Mon carnet actiTENS

Dispositif médical connecté pour soulager les douleurs chroniques.

FABRIQUÉ EN FRANCE

CE 2797

Mon carnet

NOM ET PRÉNOM : _____

NÉ.E LE : _____

MÉDECIN PRESCRIPTEUR : _____

Sommaire

4 et 5 MON KIT actiTENS

6 à 11 MA PRESCRIPTION — Les instructions de mon professionnel de santé

12 et 13 OÙ PLACER MON actiTENS ? — Des idées pratiques pour utiliser mon tens en toute discrétion

14 et 15 QUESTIONS FRÉQUENTES — Des solutions aux petits problèmes courants

POUR PLUS D'INFORMATIONS

sur le dispositif actiTENS et sur la thérapie TENS, vous pouvez également consulter les sources suivantes :

Notre site :
http://subli-med.fr
Voir les vidéos de démo !

Notice d'utilisation &
Guide de démarrage rapide
(dans le kit actiTENS & sur le site web)

Service client
04 76 37 17 58
contact@subli-med.com

Avant de me procurer actiTENS

Votre médecin vient de vous prescrire actiTENS ;

AVANT DE VOUS PROCURER actiTENS, ASSUREZ-VOUS DE LA COMPATIBILITÉ DE VOTRE SMARTPHONE.

actiTENS est piloté uniquement par votre smartphone. Il est essentiel de vérifier la compatibilité de votre smartphone avant de vous procurer actiTENS auprès de votre pharmacien ou de votre prestataire de matériel médical.

COMMENT PROCÉDER POUR VÉRIFIER LA COMPATIBILITÉ DE VOTRE SMARTPHONE ?

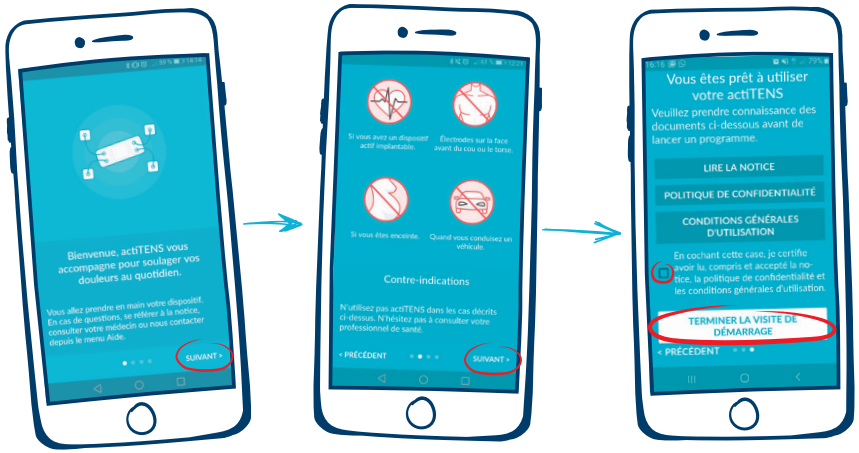
Téléchargez l'application sur les stores de vos smartphones

Télécharger dans l'App Store
Disponible sur Google play

Sur le store ! Pas sur un moteur de recherche ☺

Si l'application actiTENS n'apparaît pas dans Play Store (Android) ou dans l'AppStore (Apple), alors votre smartphone n'est pas compatible.

Si l'application actiTENS apparait, téléchargez-la, ouvrez-la et déroulez les 3 écrans de la visite de démarrage :



Vous êtes prêt.e à démarrer votre séance de stimulation.

Mon kit actiTENS

actiTENS se présente sous la forme d'un kit standard qui contient tous les composants nécessaires pour effectuer vos premières séances de stimulation.

Le kit actiTENS (réf : SBM1AA007) :

- ☐ Générateur actiTENS / réf : SBM1AA100
- ☐ Boitier de recharge / réf : SBM1AF100
- ☐ Alimentation / réf : SBM1AF200
- ☐ Pack de 4 électrodes 50x50 mm / réf : SBM1AC003 *
- ☐ 2 packs de 2 câbles de 40 cm / réf : SBM1AE001*
- ☐ 1 pack de 2 supports adhésifs / réf : SBM1AB001 *
- ☐ 1 brassard taille standard / réf : SBM1AG301*
- ☐ 1 trousse de soins / réf : SBM1AH100
- ☐ Notice d'utilisation
- ☐ Guide de démarrage rapide

D'autres tailles / modèles disponibles sur commande (voir références ci contre)

Remboursement

LPPR location 6 mois du kit actTENS complet : 1189940

LPPR pour l'achat du kit actTENS complet : 1183468

LPPR des électrodes : 1134240

LES CÂBLES

Vous pouvez choisir la longueur de câbles adaptée à votre cas. Le choix de la longueur de câbles se fait en fonction de la zone sur laquelle sont collées les électrodes, et de la zone sur laquelle vous souhaitez fixer le générateur actiTENS. **Ce choix s'effectue avec l'aide de votre professionnel de santé. (Voir pages 6 à 11)**

Si vous décidez d'opter pour une autre longueur que celle proposée par défaut dans le kit standard (40 cm), votre professionnel de santé doit l'indiquer sur l'ordonnance.

Références disponibles :

- ☐ 14 cm / réf : SMB1AE002
- ☐ 40 cm / réf : SBM1AE001
- ☐ 100 cm / réf : SMB1AE003

FIXER actiTENS

Il existe 2 moyens de fixer actiTENS au plus près de la zone des électrodes :

- Les supports adhésifs
- Les accessoires textiles

Les supports adhésifs sont des consommables, il faut les remplacer régulièrement en fonction de votre utilisation. Prenez soin de les repositionner sur leur film plastique entre 2 utilisations.

Les accessoires textiles peuvent compléter ou remplacer l'utilisation des supports adhésifs. Vous pouvez les passer en machine à 40°

Références disponibles :

- ☐ Support adhésif 30x10cm réf : SMB1AB001
- ☐ Brassard actiTENS taille XS réf : SBM1AG300
- ☐ Brassard actiTENS taille standard réf : SBM1AG301
- ☐ Brassard actiTENS taille XL réf : SBM1AG302
- ☐ Accessoire ceinture / soutien-gorge Réf : SBM1AG400

Références d'électrodes disponibles :

- ☐ 4 électrodes 50x50mm /réf : SMB1AC003
- ☐ 4 électrodes 50x90mm / réf : SMB1AC004
- ☐ 4 électrodes rondes Ø 50mm réf : SMB1AC002
- ☐ 4 électrodes rondes Ø 32 mm réf : SMB1AC001
- ☐ 1 électrodes lombaire / réf : SBM1AD001
- ☐ 4 électrodes peau sensible 45x45mm réf : BST11
- ☐ 4 électrodes peau sensible 45x95mm réf : BST13

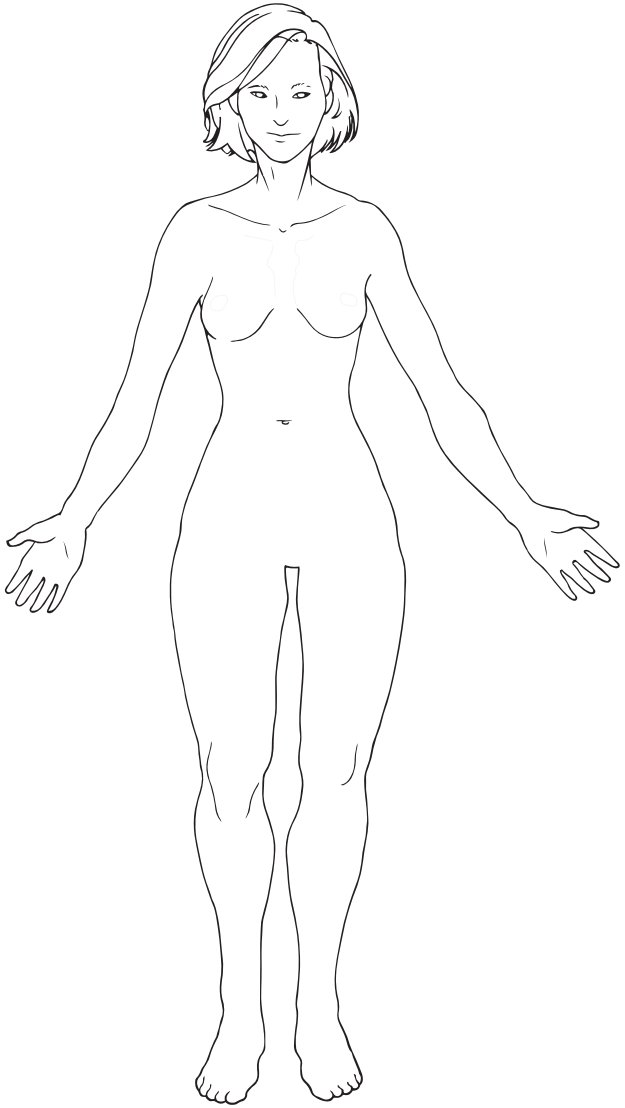
LES ÉLECTRODES

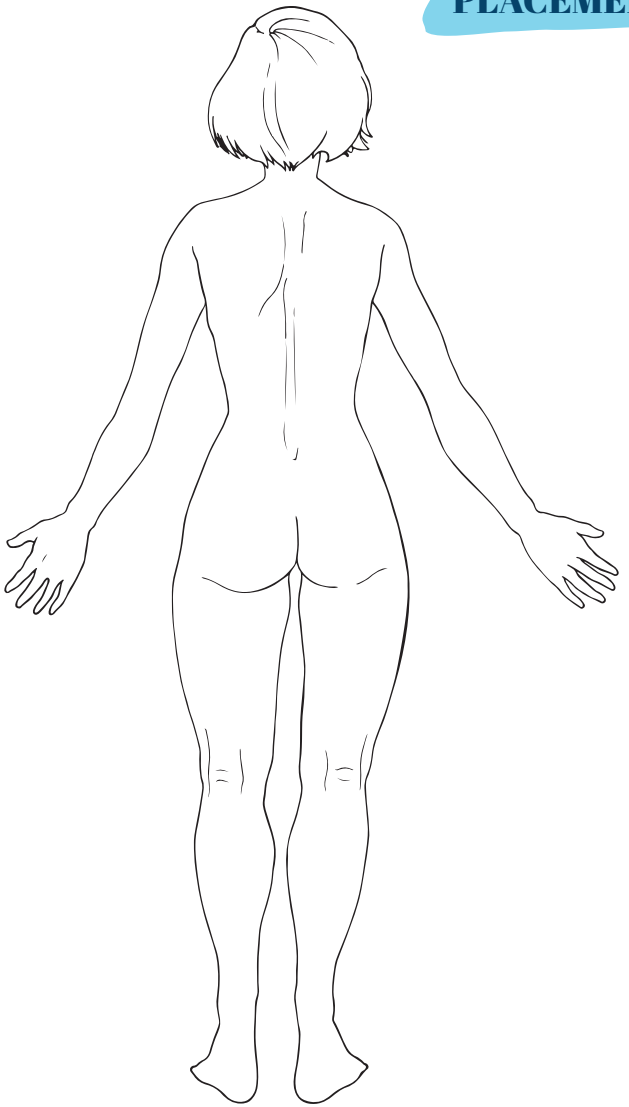
Les électrodes actiTENS sont réutilisables. Nous vous recommandons de bien les repositionner sur leur film plastique entre 2 utilisations. Il est conseillé de changer vos électrodes toutes les deux semaines.

Votre professionnel de santé vous prescrira la taille et le type d'électrodes adaptés à votre cas.

Ma prescription

PLACEMENT DES ÉLECTRODES





PROTOCOLE DE TRAITEMENT

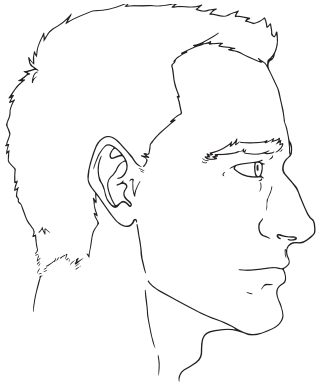
MON OU MES PROGRAMMES : _____

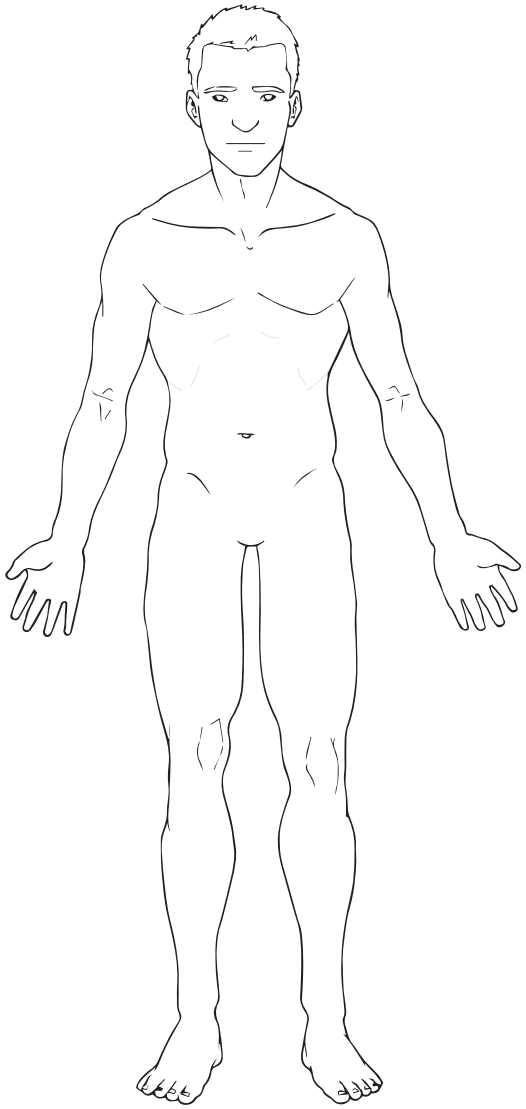
DURÉE DE MA SÉANCE : _____

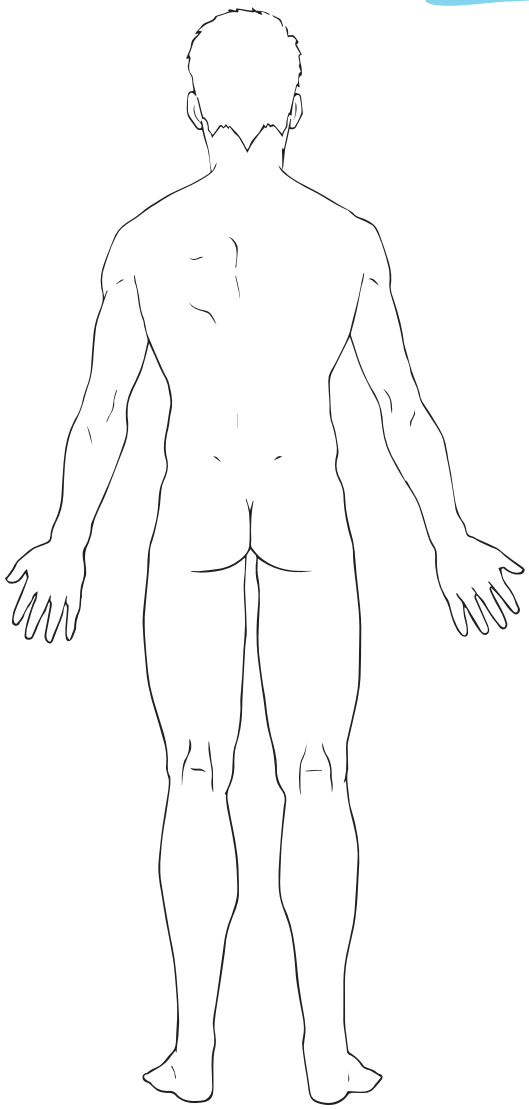
NOMBRE DE SÉANCE(S) PAR JOUR : _____

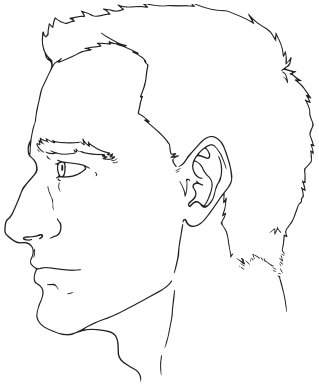
Ma prescription

PLACEMENT DES ÉLECTRODES









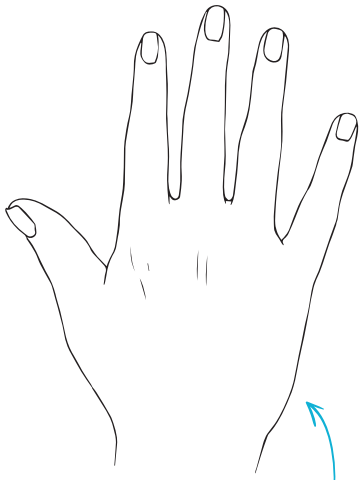
PROTOCOLE DE TRAITEMENT

MON OU MES PROGRAMMES : _____

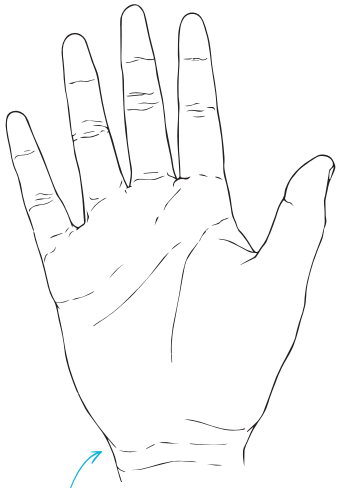
DURÉE DE MA SÉANCE : _____

NOMBRE DE SÉANCE(S) PAR JOUR : _____

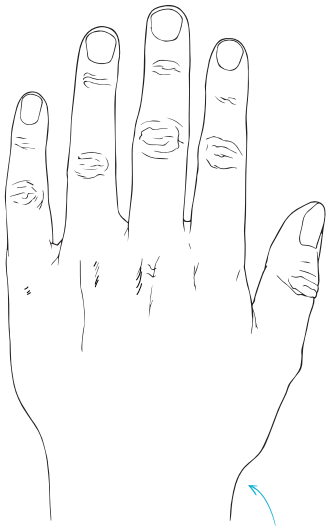
Ma prescription



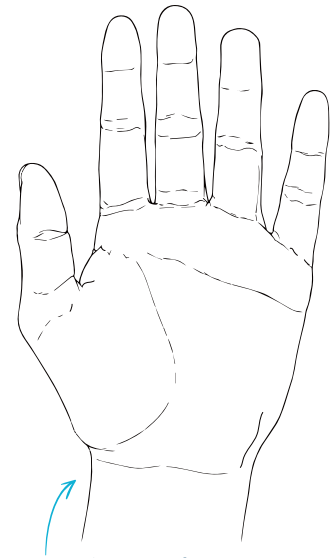
Main droite - dos



Main droite - paume



Main gauche - dos



Main gauche - paume

PROTOCOLE DE TRAITEMENT

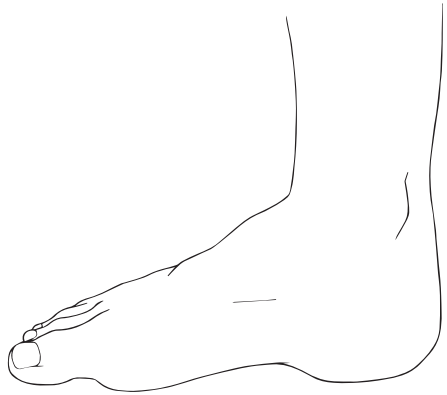
MON OU MES PROGRAMMES : _____

DURÉE DE MA SÉANCE : _____

NOMBRE DE SÉANCE(S) PAR JOUR : _____

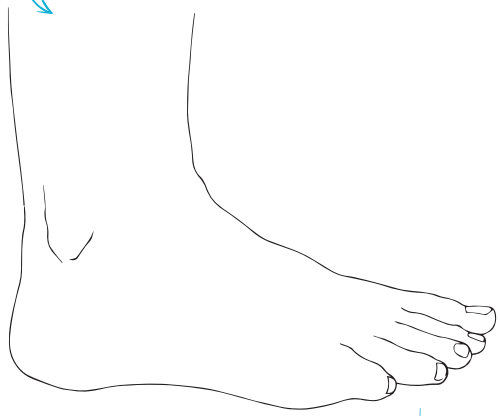
PLACEMENT DES ÉLECTRODES

Pied gauche face externe



Pied droit face interne

Pied gauche face interne



Pied droit face externe

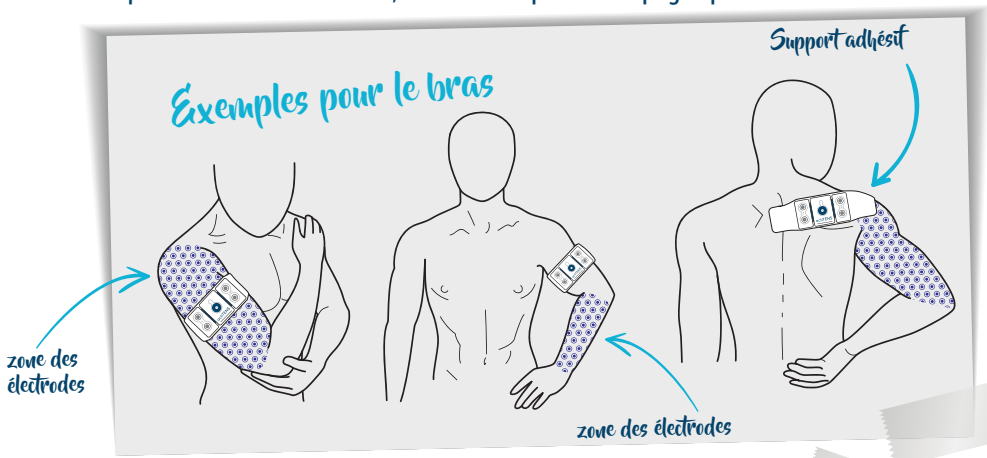
_____

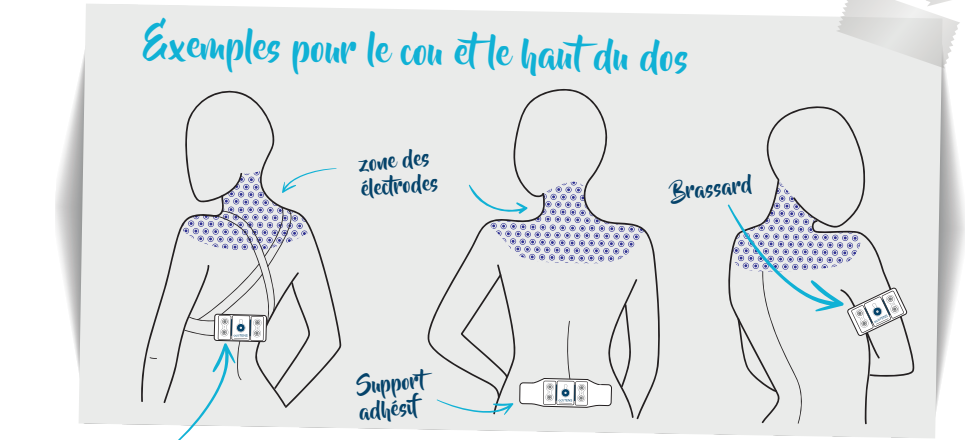
_____

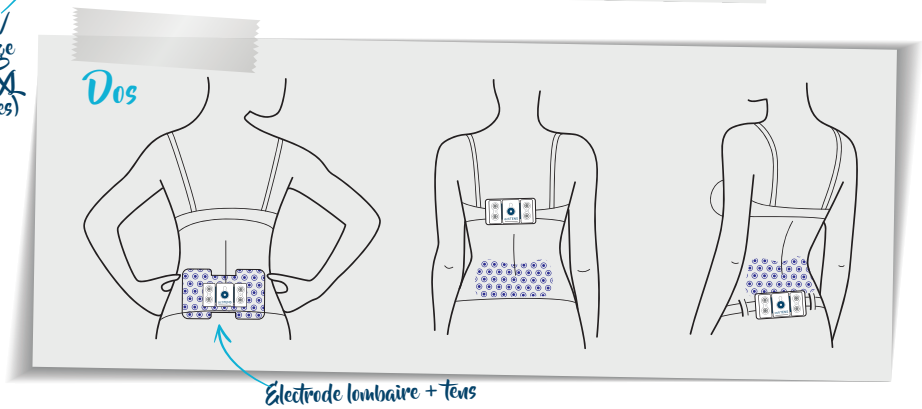
_____

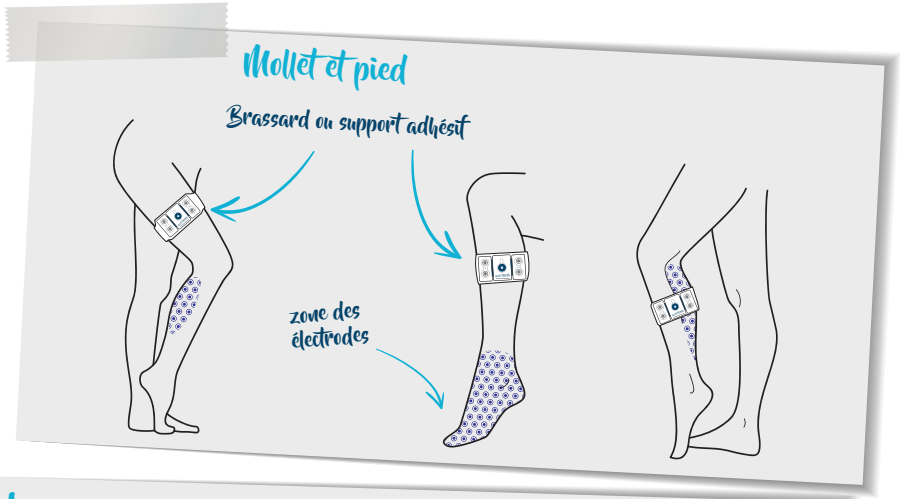
Où placer mon actiTENS ?

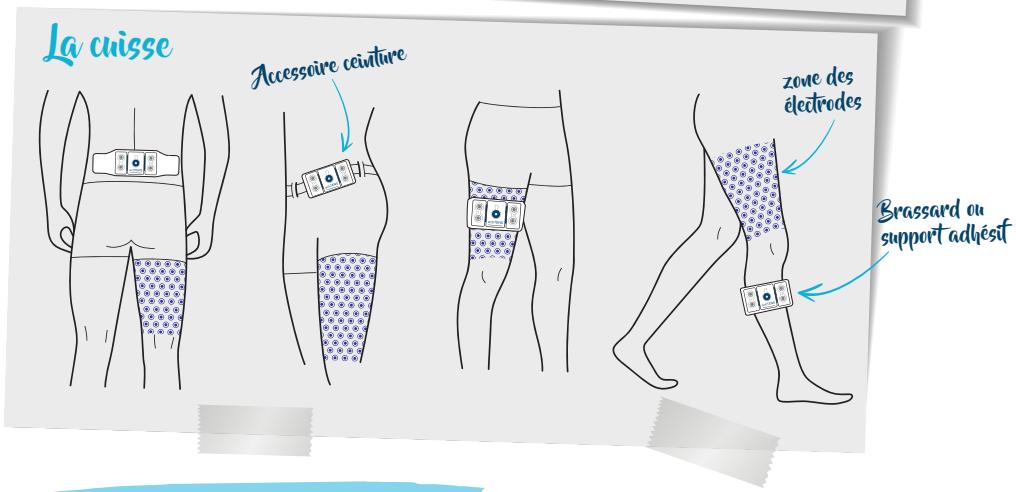
Voici quelques exemples de positionnement de votre actiTENS en fonction de la zone à traiter et du placement des électrodes, comme indiqué sur les pages précédentes.











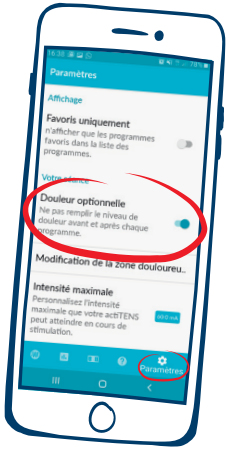
PLACEMENT DE MON actiTENs

Si aucun des schémas ne correspond à votre cas, indiquez sur les pages 6 à 11 où et comment fixer actiTENS selon les conseils de votre professionnel de santé.

Questions fréquentes

Je souhaiterais ne pas noter mon niveau de douleur systématiquement avant et après ma séance de stimulation" ou "comment rendre optionnelle l'évaluation de ma douleur avant et après ma séance de stimulation.

→ Aller dans le menu "Paramètres" ⚙, et activer "Douleur optionnelle".



Je veux accéder directement à l'écran télécommande pendant une séance sans dérouler toutes les étapes.

→ Aller dans le menu "actiTENS" et appuyer sur "afficher la télécommande". Cela vous permet d'accéder directement à la télécommande.

Mon actiTENS se déconnecte.

→ Deux situations sont possibles :

Cas n°1 : Vous ressentez toujours la stimulation.
Pas d'inquiétude, cela est assez fréquent.

Reconnectez-vous en passant par le menu actiTENS si vous devez augmenter ou diminuer l'intensité, ou arrêter le programme en cours de séance.

Même sans connexion, la séance continue (comme une TV allumée dont on aurait perdu la télécommande).

Cas n°2 : Vous ne ressentez plus ou pas la stimulation.

Vérifier que votre actiTENS est suffisamment chargé en passant par le menu actiTENS.

Si votre actiTENS est bien chargé et que vous ne ressentez plus la stimulation, contactez le support au **04 76 37 17 58** ou **contact@subli-med.com.**

Mon actiTENS est en charge depuis plusieurs heures dans son boitier de recharge, mais le voyant vert continue à clignoter.

→ Vérifier que votre actiTENS se plaque bien dans le boitier. Si ce n'est pas le cas, appelez la hotline au **04 76 37 17 58**.

Vérifier la charge de la batterie en passant par l'application : pour se faire, aller dans le menu actiTENS, connectez vous "Détecter un actiTENS", et vérifier l'état de la batterie sur l'écran.

Il peut arriver que la charge soit complète, mais que le voyant continue à clignoter.

Je n'arrive pas (ou plus) à me connecter à mon actiTENS pour lancer une séance.

→ Vérifier que votre actiTENS et votre téléphone sont suffisamment chargés. Si la charge est trop faible, cela peut créer des difficultés de connexion.

⚠ **Si vous utilisez actiTENS pour la première fois :**
Vérifier que vous avez bien activé le Bluetooth de votre smartphone.

Vérifier que vous avez bien accepté d'être géolocalisé. (La géolocalisation est imposée par Google, pas par actiTENS).

Une fois toutes ces vérifications faites, si vous ne réussissez toujours pas à vous connecter, contactez le support actiTENS au **04 76 37 17 58**.

Mon application indique soit "problème de branchement" ou "Canal 1 déconnecté" ou "Canal 2 déconnecté."

→ 1 - Vérifiez le bon branchement des câbles sur votre actiTENS.
2 - Changez vos électrodes si vous les avez utilisées plusieurs fois
3 - Si vous avez utilisé un lait ou une crème hydratante, ôter le film gras déposé sur la peau avant de repositionner vos électrodes, et réessayer de démarrer le programme.
4 - Assurez-vous que les électrodes sont bien posées sur la peau (et non sur leur film plastique).
5 - Vérifier que vous avez bien sélectionné les canaux (voir écran ci-contre).
6 - Si le problème persiste, contactez le support actiTENS au **04 76 37 17 58**.

J'ai besoin d'aide

Pour l'utilisation de mon **actiTENS**,
qui puis-je contacter ?

→ **04 76 37 17 58**
(Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h)

contact@subli-med.com

Bonne idée : regarder les vidéos de démo sur le site subli-med.fr, rubrique "utiliser actiTENS"

Mon centre de la douleur

SUBLIMED
137, rue Mayoussard • 38430 Moirans • France

Imprimé par nos soins - Réf : SBM1AL500 - V1 Octobre 2019 - Création : www.archipicture.fr - Illustrations : Guilhem LAFON, Auriane VICENTE