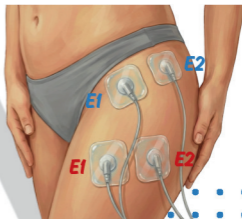
⊗ Odcinek szyjny

⊗ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,13,15



Ból biodra

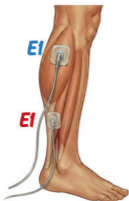
⊗ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,9,17



Nietrzymanie moczu

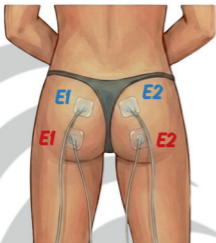
- ⊗ Elektrostymulacja nerwu piszczelowego krótkiego i długiego (strzałkowego)

⊗ PROGRAM: 10



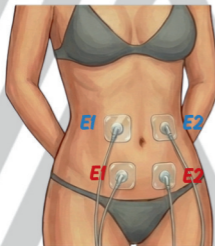
Mięśnie pośladkowe

⊗ PROGRAM: 10,11



Mięśnie brzucha

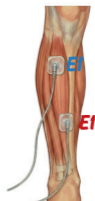
⊗ PROGRAM: 10,11



Opadająca stopa

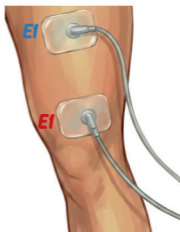
- ⊗ Uszkodzenie nerwu lub zanik mięśnia przedniego piszczelowego

⊗ PROGRAM: 10



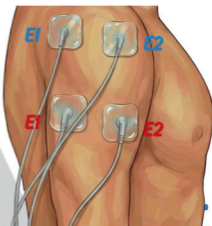
Mięsień czworogłowy uda

⊗ PROGRAM: 10,11



Mięsień naramienny

⊗ PROGRAM: 10,11



EMS



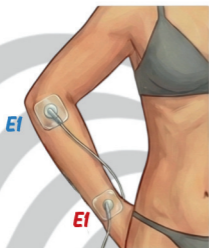
Mięśnie ramion

PROGRAM: 10,11



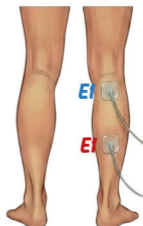
Mięśnie przedramienia

PROGRAM: 10,11



Mięśnie łydki

PROGRAM: 10,11



Mięsień dwugłowy

PROGRAM: 10,11



UWAGA!

Elektroterapia nie zastępuje leczenia medycznego.

Przed rozpoczęciem stosowania elektrostymulatora zaleca się konsultację z lekarzem lub fizjoterapeutą, w szczególności w przypadku chorób przewlekłych, dolegliwości bólowych o nieznanym pochodzeniu, po urazach lub zabiegach chirurgicznych.

Użytkownik korzysta z urządzenia na własną odpowiedzialność i zobowiązany jest do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz zaleceń zawartych w instrukcji obsługi.

Producent, importer ani dystrybutor nie ponoszą odpowiedzialności za skutki niewłaściwego lub niezgodnego z instrukcją użytkowania urządzenia.



Instrukcja użytkowania elektrod samoprzylepnych

- ☑ Upewnij się, że urządzenie jest wyłączone.
- ☑ W razie potrzeby usuń owłosienie w miejscu aplikacji.
- ☑ Odtłuść i osusz skórę (wydłuża to żywotność elektrod).
- ☑ Podłącz elektrody do urządzenia i zdejmij folię zabezpieczającą (zachowaj ją do ponownego użycia; w razie uszkodzenia użyj podkładek dwustronnych z zestawu).
- ☑ Przyklej elektrody do skóry i lekko dociśnij.
- ☑ Przed uruchomieniem zapoznaj się z instrukcją obsługi urządzenia.
- ☑ Po zabiegu powoli odklej elektrody, zaczynając od rogu, i przyklej je ponownie na folię zabezpieczającą.
- ☑ Przechowuj elektrody w opakowaniu, w suchym miejscu.
- ☑ Wymień elektrody, gdy słabo się trzymają lub żel jest suchy albo zabrudzony.
- ☑ Nie sklejać odsloniętych elektrod, może to je uszkodzić.
- ☑ Elektrody nie są przeznaczone do dezynfekcji; każdy użytkownik powinien mieć własne.

Specyfikacja techniczna urządzenia

- 2 techniki stymulacji: EMS i TENS
- 24 programy
- 20 poziomów intensywności / regulacja mocy niezależnie dla strefy A i B
- Możliwość podłączenia maksymalnie 8 elektrod w tym samym czasie
- Duży, dotykowy, czytelny, podświetlany wyświetlacz LCD
- Regulacja czasu pracy (10 – 60 minut)
- Podgląd czasu zabiegu
- Funkcja blokowania ekranu dotykowego
- Zasilanie akumulatorowe: akumulator litowo-jonowy 300 mAh
- Częstotliwość 1-120 Hz, moc urządzenia od 6 do 140 mA
- Ładowanie przez gniazdo USB-C (zasilacz 240V)
- Standard podłączenia elektrod: SNAP 3,5 mm
- Certyfikaty: wyrób oznaczony CE

Rozwiązywanie problemów

Słaba stymulacja

- ☑ Upewnij się, że elektrody nie nakładają się na siebie.
- ☑ Sprawdź, czy elektrody i kabel są prawidłowo podłączone.
- ☑ Sprawdź prawidłowe umiejscowienie elektrod.
- ☑ Upewnij się, że elektrody dobrze przylegają do skóry i nie są suche, w razie potrzeby wymień je na nowe.
- ☑ Sprawdź, czy poziom mocy stymulacji nie jest ustawiony zbyt nisko.

Brak stymulacji

- ☑ Sprawdź, czy elektrody i kabel są prawidłowo podłączone.
- ☑ Upewnij się, że elektrody dobrze przylegają do skóry.

Jedna elektroda działa silniej niż druga.

- ☑ To normalne, różne części ciała reagują inaczej.
- ☑ Upewnij się, że elektrody nie są suche i dobrze przylegają do skóry.

Elektrody żelowe nie przyklejają się do skóry nawet po oczyszczeniu i zwilżeniu.

- ☑ Należy wymienić samoprzylepne podkładki żelowe.

Wyświetlacz i tryb terapii działają, ale brak stymulacji

- ☑ Sprawdź, czy elektrody są prawidłowo umieszczone i dobrze przylegają do skóry (urządzenie może się wyłączyć po ok. 10 s, gdy elektroda odpadnie lub nie wszystkie z dwóch lub czterech elektrod zostały przyklejone do ciała).
- ☑ Sprawdź poziom mocy, ustaw natężenie tak, aby była odczuwalna łagodna stymulacja.
- ☑ Upewnij się, że elektrody nie nakładają się na siebie.

Po włączeniu nie świeci się ani wyświetlacz, ani tryby terapii

- ☑ Sprawdź, czy urządzenie jest naładowane.

Skóra staje się zaczerwieniona.

- ☑ Sprawdź czas terapii, nie przekraczaj 10-15 minut.
- ☑ Upewnij się, że elektrody nie są suche ani zabrudzone, w razie potrzeby wymień je na nowe.
- ☑ Sprawdź, czy elektrody dobrze przylegają do skóry.



Aksesoria

- Ø Zasilacz sieciowy 240V
- Ø Przewód łączący elektrody – 4 szt.
- Ø Przewód łączący zasilacz poprzez USB-C
- Ø Dwustronna podkładka
- Ø Rysik
- Ø Opakowanie kartonowe
- Ø Elektrody hydrożelowe na ciało
- Ø Elektrody-rękawiczki – opcjonalnie
- Ø Elektrody-skarpetki – opcjonalnie
- Ø Elektrody na kolano – opcjonalnie
- Ø Elektrody-klapki – opcjonalnie
- Ø Instrukcja obsługi



Elektrostymulator **AS-2016** jest wyrobem spełniającym wszelkie normy bezpieczeństwa. Posiada **dwa Certyfikaty CE (EMC i LVD)**. Certyfikat **EMC** jest zgodny z Dyrektywą Parlamentu Europejskiego i Rady **2014/30/EU** z dnia 26 lutego 2014 roku – kompatybilność elektromagnetyczna. Certyfikat **LVD** jest zgodny z Dyrektywą Parlamentu Europejskiego i Rady **2014/35/EU** z dnia 26 lutego 2014 roku – dyrektywa niskonapięciowa.



Ten symbol oznacza, że produktu tego nie wolno wyrzucać wraz z innymi odpadami z gospodarstwa domowego. Użytkownik jest odpowiedzialny za dostarczenie zużytego urządzenia do punktu zajmującego się utylizacją sprzętu elektrycznego i elektronicznego. Osobne zbieranie i przetwarzanie wtórne urządzeń sprzyja ochronie środowiska naturalnego i zdrowia człowieka. Więcej informacji na temat utylizacji urządzeń można uzyskać od władz lokalnych, firm utylizacyjnych oraz w miejscu zakupu tego produktu.

Importer:

Molido Paweł Gryc
ul. Srebrna 39, 65-128 Zielona Góra (PL)
tel. (+48)883-701-993 kontakt@molido.pl
Made in P.R.C.



www.medicalaboratories.com

PL Instrukcja obsługi
CZ Návod k obsluze
DE Bedienungsanleitung
EN User manual





Návod k obsluze

Elektrostimulátor TENS EMS AS-2016

Elektrostimulátor TENS EMS AS-2016 je přenosné terapeutické, rehabilitační a relaxační zařízení, které přirozeným způsobem zmírňuje bolest, záněty a otoky.

Před použitím si prosím přečtěte tento návod k použití.

Vážení zákazníci, děkujeme Vám za zakoupení našeho produktu.

Tento návod byl vypracován pro elektrostimulátor AS-2016. Popisuje elektrostimulátor, jeho použití, menu, funkce, technické specifikace, způsob použití, řešení případných problémů atd. Návod také popisuje bezpečnostní postupy, které mají chránit jak uživatele, tak samotné zařízení. Podrobné informace naleznete v příslušných kapitolách.

Před použitím zařízení si pečlivě přečtěte tento návod.

Nedodržení pokynů v návodu k použití může způsobit poškození zařízení nebo zranění. Výrobce, dovozce ani distributor nenesou odpovědnost za bezpečnost, spolehlivost, výkonnost, zranění osob ani poškození zařízení v důsledku nedodržení pokynů uvedených v návodu uživatelem. Záruční servis se na takové závady nevztahuje. Tento produkt je určen k opakovanému použití.

Elektrostimulace se nejčastěji používá v ortopedii, neurologii a revmatologii, ale také v rehabilitaci různých degenerativních onemocnění kloubů, kostí a svalů. Elektrostimulace svalů je elektroterapeutická procedura, nazývaná také elektrogymnastika, jejímž cílem je vyvolat motorickou reakci svalu nebo skupiny svalů.

Cílem elektrostimulace je regenerace svalů nebo svalových skupin, zvýšení jejich síly a vytrvalosti, zvýšení nebo snížení svalového a kloubního napětí, zlepšení krevního oběhu, ochrana před atrofií zlepšením lokálního krevního oběhu a zvýšením teploty, snížení otoků, snížení spasticity. Elektrostimulace spočívá v aplikaci impulsů pomocí bodových elektrod. Cílem procedury je stimulace svalů ke kontrakci (svaly se stahují a uvolňují v rytmu přerušovaného proudu).

Příprava zařízení k provozu

1. Zařízení může vyžadovat přibližně hodinové nabíjení, pokud je úroveň nabití baterie nízká.
2. Připojte kabel k výstupnímu portu ve spodní části zařízení (A1, A2, B1, B2). Každý z portů lze použít samostatně, což umožňuje umístit na tělo 2, 4, 6 nebo 8 elektrod.
3. Připojte elektrody k kabelu a zacvakněte je.
4. Odstraňte ochrannou fólii a umístěte elektrody na tělo tak, aby byly na kůži a nepřekrývaly se.
5. Zapněte zařízení pomocí posuvníku (ON/OFF).
6. Po zapnutí se zařízení spustí v programu 1.
7. Vyberte jeden z 24 programů na displeji. Po výběru programu postupně zvyšujte intenzitu stisknutím tlačítka „+“ nebo snižujte stisknutím tlačítka „-“. Tlačítka pro nastavení výkonu se nacházejí ve spodní části zařízení. Výkon portů A a B se nastavuje samostatně. Tlačítko A/B přepíná ovládání mezi porty.
8. Chcete-li nastavit čas, stiskněte ikonu hodin na displeji a vyberte čas od 10 do 60 minut. Výchozí nastavení je 20 minut. **POZNÁMKA: Zařízení nefunguje, pokud nejsou elektrody připojeny k tělu.**
9. Po ukončení procedury vypněte zařízení posuvníkem (OFF) a poté odpojte elektrody.
10. Elektrody chraňte originální ochrannou fólií nebo je uložte na oboustrannou podložku.
11. Tlačítko „klíč“ blokuje všechny funkce a výběr programů.
12. Tlačítko „pauza“ pozastaví činnost zařízení a zachová předchozí nastavení.

Popis funkcí zařízení

1. Nastavení času: klepnutím na ikonu hodin nastavte čas: 10, 20, 30, 40, 50 nebo 60 minut.
2. Pole pro změnu výstupu A nebo B: klepnutím na ikonu B přepnete kanál z A na B nebo klepnutím na ikonu A přepnete kanál z B na A.
3. Ikona zámku obrazovky: stiskněte ikonu klíče jednou pro uzamčení dotykové obrazovky; stiskněte znovu pro odemčení. Když je obrazovka uzamčena, ikona zámku bliká.
4. Výstup A
5. Port USB – pro nabíjení baterie
6. Výstup B
7. Zapínač/vypínač – posuňte posuvník doleva nebo doprava pro zapnutí/vypnutí zařízení
8. Indikátor stavu baterie
9. Tlačítko „+“ – zvyšuje intenzitu (1–20 úrovní)
10. Tlačítko „-“ – snižuje intenzitu (1–20 úrovní)
11. Výběr programu – vyberte jeden z 24 terapeutických programů na dotykovém displeji
12. Pauza – pozastaví všechny činnosti zařízení
13. Tlačítko pro změnu výstupu A/B



Obrázek popisu
funkce zařízení



Režim	Název	Description	Funkce
1.	Tuina	Simulace Tuiny je praktická procedura na tělo, která otevírá tok Qi meridiány.	Zvláště účinný při bolestech kloubů, ischiasu, svalových křečích a bolestech zad, krku a ramen. Pomáhá také při nespavosti, zácpě, bolestech hlavy a napětí.
2.	Acupuncture	Simulovaná akupunktura působí jako skutečná, bez použití jehel, využívá impulsy k různým hloubkám vpichů.	Stimulací určitých akupunkturních bodů koriguje poruchy toku Qi meridiány.
3.	Tapping	Simuluje údery, které masírují svaly a vyvolávají pocit oživení a revitalizace.	Obzvláště účinný při uvolňování svalů.
4.	Guasha	Nízkofrekvenční proudy. Zajišťují pocit škrábání a hnětení. Uvolňují nezdravé prvky z poškozených oblastí, podporují krevní oběh a hojení.	Účinný při akutních a chronických vnitřních onemocněních. Přináší okamžitou úlevu od bolesti, ztuhlosti, kašle, nevolnosti atd.
5.	Cupping	Simulace bublin, stálá stimulace napínající svaly.	Zmírňuje bolesti zad, krku, ztuhlost svalů, migrény, únavu, revmatismus, celulitidu.
6.	Shiatsu	Masáž „tlak prsty“ obnovující energetickou rovnováhu organismu, hlubokou relaxaci a snížení svalového napětí.	Pomáhá při bolestech hlavy, zad, zažívacích potížích, problémech se sinusy a kožních potížích.
7.	Pressure	Manipulace svalů a pojivové tkáně různými technikami.	Zlepšuje funkce, podporuje hojení, snižuje napětí svalů, uvolňuje a zlepšuje náladu.
8.	Back Pain	Nízkofrekvenční vibrace podporují krevní oběh a zmírňují bolest.	Zvláště doporučeno pro dolní část zad.
9.	Deep Tissue Massage	Masáž hlubokých tkání/švédská masáž. Silný tlak uvolňuje chronické svalové napětí.	Přináší úlevu od bolesti a ztuhlosti spojené se sportovními úrazy, přetížením, degenerativními změnami, svalovými křečemi a syndromem karpálního tunelu.
10.	Body Building	Elektrické impulsy způsobují svalové kontrakce, což vede k jejich posílení.	Pomáhá při budování svalů, uvolňování křečů, zvyšování rozsahu pohybu, regeneraci po úrazech a operacích.
11.	Weight Loss	Kombinace akupunktury a impulsů.	Pomáhá zhubnout, posílit a zpevnit svaly břicha, zad, stehna a paží.
12.	Combination	Automatické spojení režimů pro relaxaci.	Úplná relaxace těla po tréninku, cvičení nebo náročném pracovním dni.

13. Ramena 

14. Krk 

15. Záda 

16. Loket 

17. Bedro 

18. Kotníky 

19. Noha 

20. Ruka 

21. Koleno 

22. Zápěstí 

23. Ucho 

24. Relax 

Bezpečnost obsluhy

- ⊗ Nikdy nepřipevňujte elektrody na kůži, když je zařízení zapnuté – hrozí nebezpečí úrazu elektrickým proudem.
- ⊗ V případě nesprávné funkce zařízení nebo nepohodlí okamžitě přestaňte zařízení používat.
- ⊗ Nepoužívejte zařízení ve vlhkém prostředí, při koupání, řízení vozidla nebo spánku.
- ⊗ Servis a údržbu smí provádět pouze kvalifikované osoby. Uživatel nesmí provádět údržbu sám.
- ⊗ Zařízení, příslušenství, baterie a obaly likvidujte v souladu s místními platnými právními předpisy.
- ⊗ Nepoužívejte elektrostimulátor současně se zařízeními, která nejsou popsána v tomto návodu.
- ⊗ Nepřipojujte elektrody k kovovým zařízením.
- ⊗ Udržujte zařízení mimo dosah žíravých, výbušných látek, vysokých teplot a vlhkosti.
- ⊗ Pokud se elektrostimulátor nebo příslušenství namočí, okamžitě jej přestaňte používat.
- ⊗ Po přemístění zařízení z chladného a vlhkého prostředí do teplého počkejte před zapnutím.
- ⊗ Nedezinfikujte zařízení horkou párou ani vysokým tlakem.
- ⊗ Uchovávejte zařízení na suchém místě, nadměrná vlhkost může zařízení poškodit.
- ⊗ Netlačte na hlavní panel ostrými předměty.
- ⊗ Neponořujte elektrostimulátor do tekutin, čistěte jej měkkým hadříkem navlhčeným lékařským alkoholem.
- ⊗ Nepoužívejte zařízení v prostředí s nebezpečím vznícení – riziko výbuchu.

Ostrzeňenia i przeciwwskazania

- ⊗ Srdeční onemocnění bez předchozí konzultace s lékařem.
- ⊗ Osoby s kardiostimulátorem nebo jiným implantovaným defibrilačním zařízením.
- ⊗ Onemocnění jako epilepsie, arytmie.
- ⊗ Vysoká horečka, chronická infekční onemocnění.
- ⊗ Časné období po poranění svalů (7–10 dní).
- ⊗ Abnormální krevní tlak.
- ⊗ Menstruace, těhotenství nebo poporodní období.
- ⊗ Kojení.
- ⊗ Abdominální nebo tříselná kýla.
- ⊗ Benigní a maligní nádory.
- ⊗ Na febrilních ranách / kožních onemocněních / kožních změnách / otocích / zánětech žil / tromboflebitidě / křečových žilách.
- ⊗ Pokud je tělo mokré po koupeli, sprše nebo v důsledku pocení.
- ⊗ Tuberkulózní onemocnění.
- ⊗ Přítomnost kovových cizích těles v tkáních.
- ⊗ Selhání krevních cév.
- ⊗ Záněty kůže a měkkých tkání.
- ⊗ Ekzémy (dermatologické změny).
- ⊗ Elektrody nesmí být umístěny v oblasti krční tepny, krku, hrtanu, v ústech a krku ani na rtech, protože by to mohlo způsobit silné křeče svalů hrtanu a krku; tyto křeče mohou být tak silné, že uzavřou dýchací cesty nebo způsobí potíže s dýcháním.
- ⊗ Neumisťujte elektrody nad oči ani na oči.
- ⊗ Nestimulujte hrudník v oblasti srdce, protože zavedení elektrického proudu do srdce může způsobit poruchy srdečního rytmu.
- ⊗ Stimulaci nesmíte provádět přes mozek.

Další poznámky

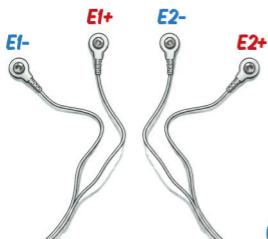
- ⊗ Dlouhodobé účinky chronické elektrické stimulace nejsou známy.
- ⊗ Nepoužívejte zařízení u dětí, kojenců ani novorozenců.
- ⊗ Produkt je určen pro dospělé osoby.
- ⊗ Pokud máte pochybnosti, zda můžete elektrostimulátor používat, poraďte se se svým lékařem.

Indikace pro použití

- ⊗ tvarování postavy
- ⊗ hubnutí (redukce tukové tkáně)
- ⊗ zvýšení svalové vytrvalosti
- ⊗ uvolnění a relaxace
- ⊗ rozcvička před tréninkem
- ⊗ budování svalů (břišní svaly, ramenní svaly, bicepsy, tricepsy, svaly předloktí, hýždě, čtyřhlavý sval stehna, lýtkový sval)
- ⊗ prevence nebo potlačení svalových křečí
- ⊗ reedukace ztracených svalových funkcí
- ⊗ udržení nebo zvýšení rozsahu pohybu v kloubech
- ⊗ rehabilitace po úrazech
- ⊗ inkontinence moči – stimulace nervu fibularis
- ⊗ bolesti páteře (krční, ramenní, hrudní, bederní)
- ⊗ tortikylóza (zduhlost / křeč krku)
- ⊗ zlepšení lokálního krevního oběhu
- ⊗ bolesti po mechanických úrazech
- ⊗ degenerativní stavy
- ⊗ neuralgie
- ⊗ revmatismus
- ⊗ migrény
- ⊗ tenisový loket
- ⊗ bolesti loktů
- ⊗ bolesti kolen
- ⊗ pokleslá noha

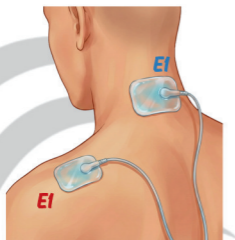


2 Kabely



Chronická bolest krční páteře

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,9,13



Bolest kotníku

⊖ PROGRAM: 1,2,3,5,18

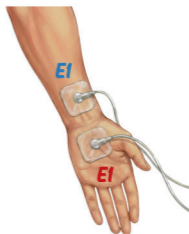


1 Kabel



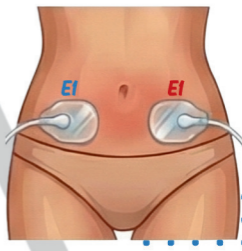
Bolest zápěstí

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,16,22



Zmírnění bolesti břicha

⊖ PROGRAM: 1,7



TENS



Bolest loketního kloubu

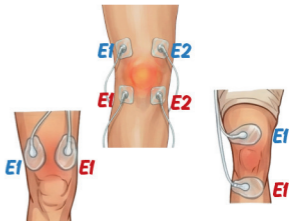
☐ PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,16,22



Bolest kolene

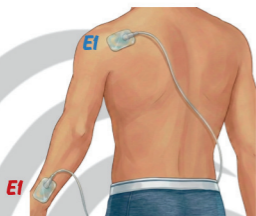
☐ Osteoartróza kolene

☐ PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,10,21



Krční radikulopatie (útlak míchy v krční páteři)

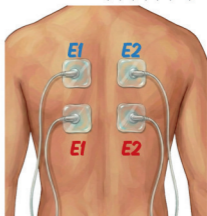
☐ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,13,22



Nadměrné napětí paravertebrálních svalů

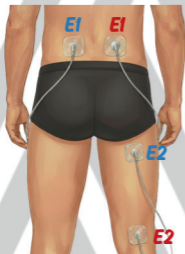
☐ Hrudní úsek

☐ PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,10,21



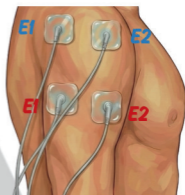
Ischias

☐ PROGRAM: 1,2,3,4,5,8,17



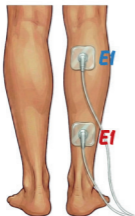
Bolest ramene

☐ PROGRAM: 2,3,4,13



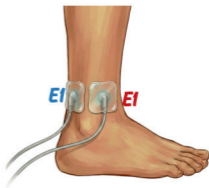
Bolest nebo napětí v lýtku

Ø PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,18



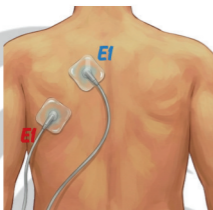
Bolest hlezenního kloubu

Ø PROGRAM: 1,2,3,4,18



Bolest lopatky

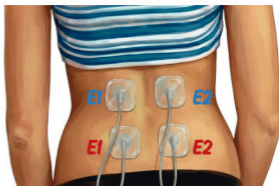
Ø PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,9,15



Výhřez bederní meziobratlové ploténky

Ø Natažení svalů bederní páteře bez vyzařování
bolesti do dolních končetin

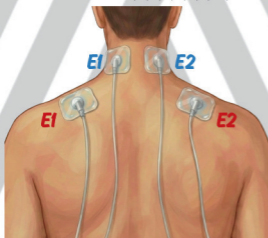
Ø PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,15



Napětí paravertebrálních svalů

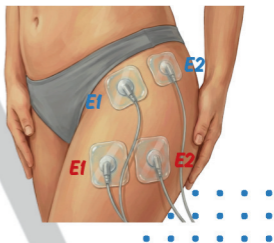
Ø Krční páteř

Ø PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,13,15



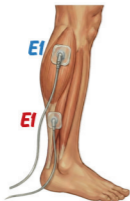
Bolest kyčle

Ø PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,9,17



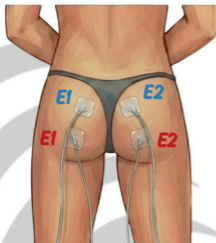
Inkontinence moči

- ⊗ Elektrostimulace krátkého a dlouhého lýtkového (peroneálního) nervu
- ⊗ PROGRAM: 10



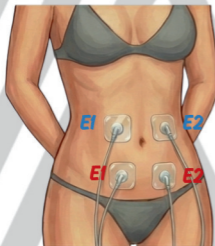
Svaly hýžděvé

- ⊗ PROGRAM: 10,11



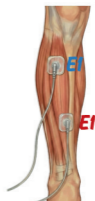
Břišní svaly

- ⊗ PROGRAM: 10,11



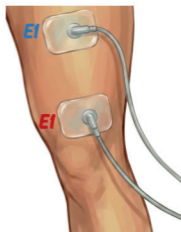
Klesající sazba

- ⊗ Poranění nervu nebo atrofie předního holenního svalu
- ⊗ PROGRAM: 10



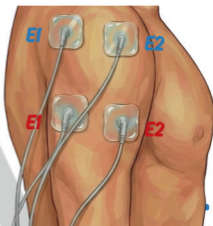
Sval čtyřhlavý stehenní

- ⊗ PROGRAM: 10,11



Deltový sval

- ⊗ PROGRAM: 10,11



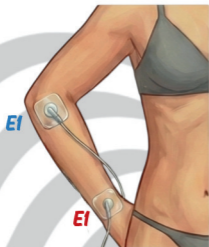
Svaly paží

PROGRAM: 10,11



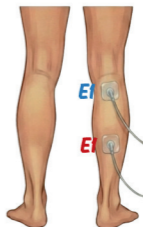
Svaly předloktí

PROGRAM: 10,11



Svaly lýtka

PROGRAM: 10,11



Dwuhlavý sval

PROGRAM: 10,11



UPOZORNĚNÍ

Elektroterapie nenahrazuje lékařskou léčbu.

Před zahájením používání elektrostimulátoru se doporučuje konzultovat s lékařem nebo fyzioterapeutem, zejména v případě chronických onemocnění, bolestivých potíží neznámého původu, po úrazech nebo chirurgických zákrocích.

Uživatel používá zařízení na vlastní odpovědnost a je povinen dodržovat bezpečnostní pravidla a doporučení uvedená v návodu k použití. Výrobce, dovozce ani distributor nenesou odpovědnost za následky nesprávného nebo v rozporu s návodem k použití zařízení.



Návod k použití samolepicích elektrod

- ⊗ Ujistěte se, že je zařízení vypnuté.
- ⊗ V případě potřeby odstraňte ochlupení v místě aplikace.
- ⊗ Odmašťte a osušte pokožku (prodlouží to životnost elektrod).
- ⊗ Připojte elektrody k zařízení a sejměte ochrannou fólii (uschovejte ji pro další použití; v případě poškození použijte oboustranné podložky z balení).
- ⊗ Přilepte elektrody na pokožku a lehce přitlačte.
- ⊗ Před spuštěním si přečtěte návod k použití zařízení.
- ⊗ Po ošetření pomalu odlepte elektrody, počínaje rohem, a znovu je přilepte na ochrannou fólii.
- ⊗ Elektrody skladujte v obalu na suchém místě.
- ⊗ Vyměňte elektrody, pokud špatně drží nebo je gel suchý nebo znečištěný.
- ⊗ Nelepte odkryté elektrody k sobě, mohlo by dojít k jejich poškození.
- ⊗ Elektrody nejsou určeny k dezinfekci, každý uživatel by měl mít své vlastní.

Technické specifikace zařízení

- 2 stimulační techniky: EMS a TENS
- 24 programů
- 20 úrovní intenzity / nezávislé nastavení výkonu pro zóny A a B
- Možnost připojení až 8 elektrod současně
- Velký, dotykový, čitelný, podsvícený LCD displej
- Nastavení doby provozu (10 – 60 minut)
- Náhled doby trvání procedury
- Funkce blokování dotykového displeje
- Napájení z akumulátoru: lithium-iontový akumulátor 300 mAh
- Frekvence 1–120 Hz, výkon zařízení od 6 do 140 mA
- Nabíjení přes USB-C konektor (napájecí adaptér 240 V)
- Standard připojení elektrod: SNAP 3,5 mm
- Certifikáty: výrobek označený CE

Řešení problémů

Slabá stimulace

- ⊗ Ujistěte se, že se elektrody nepřekrývají.
- ⊗ Zkontrolujte, zda jsou elektrody a kabel správně připojeny.
- ⊗ Zkontrolujte správné umístění elektrod.
- ⊗ Ujistěte se, že elektrody dobře přiléhají k pokožce a nejsou suché, v případě potřeby je vyměňte za nové.
- ⊗ Zkontrolujte, zda není úroveň stimulačního výkonu nastavena příliš nízko.

Chybějící stimulace

- ⊗ Zkontrolujte, zda jsou elektrody a kabel správně připojeny.
- ⊗ Ujistěte se, že elektrody dobře přiléhají k pokožce.

Jedna elektroda působí silněji než druhá.

- ⊗ To je normální, různé části těla reagují odlišně.
- ⊗ Ujistěte se, že elektrody nejsou suché a dobře přiléhají k pokožce.

Gelové elektrody se nelepí na pokožku ani po očištění a navlhčení.

- ⊗ Je třeba vyměnit samolepicí gelové podložky.

Displej a režim terapie fungují, ale nedochází ke stimulaci

- ⊗ Zkontrolujte, zda jsou elektrody správně umístěny a dobře přiléhají k pokožce (zařízení se může po cca 10 sekundách vypnout, pokud elektroda odpadne nebo pokud nejsou všechny dvě nebo čtyři elektrody přilepeny k tělu).
- ⊗ Zkontrolujte úroveň výkonu a nastavte intenzitu tak, aby byla cítit mírná stimulace.
- ⊗ Ujistěte se, že se elektrody nepřekrývají.

Po zapnutí se nerozsvítí displej ani režim terapie

- ⊗ Zkontrolujte, zda je zařízení nabitě.

Kůže se začne červenat.

- ⊗ Zkontrolujte dobu terapie, nepřekračujte 10–15 minut.
- ⊗ Ujistěte se, že elektrody nejsou suché ani znečištěné, v případě potřeby je vyměňte za nové.
- ⊗ Zkontrolujte, zda elektrody dobře přiléhají k pokožce.



Příslušenství

- Ø Síťový napájecí adaptér 240 V
- Ø Propojovací kabel elektrod – 4 ks.
- Ø Propojovací kabel napájecího adaptéru přes USB-C
- Ø Oboustranná podložka
- Ø Stylus
- Ø Kartonové balení
- Ø Hydrogelové elektrody na tělo
- Ø Elektrody – rukavice – volitelně
- Ø Elektrody – ponožky – volitelně
- Ø Elektrody na koleno – volitelně
- Ø Elektrody – pantofle – volitelně
- Ø Návod k použití



Elektrostimulátor **AS-2016** je výrobek splňující všechny bezpečnostní normy. Má **dva certifikáty CE (EMC a LVD)**. Certifikát **EMC** je v souladu se směrnicí Evropského parlamentu a Rady **2014/30/EU** ze dne 26. února 2014 – elektromagnetická kompatibilita. Certifikát **LVD** je v souladu se směrnicí Evropského parlamentu a Rady **2014/35/EU** ze dne 26. února 2014 – směrnice o nízkém napětí.



Tento symbol znamená, že tento výrobek nesmí být vyhozen spolu s ostatním domácím odpadem. Uživatel je odpovědný za dodání použitého zařízení do sběrného dvora, který se zabývá likvidací elektrických a elektronických zařízení. Oddělený sběr a recyklace zařízení přispívá k ochraně životního prostředí a lidského zdraví. Více informací o likvidaci zařízení získáte od místních úřadů, likvidačních společností a v místě, kde jste tento produkt zakoupili.

Dovozce:

Molido Paweł Gryc
ul. Srebrna 39, 65-128 Zielona Góra (PL)
tel. (+48)883-701-993 kontakt@molido.pl
Made in P.R.C.



www.medicalaboratories.com

PL Instrukcja obsługi
CZ Návod k obsluze
DE Bedienungsanleitung
EN User manual





Bedienungsanleitung

Elektrostimulator TENS EMS AS-2016

Der Elektrostimulator TENS EMS AS-2016 ist ein handliches Therapie-, Rehabilitations- und Entspannungsgerät, das auf natürliche Weise Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen lindert.

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vor der Verwendung sorgfältig durch.

Sehr geehrte Damen und Herren, vielen Dank, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben.

Diese Anleitung wurde für den Elektrostimulator AS-2016 erstellt. Sie beschreibt den Elektrostimulator, seine Anwendung, Menüs, Funktionen, technischen Spezifikationen, Verwendung, mögliche Probleme und deren Behebung usw. Die Anleitung enthält auch Sicherheitshinweise zum Schutz des Benutzers und des Geräts. Detaillierte Informationen finden Sie in den entsprechenden Kapiteln.

Lesen Sie diese Anleitung vor der Verwendung des Geräts sorgfältig durch.

Die Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung kann zu Schäden am Gerät oder zu Verletzungen führen. Der Hersteller, Importeur oder Händler haftet nicht für die Sicherheit, Zuverlässigkeit, Leistung, Verletzungen oder Schäden am Gerät, die durch Nichtbeachtung der in der Anleitung enthaltenen Regeln durch den Benutzer entstehen. Der Garantieservice deckt solche Mängel nicht ab. Dieses Produkt ist für den wiederholten Gebrauch bestimmt.

Die Elektrostimulation wird am häufigsten in der Orthopädie, Neurologie und Rheumatologie sowie in der medizinischen Rehabilitation verschiedener degenerativer Erkrankungen der Gelenke, Knochen und Muskeln eingesetzt. Die Elektrostimulation der Muskeln ist eine elektrotherapeutische Behandlung, auch Elektrogymnastik genannt, deren Ziel es ist, eine motorische Reaktion eines Muskels oder einer Muskelgruppe hervorzurufen.

Das Ziel der Elektrostimulation ist die Regeneration von Muskeln oder Muskelgruppen, die Steigerung ihrer Kraft und Ausdauer, die Erhöhung oder Verringerung der Muskel- und Gelenkspannung, die Verbesserung der Durchblutung, der Schutz vor Atrophie durch Verbesserung der lokalen Durchblutung und Erhöhung der Temperatur, die Verringerung von Schwellungen und die Verringerung von Spastizität. Elektrostimulation sind Impulse, die mit Hilfe von Punktelektroden abgegeben werden. Das Ziel der Behandlung ist es, die Muskeln zur Kontraktion anzuregen (die Muskeln kontrahieren und entspannen sich im Rhythmus des intermittierenden Stromflusses).

Vorbereitung des Geräts für den Betrieb

1. Das Gerät muss möglicherweise etwa eine Stunde lang aufgeladen werden, wenn der Akkustand niedrig ist.
2. Schließen Sie das Kabel an den Ausgangsanschluss an der Unterseite des Geräts an (A1, A2, B1, B2). Jeder Anschluss kann einzeln verwendet werden, sodass Sie 2, 4, 6 oder 8 Elektroden am Körper anbringen können.
3. Verbinden Sie die Elektroden mit dem Kabel, indem Sie sie einrasten lassen.
4. Entfernen Sie die Schutzfolie und bringen Sie die Elektroden am Körper an. Achten Sie dabei darauf, dass sie auf der Haut aufliegen und sich nicht überlappen.
5. Schalten Sie das Gerät mit dem Schieberegler (ON/OFF) ein.
6. Nach dem Einschalten startet das Gerät mit Programm 1.
7. Wählen Sie eines der 24 Programme auf dem Display aus. Nachdem Sie ein Programm ausgewählt haben, erhöhen Sie die Intensität schrittweise durch Drücken von „+“ oder verringern Sie sie durch Drücken von „-“. Die Tasten zur Leistungsregelung befinden sich an der Unterseite des Geräts. Die Leistung der Anschlüsse A und B wird separat geregelt. Mit der Taste A/B können Sie zwischen den Anschlüssen umschalten.
8. Um die Zeit einzustellen, drücken Sie auf das Uhrensymbol auf dem Display und wählen Sie eine Zeit zwischen 10 und 60 Minuten. Die Standardeinstellung ist 20 Minuten. **HINWEIS: Das Gerät funktioniert nicht, wenn die Elektroden nicht am Körper angeschlossen sind.**
9. Schalten Sie das Gerät nach Beendigung der Behandlung mit dem Schieberegler (OFF) aus und trennen Sie dann die Elektroden.
10. Schützen Sie die Elektroden mit der Original-Schutzfolie oder legen Sie sie auf eine doppelseitige Unterlage.
11. Die Taste „Schlüssel“ sperrt alle Funktionen und die Programmauswahl.
12. Die Taste „Pause“ unterbricht den Betrieb des Geräts unter Beibehaltung der vorherigen Einstellungen.

Beschreibung der Gerätefunktionen

1. Zeiteinstellung: Tippen Sie auf das Uhrensymbol, um die Zeit einzustellen: 10, 20, 30, 40, 50 oder 60 Minuten.
2. Feld zum Ändern des Ausgangs A oder B: Tippen Sie auf das Symbol B, um den Kanal von A auf B zu ändern, oder tippen Sie auf das Symbol A, um den Kanal von B auf A zu ändern.
3. Bildschirmsperrsymbol: Drücken Sie einmal auf das Schlüsselsymbol, um den Touchscreen zu sperren; drücken Sie erneut darauf, um ihn zu entsperren. Wenn der Bildschirm gesperrt ist, blinkt das Sperrsymbol.
4. Ausgang A
5. USB-Anschluss – zum Aufladen des Akkus
6. Ausgang B
7. Ein-/Aus-Schalter – Schieben Sie den Schieberegler nach links oder rechts, um das Gerät ein- oder auszuschalten
8. Batteriestandsanzeige
9. Taste „+“ – erhöht die Intensität (1–20 Stufen)
10. Taste „-“ – verringert die Intensität (1–20 Stufen)
11. Programmauswahl – wählen Sie eines von 24 Therapieprogrammen auf dem Touchscreen aus
12. Pause – hält alle Funktionen des Geräts an
13. Taste zum Wechseln zwischen Ausgang A/B



Abb. Beschreibung der Gerätefunktionen



Modus	Name	Beschreibung	Funktion
1.	Tuina	Die Tuina-Simulation ist eine praktische Körperbehandlung, die den Qi-Fluss durch die Meridiane öffnet.	Besonders wirksam bei Gelenkschmerzen, Ischias, Muskelkrämpfen und Schmerzen im Rücken, Nacken und in den Schultern. Hilft auch bei Schlaflosigkeit, Verstopfung, Kopfschmerzen und Verspannungen.
2.	Acupuncture	Simulierte Akupunktur vermittelt das Gefühl echter Akupunktur, ohne dass Nadeln verwendet werden, indem Impulse für verschiedene Einstichtiefen eingesetzt werden.	Durch die Stimulation bestimmter Akupunkturpunkte korrigiert es Störungen des Qi-Flusses durch die Meridiane.
3.	Tapping	Es simuliert Schläge, die die Muskeln massieren und ein Gefühl der Belebung und Revitalisierung vermitteln.	Besonders wirksam bei der Entspannung der Muskeln.
4.	Guasha	Niederfrequente Ströme. Sie sorgen für ein Kratz- und Knetgefühl. Sie befreien beschädigte Bereiche von ungesunden Elementen, fördern die Durchblutung und die Heilung.	Wirksam bei akuten und chronischen inneren Erkrankungen. Bringt sofortige Linderung bei Schmerzen, Steifheit, Husten, Übelkeit usw.
5.	Cupping	Simulation von Blasen, konstante Stimulation zur Muskelstraffung.	Lindert Rücken- und Nackenschmerzen, Muskelverspannungen, Migräne, Müdigkeit, Rheuma und Cellulite.
6.	Shiatsu	Eine Massage mit „Fingerdruck“, die das energetische Gleichgewicht des Körpers wiederherstellt, für tiefe Entspannung sorgt und Muskelverspannungen reduziert.	Es hilft bei Kopf- und Rückenschmerzen, Verdauungs-, Nebenhöhlen- und Hautproblemen.
7.	Pressure	Manipulation von Muskeln und Bindegewebe mit verschiedenen Techniken.	Es verbessert die Funktionen, unterstützt die Heilung, reduziert Muskelverspannungen, entspannt und verbessert das Wohlbefinden.
8.	Back Pain	Niederfrequente Vibration fördert die Durchblutung und lindert Schmerzen.	Besonders empfehlenswert für den unteren Rückenbereich.
9.	Deep Tissue Massage	Tiefenmassage/schwedische Massage. Starker Druck löst chronische Muskelverspannungen.	Lindert Schmerzen und Steifheit im Zusammenhang mit Sportverletzungen, Überlastung, Degeneration, Muskelkrämpfen und Karpaltunnelsyndrom.
10.	Body Building	Elektrische Impulse verursachen Muskelkontraktionen, was zu deren Stärkung führt.	Es hilft beim Muskelaufbau, bei der Lockerung von Verspannungen, bei der Verbesserung der Beweglichkeit und bei der Regeneration nach Verletzungen und Operationen.
11.	Weight Loss	Eine Kombination aus Akupunktur und Impulsen.	Es hilft beim Abnehmen, stärkt und strafft die Muskeln von Bauch, Rücken, Oberschenkeln und Armen.
12.	Combination	Automatische Verbindung der Modi für Entspannung.	Vollständige Entspannung des Körpers nach dem Training, Sport oder einem anstrengenden Arbeitstag.

13. Arme 

14. Hals 

15. Rücken 

16. Ellbogen 



17. Hüfte  18. Knöchel 

19. Fuß 

20. Hand 

21. Knie 

22. Handgelenk 

23. Ohr  24. Relax 

Sicherheit bei der Bedienung

- ⊗ Kleben Sie die Elektroden niemals auf die Haut, wenn das Gerät eingeschaltet ist – es besteht die Gefahr eines Stromschlags.
- ⊗ Bei Fehlfunktionen des Geräts oder Beschwerden stellen Sie die Verwendung sofort ein.
- ⊗ Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen Ort auf, da es durch übermäßige Feuchtigkeit beschädigt werden kann.
- ⊗ Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchter Umgebung, beim Baden, Autofahren oder Schlafen.
- ⊗ Service und Wartung dürfen nur von qualifiziertem Fachpersonal durchgeführt werden. Der Benutzer darf keine Wartungsarbeiten selbst durchführen.
- ⊗ Entsorgen Sie das Gerät, das Zubehör, die Batterien und die Verpackung gemäß den örtlich geltenden Vorschriften.
- ⊗ Verwenden Sie den Elektrostimulator nicht zusammen mit Geräten, die nicht in dieser Anleitung beschrieben sind.
- ⊗ Schließen Sie die Elektroden nicht an Metallgeräte an.
- ⊗ Halten Sie das Gerät von ätzenden, explosiven Substanzen, hohen Temperaturen und Feuchtigkeit fern.
- ⊗ Wenn der Elektrostimulator oder das Zubehör nass werden, stellen Sie die Verwendung sofort ein.
- ⊗ Wenn Sie das Gerät aus einer kalten und feuchten Umgebung in eine warme Umgebung bringen, warten Sie vor dem Einschalten.
- ⊗ Desinfizieren Sie das Gerät nicht mit heißem Dampf oder unter hohem Druck.
- ⊗ Drücken Sie nicht mit scharfen Gegenständen auf das Bedienfeld.
- ⊗ Tauchen Sie den Elektrostimulator nicht in Flüssigkeiten, reinigen Sie ihn mit einem weichen, mit medizinischem Alkohol getränkten Tuch.
- ⊗ Verwenden Sie das Gerät nicht in einer brennbaren Umgebung – Explosionsgefahr.

Warnhinweise und Kontraindikationen

- ⊗ Herzerkrankungen ohne vorherige Rücksprache mit einem Arzt.
- ⊗ Personen mit Herzschrittmacher oder einem anderen implantierten Defibrillationsgerät.
- ⊗ Erkrankungen wie Epilepsie, Arrhythmie.
- ⊗ Hohes Fieber, chronische Infektionskrankheiten.
- ⊗ Frühe Phase nach einer Muskelverletzung (7–10 Tage).
- ⊗ Abnormale Blutdruckwerte.
- ⊗ Menstruation, Schwangerschaft oder Wochenbett.
- ⊗ Stillzeit.
- ⊗ Bauch- oder Leistenbruch.
- ⊗ Gutartige und bösartige Tumore.
- ⊗ Bei Schnittwunden / Hauterkrankungen / Hautveränderungen / Ödemen / Venenentzündungen / Thrombophlebitis / Krampfadern.
- ⊗ Wenn der Körper nach dem Baden, Duschen oder aufgrund von Schweißbildung nass ist.
- ⊗ Tuberkuloseerkrankungen.
- ⊗ Vorhandensein von metallischen Fremdkörpern im Gewebe.
- ⊗ Vasculäre Insuffizienz.
- ⊗ Entzündungen der Haut und Weichteile.
- ⊗ Ekzeme (dermatologische Veränderungen).
- ⊗ Die Elektroden dürfen nicht im Bereich der Halsschlagader, des Halses, des Kehlkopfes, der Mund- und Rachenhöhle oder auf den Lippen angebracht werden, da dies zu starken Krämpfen der Kehlkopf- und Halsmuskulatur führen kann, diese Krämpfe können so stark sein, dass sie die Atemwege verschließen oder Atembeschwerden verursachen.
- ⊗ Platzieren Sie die Elektroden nicht über den Augen oder auf den Augen.
- ⊗ Stimulieren Sie nicht den Brustkorb im Bereich des Herzens, da die Zufuhr von elektrischem Strom zum Herzen Herzrhythmusstörungen verursachen kann.
- ⊗ Die Stimulation darf nicht über das Gehirn erfolgen.

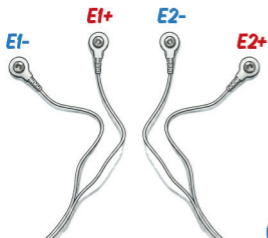
Zusätzliche Anmerkungen

- ⊗ Die langfristigen Auswirkungen einer chronischen elektrischen Stimulation sind nicht bekannt.
- ⊗ Verwenden Sie das Gerät nicht bei Kindern, Säuglingen oder Neugeborenen.
- ⊗ Das Produkt ist für Erwachsene bestimmt.
- ⊗ Wenn Sie Zweifel haben, ob Sie den Elektrostimulator verwenden dürfen, konsultieren Sie Ihren Arzt.

Anwendungsgebiete

- ⊗ Körperformung
- ⊗ Gewichtsreduktion (Fettabbau)
- ⊗ Steigerung der Muskelausdauer
- ⊗ Entspannung und Erholung
- ⊗ Aufwärmen vor dem Training
- ⊗ Muskelaufbau (Bauchmuskeln, Schultermuskeln, Bizeps, Trizeps, Unterarmmuskeln, Gesäßmuskeln, Quadrizeps, Wadenmuskeln)
- ⊗ Vorbeugung oder Hemmung von Muskelkrämpfen
- ⊗ Wiederherstellung verlorener Muskelfunktionen
- ⊗ Erhaltung oder Verbesserung der Beweglichkeit der Gelenke
- ⊗ Rehabilitation nach Verletzungen
- ⊗ Harninkontinenz – Stimulation des Nervus peroneus
- ⊗ Rückenschmerzen (Hals-, Schulter-, Brust- und Lendenwirbelsäule)
- ⊗ Torticollis (Steifheit/Verkrampfung des Nackens)
- ⊗ Verbesserung der lokalen Durchblutung
- ⊗ Schmerzen nach mechanischen Verletzungen
- ⊗ Degenerative Erkrankungen
- ⊗ Neuralgien
- ⊗ Rheuma
- ⊗ Migräne
- ⊗ Tennisarm
- ⊗ Schmerzen im Ellenbogen
- ⊗ Schmerzen im Knie
- ⊗ Fallfuß

2 Kabel



Chronische Schmerzen im Halswirbelbereich

⊕ PROGRAMM: 1,2,3,4,5,6,7,9,13

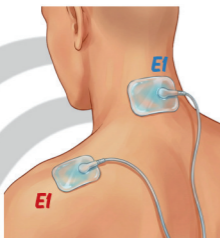
1 Kabel



Schmerzen im Handgelenk

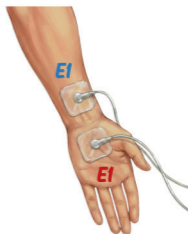
⊕ PROGRAMM: 1,2,3,4,16,22

TENS



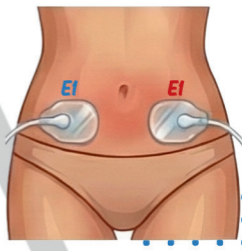
Schmerzen im Sprunggelenk

⊕ PROGRAMM: 1,2,3,5,18



Linderung von Bauchschmerzen

⊕ PROGRAMM: 1,7



Schmerzen im Ellenbogengelenk

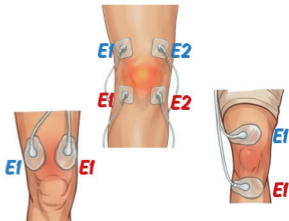
PROGRAMM: 1,2,3,4,7,9,16,22



Knieschmerzen

Kniearthrose

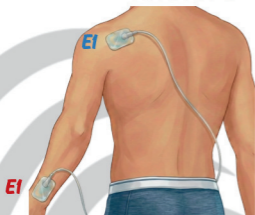
PROGRAMM: 1,2,3,4,7,9,10,21



Schultersteife

Kompression des Rückenmarks im Halswirbelbereich

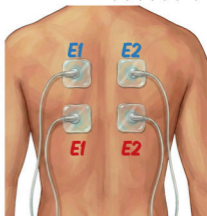
PROGRAMM: 1,2,3,4,5,6,7,13,22



Übermäßige Verspannung der paravertebralen Muskeln

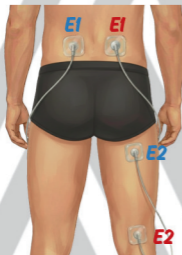
Brustabschnitt

PROGRAMM: 1,2,3,4,7,9,10,21



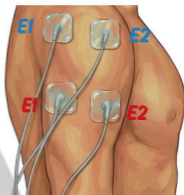
Ischias

PROGRAMM: 1,2,3,4,5,8,17



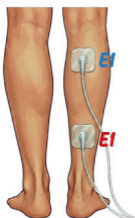
Schulterschmerzen

PROGRAMM: 2,3,4,13



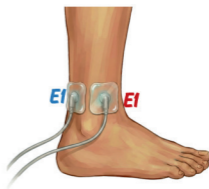
Schmerzen oder Verspannungen in der Wade

PROGRAMM: 1,2,3,4,5,6,7,18



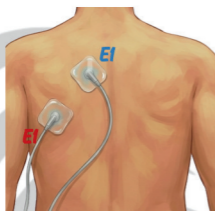
Schmerzen im Sprunggelenk

PROGRAMM: 1,2,3,4,18



Schmerzen im Schulterblatt

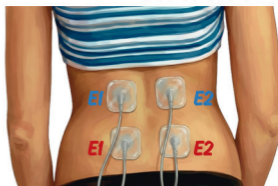
PROGRAMM: 1,2,3,4,5,6,9,15



Lumbosakrale Schmerzen

Verspannung der Lendenwirbelsäulenmuskulatur ohne Ausstrahlung der Schmerzen in die unteren Extremitäten

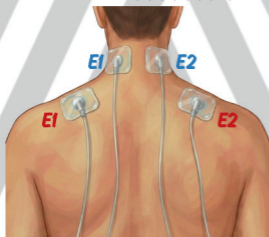
PROGRAMM: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,15



Verspannung der paravertebralen Muskeln

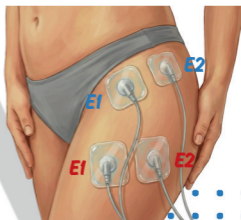
Halswirbelsäule

PROGRAMM: 1,2,3,4,5,6,7,13,15



Hüftschmerzen

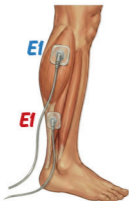
PROGRAMM: 1,2,3,4,5,6,7,9,17



Haminkontinenz

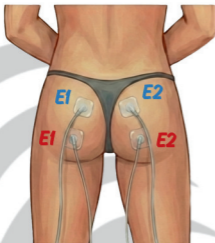
- ⊖ Elektrostimulation des Nervus tibialis brevis und longus (peroneus)

⊖ PROGRAMM: 10



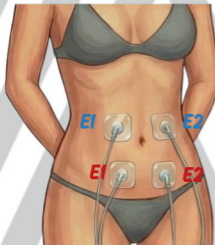
Gesäßmuskeln

⊖ PROGRAMM: 10,11



Bauchmuskeln

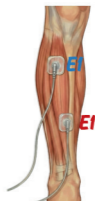
⊖ PROGRAMM: 10,11



Fallende Fußsohle

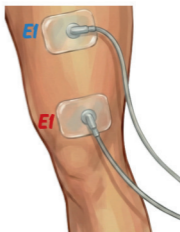
- ⊖ Schädigung des Nervs oder Atrophie des vorderen Schienbeinmuskels

⊖ PROGRAMM: 10



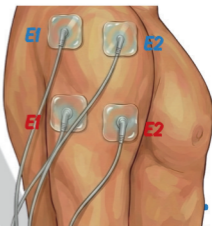
Quadrizeps

⊖ PROGRAMM: 10,11



Der Deltamuskel

⊖ PROGRAMM: 10,11



EMS



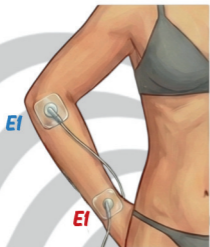
Armmuskeln

Ø PROGRAMM: 10,11



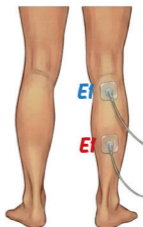
Muskeln des Unterarms

Ø PROGRAMM: 10,11



Wadenmuskeln

Ø PROGRAMM: 10,11



Zweiköpfiger Muskel

Ø PROGRAMM: 10,11



ACHTUNG!

Die Elektrotherapie ersetzt keine medizinische Behandlung. Vor der Anwendung des Elektrostimulators wird empfohlen, einen Arzt oder Physiotherapeuten zu konsultieren, insbesondere bei chronischen Erkrankungen, Schmerzen unbekannter Ursache, nach Verletzungen oder chirurgischen Eingriffen. Der Benutzer verwendet das Gerät auf eigene Verantwortung und ist verpflichtet, die Sicherheitsvorschriften und Empfehlungen in der Bedienungsanleitung zu beachten. Der Hersteller, Importeur oder Händler haftet nicht für die Folgen einer unsachgemäßen oder nicht den Gebrauchsanweisungen entsprechenden Verwendung des Geräts.



Gebrauchsanweisung für selbstklebende Elektroden

- ⊗ Vergewissern Sie sich, dass das Gerät ausgeschaltet ist.
- ⊗ Entfernen Sie gegebenenfalls Haare an der Anwendungsstelle.
- ⊗ Entfetten und trocknen Sie die Haut (dies verlängert die Lebensdauer der Elektroden).
- ⊗ Schließen Sie die Elektroden an das Gerät an und entfernen Sie die Schutzfolie (bewahren Sie diese für eine erneute Verwendung auf, bei Beschädigung verwenden Sie die doppelseitigen Pads aus dem Set).
- ⊗ Kleben Sie die Elektroden auf die Haut und drücken Sie sie leicht an.
- ⊗ Lesen Sie vor der Inbetriebnahme die Bedienungsanleitung des Geräts.
- ⊗ Nach der Behandlung ziehen Sie die Elektroden langsam ab, beginnend an einer Ecke, und kleben Sie sie wieder auf die Schutzfolie.
- ⊗ Bewahren Sie die Elektroden in der Verpackung an einem trockenen Ort auf.
- ⊗ Ersetzen Sie die Elektroden, wenn sie schlecht haften oder das Gel trocken oder verschmutzt ist.
- ⊗ Kleben Sie die freiliegenden Elektroden nicht zusammen, da dies zu Beschädigungen führen kann.
- ⊗ Die Elektroden sind nicht zur Desinfektion bestimmt, jeder Benutzer sollte seine eigenen Elektroden haben.

Schwache Stimulation

- ⊗ Stellen Sie sicher, dass sich die Elektroden nicht überlappen.
- ⊗ Überprüfen Sie, ob die Elektroden und das Kabel richtig angeschlossen sind.
- ⊗ Überprüfen Sie die korrekte Platzierung der Elektroden.
- ⊗ Stellen Sie sicher, dass die Elektroden gut auf der Haut haften und nicht trocken sind. Ersetzen Sie sie gegebenenfalls durch neue.
- ⊗ Überprüfen Sie, ob die Stimmulationsleistung nicht zu niedrig eingestellt ist.

Keine Stimulation

- ⊗ Überprüfen Sie, ob die Elektroden und das Kabel richtig angeschlossen sind.
- ⊗ Vergewissern Sie sich, dass die Elektroden gut auf der Haut haften.

Eine Elektrode wirkt stärker als die andere.

- ⊗ Das ist normal, verschiedene Körperteile reagieren unterschiedlich.
- ⊗ Stellen Sie sicher, dass die Elektroden nicht trocken sind und gut auf der Haut haften.

Die Gelelektroden haften auch nach

Reinigung und Befeuchtung nicht an der Haut.

- ⊗ Die selbstklebenden Gelpads müssen ausgetauscht werden.

Technische Daten des Geräts

- 2 Stimulationstechniken: EMS und TENS
- 24 Programme
- 20 Intensitätsstufen / unabhängige Leistungsregelung für Zone A und B
- Anschlussmöglichkeit für maximal 8 Elektroden gleichzeitig
- Großes, berührungsempfindliches, gut lesbares, hintergrundbeleuchtetes LCD-Display
- Einstellbare Betriebszeit (10 – 60 Minuten)
- Anzeige der Behandlungszeit
- Touchscreen-Sperrfunktion
- Akku-Stromversorgung: Lithium-Ionen-Akku 300 mAh
- Frequenz 1–120 Hz, Geräteleistung von 6 bis 140 mA
- Aufladen über USB-C-Anschluss (240-V-Netzteil)
- Elektrodenanschlussstandard: SNAP 3,5 mm
- Zertifikate: CE-gekennzeichnetes Produkt

Problemlösung

Das Display und der Therapiemodus

funktionieren, aber es erfolgt keine Stimulation

- ⊗ Überprüfen Sie, ob die Elektroden richtig platziert sind und gut auf der Haut haften (das Gerät schaltet sich nach ca. 10 Sekunden aus, wenn eine Elektrode abfällt oder nicht alle zwei oder vier Elektroden auf dem Körper haften).
- ⊗ Überprüfen Sie die Leistungsstufe und stellen Sie die Intensität so ein, dass eine leichte Stimulation spürbar ist.

- ⊗ Stellen Sie sicher, dass sich die Elektroden nicht überlappen.

Nach dem Einschalten leuchten weder das Display noch die Therapiemodi.

- ⊗ Überprüfen Sie, ob das Gerät aufgeladen ist.

Die Haut wird rot.

- ⊗ Überprüfen Sie die Behandlungsdauer, überschreiten Sie nicht 10–15 Minuten.
- ⊗ Vergewissern Sie sich, dass die Elektroden nicht trocken oder verschmutzt sind, ersetzen Sie sie gegebenenfalls durch neue.
- ⊗ Überprüfen Sie, ob die Elektroden gut auf der Haut haften.



Zubehör

- Ø Netzteil 240 V
- Ø Elektrodenverbindungskabel – 4 Stück
- Ø Verbindungskabel für Netzteil über USB-C
- Ø Doppelseitige Unterlage
- Ø Stift
- Ø Kartonverpackung
- Ø Hydrogel-Elektroden für den Körper
- Ø Elektroden-Handschuhe – optional
- Ø Elektroden-Socken – optional
- Ø Elektroden für das Knie – optional
- Ø Elektroden-Flip-Flops – optional
- Ø Bedienungsanleitung



Der Elektrostimulator **AS-2016** ist ein Produkt, das alle Sicherheitsstandards erfüllt. Es verfügt über **zwei CE-Zertifikate (EMV und LVD)**. Das **EMV-Zertifikat** entspricht der Richtlinie **2014/30/EU** des Europäischen Parlaments und des Rates vom 26. Februar 2014 – Elektromagnetische Verträglichkeit. Das **LVD-Zertifikat** entspricht der Richtlinie **2014/35/EU** des Europäischen Parlaments und des Rates vom 26. Februar 2014 – Niederspannungsrichtlinie.



Dieses Symbol bedeutet, dass dieses Produkt nicht zusammen mit anderem Hausmüll entsorgt werden darf. Der Benutzer ist dafür verantwortlich, das Altgerät zu einer Sammelstelle für Elektro- und Elektronikgeräte zu bringen. Die getrennte Sammlung und Wiederverwertung von Geräten trägt zum Schutz der Umwelt und der menschlichen Gesundheit bei. Weitere Informationen zur Entsorgung von Geräten erhalten Sie bei Ihrer Gemeindeverwaltung, bei Entsorgungsunternehmen und am Ort des Kaufs dieses Produkts.

Importeur:

Molido Paweł Gryc
ul. Srebrna 39, 65-128 Zielona Góra (PL)
tel. (+48)883-701-993 kontakt@molido.pl
Made in P.R.C.



www.medicalaboratories.com

PL Instrukcja obsługi
CZ Návod k obsluze
DE Bedienungsanleitung
EN User manual





User manual

Electrostimulator TENS EMS AS-2016

The AS-2016 TENS EMS electrostimulator is a **portable therapeutic, rehabilitation, and relaxation device** that **naturally relieves pain, inflammation, and swelling.**

Please read this user manual before use.

Dear Sir or Madam, thank you very much for purchasing our product.

This manual has been developed for the AS-2016 electrostimulator. It describes the electrostimulator, its application, menu, functions, technical specifications, how to use it, troubleshooting, etc. The manual also describes safety procedures designed to protect both the user and the device itself. Detailed information can be found in the relevant chapters.

Please read this manual carefully before using the device.

Failure to follow the instructions may result in damage to the equipment or personal injury. The manufacturer, importer, or distributor are not responsible for the safety, reliability, performance, personal injury, or damage to the device resulting from the user's failure to follow the instructions in this manual. Warranty service does not cover such defects. This product is designed for repeated use.

Electrostimulation is most commonly used in orthopedics, neurology, and rheumatology, as well as in medical rehabilitation for various degenerative diseases of the joints, bones, and muscles. Muscle electrostimulation is an electrotherapeutic treatment, also known as electrogymnastics, which aims to elicit a motor response in a muscle or group of muscles.

The purpose of electrostimulation is to regenerate muscles or muscle groups, increase their strength and endurance, increase or decrease muscle and joint tension, improve circulation, protect against atrophy by improving local circulation and increasing temperature, reduce swelling, and reduce spasticity. Electrostimulation involves pulses applied using point electrodes. The aim of the treatment is to stimulate the muscles to contract (the muscles contract and relax in rhythm with the intermittent current).

Electrostimulator user manual

1. The device may need to be charged for about an hour when the battery level is low.
2. Connect the cable to the output port at the bottom of the device (A1, A2, B1, B2).
Each port can be used individually, allowing you to place 2, 4, 6, or 8 electrodes on your body.
3. Connect the electrodes to the cable by snapping them into place.
4. Remove the protective film and place the electrodes on your body, making sure they are on your skin and do not overlap.
5. Turn on the device using the slider (ON/OFF).
6. When turned on, the device will start in program 1.
7. Select one of the 24 programs on the display. After selecting a program, gradually increase the intensity by pressing “+” or decrease it by pressing “-”. The power adjustment buttons are located at the bottom of the device. The power of ports A and B is adjusted separately. The A/B button switches the control between ports.
8. To set the time, press the clock icon on the display and select a time between 10 and 60 minutes. The default setting is 20 minutes. **IMPORTANT: The device does not work without electrodes connected to the body.**
9. After the treatment, turn off the device with the slider (OFF) and then disconnect the electrodes.
10. Protect the electrodes with the original protective film or place them on a double-sided pad.
11. The “key” button locks all functions and program selection.
12. The “pause” button pauses the device while retaining the previous settings.

Description of device functions

1. Time setting: Tap the clock icon to set the time: 10, 20, 30, 40, 50, or 60 minutes.
2. Output A or B change field: Tap the B icon to change the channel from A to B, or tap the A icon to change the channel from B to A.
3. Screen lock icon: Press the key icon once to lock the touch screen; press again to unlock it. When the screen is locked, the lock icon flashes.
4. Output A
5. USB port – for charging the battery
6. Output B
7. On/off switch – slide the switch left or right to turn the device on/off
8. Battery level indicator
9. “+” button – increases the intensity (1–20 levels)
10. “-” button – decreases intensity (1–20 levels)
11. Program selection – select one of 24 therapy programs on the touch screen
12. Pause – pauses all device operations
13. Output A/B change button



Fig. description of device functions



Mode	Name	Description	Function
1.	Tuina	Tuina simulation is a practical body treatment that opens up the flow of Qi through the meridians.	Particularly effective for joint pain, sciatica, muscle spasms, and pain in the back, neck, and shoulders. It also helps with insomnia, constipation, headaches, and tension.
2.	Acupuncture	Simulated acupuncture feels like the real thing, without the use of needles, using pulses to various depths of puncture.	By stimulating specific acupuncture points, it corrects disturbances in the flow of Qi through the meridians.
3.	Tapping	It simulates impacts that massage the muscles, giving a feeling of invigoration and revitalization.	Particularly effective in relaxing muscles.
4.	Guasha	Low-frequency currents. They provide a scratching and kneading sensation. They release unhealthy elements from damaged areas, promoting circulation and healing.	Effective in acute and chronic internal diseases. Provides immediate relief from pain, stiffness, coughing, nausea, etc.
5.	Cupping	Bubble simulation, constant stimulation to tense the muscles.	Relieves back pain, neck pain, muscle stiffness, migraines, fatigue, rheumatism, and cellulite.
6.	Shiatsu	A "finger pressure" massage that restores the body's energy balance, provides deep relaxation, and reduces muscle tension.	It helps with headaches, back pain, digestive problems, sinus issues, and skin problems.
7.	Pressure	Manipulation of muscles and connective tissue using various techniques.	It improves functions, promotes healing, reduces muscle tension, relaxes, and improves well-being.
8.	Back Pain	Low-frequency vibration promotes circulation and relieves pain.	Especially recommended for the lower back.
9.	Deep Tissue Massage	Deep tissue massage/Swedish massage. Strong pressure relieves chronic muscle tension.	Provides relief from pain and stiffness associated with sports injuries, strain, degeneration, muscle spasms, and carpal tunnel syndrome.
10.	Body Building	Electrical impulses cause muscle contractions, which leads to their strengthening.	It helps build muscle, relax spasms, increase range of motion, and aid recovery after injuries and surgeries.
11.	Weight Loss	A combination of acupuncture and impulses.	It helps you lose weight and strengthen and tone the muscles of your abdomen, back, thighs, and arms.
12.	Combination	Automatic combination of modes for relaxation.	Complete relaxation of the body after training, exercise, or a hard day's work.

13. Shoulder 	14. Neck 	15. Back 	16. Elbow 	17. Hip 	18. Ankle 
19. Foot 	20. Hand 	21. Knee 	22. Wrist 	23. Ear 	24. Relax 

Operational safety

- ⊗ Never attach the electrodes to your skin while the device is turned on – there is a risk of electric shock.
- ⊗ Dispose of the device, accessories, batteries, and packaging in accordance with local regulations.
- ⊗ If the device malfunctions or causes discomfort, stop using it immediately.
- ⊗ Do not use the device in a damp environment, while bathing, driving, or sleeping.
- ⊗ Service and maintenance may only be performed by qualified personnel. The user must not perform maintenance themselves.
- ⊗ Do not use the electrostimulator simultaneously with devices not described in this manual.
- ⊗ Do not connect the electrodes to metal devices.
- ⊗ Keep the device away from corrosive substances, explosives, high temperatures, and moisture.
- ⊗ If the electrostimulator or accessories get wet, stop using them immediately.
- ⊗ After moving the device from a cold and humid environment to a warm one, wait before turning it on.
- ⊗ Do not disinfect the device with hot steam or high pressure.
- ⊗ Do not immerse the electrostimulator in liquids – clean it with a soft cloth soaked in medical alcohol.
- ⊗ Do not use the device in a flammable environment risk of explosion.
- ⊗ Store the device in a dry place – excessive moisture may damage it.
- ⊗ Do not press the main panel with sharp objects.

Warnings and contraindications

- ⊗ Heart disease without prior consultation with a physician.
- ⊗ Persons with pacemakers or other implanted defibrillation devices.
- ⊗ Diseases such as epilepsy, arrhythmia.
- ⊗ High fever, chronic infectious diseases.
- ⊗ Early period after muscle injury (7–10 days).
- ⊗ Abnormal blood pressure.
- ⊗ Menstruation, pregnancy, or postpartum period.
- ⊗ Breastfeeding.
- ⊗ Abdominal or inguinal hernia.
- ⊗ Benign and malignant tumors.
- ⊗ On cuts / skin diseases / skin lesions / edema / phlebitis / thrombophlebitis / varicose veins.
- ⊗ If the body is wet after bathing, showering, or as a result of sweating.
- ⊗ Tuberculosis.
- ⊗ Presence of metal foreign bodies in tissues.
- ⊗ Blood vessel insufficiency.
- ⊗ Inflammation of the skin and soft tissues.
- ⊗ Eczema (dermatological lesions).
- ⊗ Electrodes must not be placed in the area of the carotid sinus, neck, larynx, mouth, and throat, or on the lips, as this may cause severe spasms of the larynx and throat muscles; these spasms may be severe enough to close the airways or cause breathing difficulties.
- ⊗ Do not place electrodes above or on the eyes.
- ⊗ Do not stimulate the chest in the area of the heart, as the introduction of electrical current into the heart may cause cardiac arrhythmia.
- ⊗ Stimulation must not be applied through the brain.

Additional comments

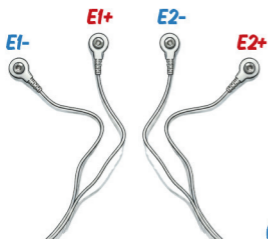
- ⊗ The long-term effects of chronic electrical stimulation are unknown.
- ⊗ Do not use the device on children, infants or newborns.
- ⊗ The product is intended for adults.
- ⊗ If you are unsure whether you can use the electrostimulator, consult your doctor.

Indications for use

- ⊗ body shaping
- ⊗ weight loss (fat reduction)
- ⊗ increasing muscle endurance
- ⊗ relaxation and unwinding
- ⊗ warm-up before training
- ⊗ muscle development (abdominal muscles, deltoids, biceps, triceps, forearm muscles, glutes, quadriceps, calf muscles)
- ⊗ prevention or inhibition of muscle spasms
- ⊗ re-education of lost muscle functions
- ⊗ maintaining or increasing the range of motion in the joints
- ⊗ rehabilitation after injuries
- ⊗ urinary incontinence-stimulation of the peroneal nerve
- ⊗ back pain (cervical, shoulder, thoracic, lumbar)
- ⊗ Torticollis (stiffness/spasm of the neck)
- ⊗ Improvement of local blood circulation
- ⊗ Pain after mechanical injuries
- ⊗ Degenerative conditions
- ⊗ Neuralgia
- ⊗ Rheumatism
- ⊗ Migraines
- ⊗ Tennis elbow syndrome
- ⊗ Elbow pain
- ⊗ Knee pain
- ⊗ Foot drop



2 Cables



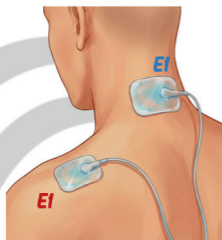
1 Cables



TENS

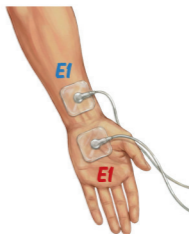
Chronic cervical spine pain

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,9,13



Wrist pain

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,16,22



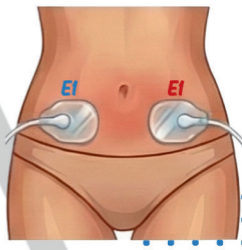
Ankle pain

⊖ PROGRAM: 1,2,3,5,18



Relieving stomach ache

⊖ PROGRAM: 1,7



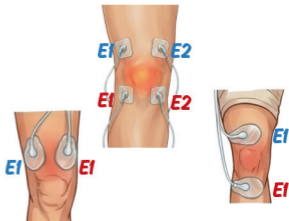
Elbow joint pain

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,16,22



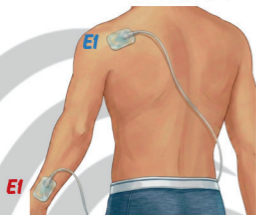
Knee pain

⊖ Osteoarthritis of the knee
⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,10,21



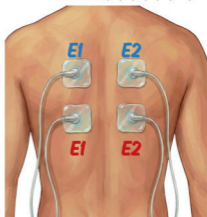
Shoulder pain

⊖ Compression of the spinal cord in the cervical region
⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,13,22



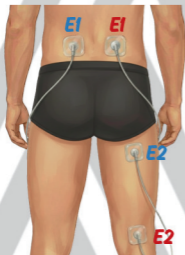
Excessive tension in the paraspinal muscles

⊖ Thoracic section
⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,7,9,10,21



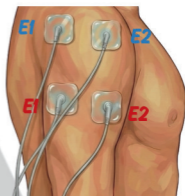
Sciatica

⊖ PROGRAM: 1,2,3,4,5,8,17



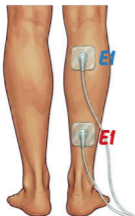
Shoulder pain

⊖ PROGRAM: 2,3,4,13



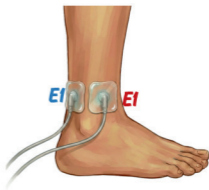
Pain or tension in the calf

PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,18



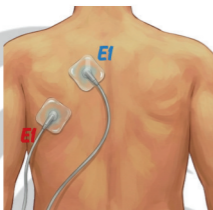
Ankle pain

PROGRAM: 1,2,3,4,18



Shoulder blade pain

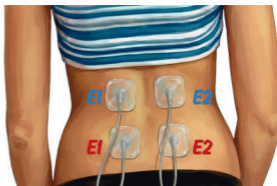
PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,9,15



Lumbosacral pain

Tension in the lumbar spine muscles without pain radiating to the lower limbs

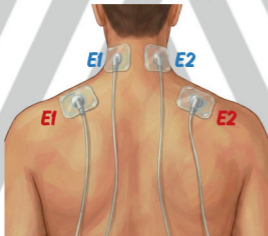
PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,15



Tension in the paraspinal muscles

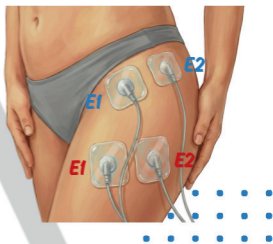
Cervical section

PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,13,15



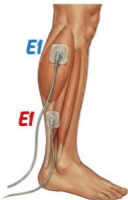
Hip pain

PROGRAM: 1,2,3,4,5,6,7,9,17



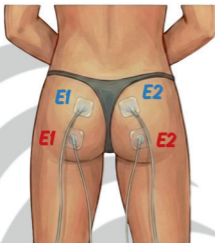
Urinary incontinence

- ⊖ Electrostimulation of the tibial nerve (short and long) (peroneal)
- ⊖ PROGRAM: 10



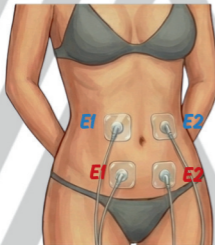
Gluteal muscles

- ⊖ PROGRAM: 10,11



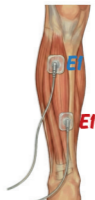
Abdominal muscles

- ⊖ PROGRAM: 10,11



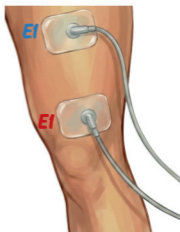
Falling foot

- ⊖ Damage to the nerve or atrophy of the tibialis anterior muscle
- ⊖ PROGRAM: 10



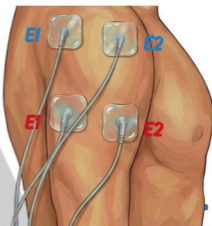
Quadriceps muscle of the thigh

- ⊖ PROGRAM: 10,11



Deltoid muscle

- ⊖ PROGRAM: 10,11



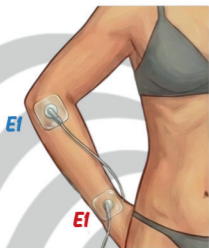
Arm muscles

PROGRAM: 10,11



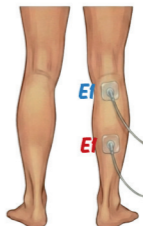
Forearm muscles

PROGRAM: 10,11



Calf muscles

PROGRAM: 10,11



Biceps muscle

PROGRAM: 10,11



ATTENTION!

Electrotherapy does not replace medical treatment.

Before using the electrostimulator, it is recommended to consult a doctor or physiotherapist, especially in the case of chronic diseases, pain of unknown origin, after injuries or surgical procedures.

The user uses the device at their own risk and is obliged to follow the safety rules and recommendations contained in the user manual. The manufacturer, importer or distributor are not liable for the consequences of improper use of the device or use that is not in accordance with the instructions.



How to care for electrodes to extend their service life

- ⊗ Make sure the device is turned off.
- ⊗ If necessary, remove hair from the application site.
- ⊗ Degrease and dry the skin (this extends the life of the electrodes).
- ⊗ Connect the electrodes to the device and remove the protective film (keep it for reuse; if damaged, use the double-sided pads from the kit).
- ⊗ Stick the electrodes to the skin and press lightly.
- ⊗ Read the device manual before use.
- ⊗ After the treatment, slowly peel off the electrodes, starting from the corner, and stick them back onto the protective film.
- ⊗ Store the electrodes in their packaging in a dry place.
- ⊗ Replace the electrodes when they stick poorly or the gel is dry or dirty.
- ⊗ Do not stick exposed electrodes together as this may damage them.
- ⊗ The electrodes are not intended for disinfection; each user should have their own.

Technical specifications of the device

- 2 stimulation techniques: EMS and TENS
- 24 programs
- 20 intensity levels / independent power adjustment for zones A and B
- Up to 8 electrodes can be connected at the same time
- Large, touch-sensitive, easy-to-read, backlit LCD display
- Operating time adjustment (10–60 minutes)
- Treatment time preview
- Touch screen lock function
- Battery power supply: 300 mAh lithium-ion battery
- Frequency 1–120 Hz, device power from 6 to 140 mA
- Charging via USB-C port (240V power supply)
- Electrode connection standard: SNAP 3.5 mm
- Certificates: CE marked device

Problem solving

Weak stimulation

- ⊗ Make sure that the electrodes do not overlap.
- ⊗ Check that the electrodes and cable are properly connected.
- ⊗ Check the correct placement of the electrodes.
- ⊗ Make sure the electrodes adhere well to the skin and are not dry; replace them with new ones if necessary.
- ⊗ Check that the stimulation power level is not set too low.

No stimulation

- ⊗ Check that the electrodes and cable are connected correctly.
- ⊗ Make sure that the electrodes are firmly attached to the skin.

One electrode is stronger than the other.

- ⊗ This is normal; different parts of the body react differently.
- ⊗ Make sure the electrodes are not dry and adhere well to the skin.

The display and therapy mode are working, but there is no stimulation

- ⊗ Check that the electrodes are positioned correctly and adhere well to the skin (the device may switch off after approx. 10 seconds if an electrode falls off or if not all of the two or four electrodes are attached to the body).
- ⊗ Check the power level and adjust the intensity so that you feel a gentle stimulation.
- ⊗ Make sure that the electrodes do not overlap.

When switched on, neither the display nor the therapy modes light up

- ⊗ Check that the device is charged.

The skin becomes reddened.

- ⊗ Check the treatment time; do not exceed 10–15 minutes.
- ⊗ Make sure that the electrodes are not dry or dirty; replace them with new ones if necessary.
- ⊗ Check that the electrodes adhere well to the skin.

Gel electrodes do not stick to the skin even after cleaning and moistening.

- ⊗ Replace the adhesive gel pads.



Accessories

- Ø 240V power supply
- Ø Electrode connecting cable – 4 pcs.
- Ø Power supply connection cable via USB-C
- Ø Double-sided pad
- Ø Stylus
- Ø Cardboard packaging
- Ø Hydrogel electrodes for the body
- Ø Electrodes – gloves – optional
- Ø Electrodes – socks – optional
- Ø Knee electrodes – optional
- Ø Electrodes – flip-flops – optional
- Ø User manual



The **AS-2016** electrostimulator is a product that meets all safety standards. It has **two CE certificates (EMC and LVD)**. The **EMC** certificate complies with Directive 2014/30/EU of the European Parliament and of the Council of 26 February 2014 on electromagnetic compatibility. The **LVD** certificate complies with Directive **2014/35/EU** of the European Parliament and of the Council of 26 February 2014 – Low Voltage Directive.



This symbol indicates that this product must not be disposed of with other household waste. The user is responsible for delivering the used device to a collection point for the disposal of electrical and electronic equipment. Separate collection and recycling of devices helps to protect the environment and human health. For more information on the disposal of devices, please contact your local authorities, disposal companies, or the place where you purchased this product.

Importer:

Molido Paweł Gryc
ul. Srebrna 39, 65-128 Zielona Góra (PL)
tel. (+48)883-701-993 kontakt@molido.pl
Made in P.R.C.



www.medicalaboratories.com

PL Instrukcja obsługi
CZ Návod k obsluze
DE Bedienungsanleitung
EN User manual

