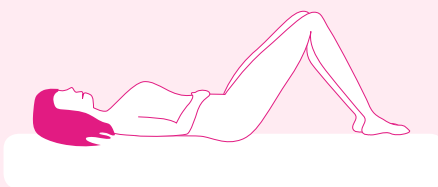
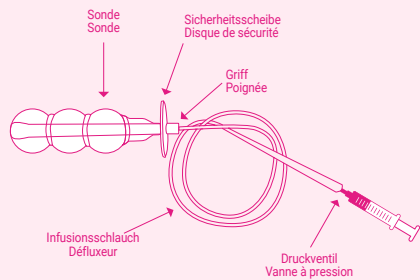


Fig./ Abb.1



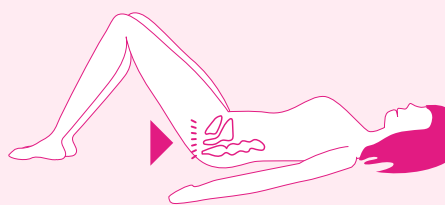
Rückenlage mit leicht gespreizten Beinen
Position couchée avec les jambes légèrement écartées

Fig./ Abb.2



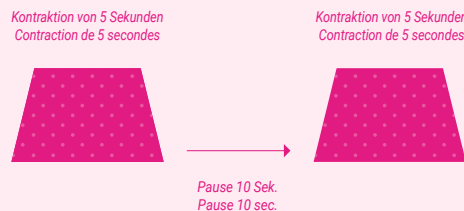
ELLEN

Fig./ Abb.3



Interne Kontraktionen
Contractions internes

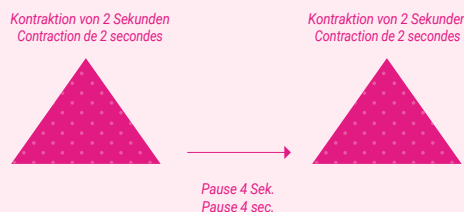
Fig./ Abb.4



x 10 WIEDERHOLUNGEN
10 RÉPÉTITIONS

Tonische (langsame) Kontraktionen
Contractions toniques (lentes)

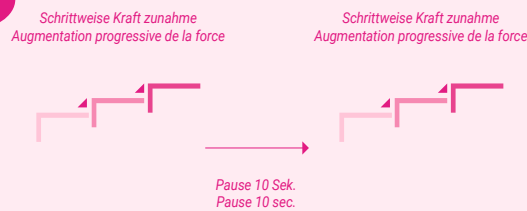
Fig./ Abb.5



x 10 WIEDERHOLUNGEN
10 RÉPÉTITIONS

Phasische (schnelle) Kontraktionen
Contractions phasiques (rapides)

Fig./ Abb.6



x 10 WIEDERHOLUNGEN
10 RÉPÉTITIONS

Kontraktionen mit schrittweiser Kraftzunahme (steigend)
C ontractions avec augmentation progressive de la force (ascenseur)

DE ELLEN REF.A.1005G

Vaginalsonde für Kontraktionstraining

Beckenbodenerkrankungen können mit einem hypertonen oder hypotonischen Zustand der Beckenmuskulatur verbunden sein. ELLEN ist eine wertvolle Unterstützung, um Beschwerden, die das alltägliche Leben beeinträchtigen, entgegenzuwirken und die Schädigung der Geburt zu verhindern.

ART DER ANWENDUNG:

Vor dem Gebrauch von ELLEN:
• Die in der Sonde enthaltene Luft entfernen, indem die Spritze in das Druckventil eingeführt und angesaugt wird.
• Ein 5 Minuten langes warmes Sitzbad durchführen (das Bad oder Bidet mit warmem Wasser füllen und den Bereich der Scheide mit Sapigen K waschen), damit die Dammmuskulatur vollkommen entspannt wird.

Die empfohlene Position für die Einführung der Sonde ist die Rückenlage mit leicht gespreizten Beinen (Abb. 1).

Die Spritze mit 80/90 ml Luft oder Wasser füllen, dessen Temperatur zwischen 40° und 45°C liegen sollte (warmes Leitungswasser). Die Wassertemperatur kann mit einem Thermometer kontrolliert werden. Die Sonde gut mit dem Gleitgel einschmieren und diese sehr vorsichtig in ihrer gesamten Länge in die Vagina einführen, bis der Sicherheitsscheibe mit der Kommissur der Schamlippen in Kontakt ist. Die Beine entspannen, um die Sicherheitsscheibe mit der Innenseite des Oberschenkels zu blockieren. Die vorher mit Luft und Wasser gefüllte Spritze anschließen und mit dem Druckventil (Abb. 2) der Sonde verbinden. Die Anwendungsmodalitäten variieren gemäß der zu behandelnden Krankheit (siehe nachfolgend Behandlungsschema).

HYPOTONISCH

- Verbundene Erkrankungen:**
- Harninkontinenz
 - Stuhl- und Gasinkontinenz
 - Urogenitaler Prolaps
 - Schweregefühl im Beckenboden
 - Anorgasmie und sexuelle Hyposensibilität

ANWENDUNGSGEBIETE
Der Pubokokzygeusmuskel schreitet sowohl bei der Regulierung des Harnflusses als auch bei der Kontrolle der Geburtswege ein.

Einige Faktoren, die seine Wirksamkeit abschwächen können, sind Schwangerschaft, Fettleibigkeit und Menopause. Nicht immer ist für Belastungsinkontinenz eine pharmakologische Behandlung erforderlich. Manchmal können einfache Kontraktionen und willkürliche Entspannung des Pubokokzygeusmuskels für einige Sekunden nützlich zur Kräftigung der Muskeln des Becken- und Perinealbodens sein. ELLEN ist sowohl zur Prophylaxe der Erkrankung als auch bei schon vorhandener Erkrankung indiziert.

BEHANDLUNGSSCHEMA
Führen Sie die entleerte Sonde in die Vagina ein, schließen Sie die Fertigspritze an das Ventil an und führen Sie Wasser oder Luft in die Sonde ein, bis ein Druckgefühl entsteht (80/90 ml). Die Sonde durch interne Kontraktions- und Entspannungsbewegungen zusammendrücken und loslassen, ohne Gesäß- und Bauchmuskulatur anzuspannen. (Abb.3)

Prävention: Trainieren Sie, indem Sie 10 langsame tonische Kontraktionen der Muskeln abwechselnd mit 10 schnellen phasische Kontraktionen durchführen. Die langsame tonische Kontraktion muss 5 Sekunden, unterbrochen von 10 Sekunden Pause, lang durchgeführt werden. (Abb.4). Phasische Kontraktionen müssen 2 Sekunden, unterbrochen von 4 Sekunden Pause, lang durchgeführt werden (Abb.5). Am Ende jeder Sequenz 30 Sekunden ruhen lassen. Wiederholen Sie 2 x wöchentlich die gesamte Sequenz 3 x für insgesamt 60 Kontraktionen (30 tonisch + 30 phasisch).

Behandlung: Trainieren Sie, indem Sie 10 langsame tonische Kontraktionen der Muskeln + 10 schnelle phasische Kontraktionen + 10 kraftsteigernde Kontraktionen (schrittweise Erhöhung der Kraft) durchführen. Die tonische Kontraktion muss 5 Sekunden, unterbrochen von 10 Sekunden Pause, lang durchgeführt werden. Phasische Kontraktionen müssen 2 Sekunden, unterbrochen von 4 Sekunden Pause, lang durchgeführt werden. Führen Sie kraftsteigernde Kontraktionen durch, indem Sie die Kraft allmählich erhöhen und pausieren Sie 10 Sekunden (Abb.6). Am Ende jeder Sequenz 30 Sekunden pausieren. Trainieren Sie täglich in den ersten 2 Wochen. Beginnen Sie in der 1. Woche mit 30 Kontraktionen pro Tag (10 langsame, 10 schnelle, 10 mit zunehmender Kraft) und erhöhen Sie diese während der 2. Woche auf 60 Kontraktionen. Ab der 3. Woche wiederholen Sie die gesamte Sequenz 3 - 4 Mal für insgesamt 90 - 120 Kontraktionen (30 - 40 tonisch + 30 - 40 phasisch + 30 - 40 kraftsteigernd) und verringern Sie auf 3 oder 4 Trainingstage pro Woche.

Erhaltungsmaßnahmen: Führen Sie die unter „Behandlung“ angegebene Sequenz 1 oder 2 Mal pro Woche über einen Zeitraum von 2 Monaten durch.

Lassen Sie nach jeder Trainingseinheit die Luft aus der Sonde ab, indem Sie die Luft / das Wasser durch das Druckventil in die Spritze zurückziehen. Den Griff von ELLEN festhalten, und die Sonde sehr langsam herausziehen.

NEBENWIRKUNGEN
Ein Übertraining ist zu vermeiden, da dies zu Muskelermüdung führen und die Inkontinenz als unerwünschte Wirkung erhöhen kann.

Nach 2 Monaten die Sonde bitte entsorgen, auch wenn sie intakt ist.

HYPERTONISCH

- Verbundene Erkrankungen:**
- Beckenschmerzen
 - Vulvovaginale Atrophie
 - Vulväre Flechte
 - Postchirurgische und postnatale vulvovaginale Narben
 - Vestibulitis-Vulvodynie

ANWENDUNGSGEBIETE
Unter Beckenboden mit reduziertem Muskeltonus versteht sich der Zustand, in dem sich die Muskulatur versteift und kontrahiert und Elastizität und Mobilität verliert. Es folgen: Schmerzen, Trockenheit, Dyspareunie und Stuhl- sowie Haminkontinenz. In der Schwangerschaft empfiehlt es sich, Schäden durch Geburtsrisse vorzubeugen. Im dritten Schwangerschaftstrimester empfiehlt es sich, die Beckenmuskulatur vorzubereiten und ihr eine höhere Elastizität zu geben. Durch die Nutzung der Geschmeidigkeit und der Elastizität von ELLEN können individuelle therapeutische Behandlungen entwickelt werden, die darauf zielen, die gewünschten Ergebnisse zu erhalten: Eine höhere Elastizität der Gewebe zur Vorbereitung der maximalen Dilation während der Geburt.

BEHANDLUNGSSCHEMA
Führen Sie die entleerte Sonde in die Vagina ein.

Behandlung: Sobald die Spritze mit Luft oder Wasser gefüllt ist und an das Druckventil angeschlossen ist, wird die Sonde (gemäß ärztlichem Rat) aufgeblasen, bis ein Druckgefühl entsteht.

Nach den ersten 5 Minuten weiterhin Luft/Wasser einfüllen, bis ein neues Druckgefühl zu spüren ist und die Position weitere 5 Minuten beibehalten. Wiederholen Sie das Verfahren während einer 20-minütigen Therapie. Nach Beendigung der Behandlung wird empfohlen, das noch aufgeblasene (oder leicht, aber nicht vollständig entleerte) Gerät herauszuziehen, um den Vaginalkanal zu dehnen. ELLEN kann auch von Patienten angewendet werden, die sich in der postoperativen Phase einer Geschlechtsumwandlung von Mann zu Frau befinden, um Stenosen der Neovagina zu vermeiden.

Erhaltungsmaßnahmen: Führen Sie die unter „Behandlung“ angegebene Sequenz 1 oder 2 Mal pro Woche über einen Zeitraum von 2 Monaten durch.

NEBENWIRKUNGEN
Während der Behandlung können perianale Schmerzen auftreten. Ein solches Symptom ist vorübergehend und geht nach Beendigung der Sitzung mit ELLEN zurück. In den ersten Wochen kann der Schmerz bei schwerem Vaginismus während der Behandlungsminuten insbesondere an den ersten Tagen ansteigen. In einem solchen Fall wird empfohlen, die Behandlung nicht abzubrechen, sondern ein sanftes Schmerzmittel einzunehmen, das durch die Reduzierung der Schmerzen eine Fortsetzung der Behandlung mit ELLEN ermöglicht. Falls die Schmerzen so stark sein sollten, dass eine Fortsetzung der Behandlung nicht möglich ist, wird empfohlen, die Anwendung von ELLEN abzubrechen und sich an den verschreibenden Arzt zu wenden.

Nach 2 Monaten die Sonde bitte entsorgen, auch wenn sie intakt ist.

REINIGUNG UND AUFBEWAHRUNG VON ELLEN

ELLEN unter einem lauwarmen fließenden Wasserstrahl waschen, und die Sonde mit neutralem Reinigungsmittel säubern. Mit einem Tuch abtrocknen und ELLEN an einem trockenen Ort aufbewahren.

HINWEISE

- Zur korrekten Anwendung von ELLEN oder um weitere Informationen zu erhalten, kontaktieren Sie Ihren Hausarzt oder Facharzt Ihres Vertrauens.
- Die in die Sonde einzuführende Höchstmenge von Wasser beträgt 150 ml. Eine größere Wassermenge könnte die Sonde beschädigen.
- ELLEN ist ein Medizinprodukt und sollte daher als körperliche Behandlung für die oben genannten Erkrankungen angewendet werden.

BESONDERE WARNHINWEISE

- Von jeder anderen Verwendung wird nachdrücklich abgeraten.
- Für Kinder unzugänglich aufbewahren.
- Nicht einfrieren.
- Nicht kochen.
- Nicht in der Mikrowelle erhitzen.
- Nicht zerschneiden.
- Nicht schlucken.
- Die Behälter nach dem Gebrauch bitte umweltverträglich entsorgen.
- ELLEN ausschließlich mit neutralen Reinigungsmitteln reinigen.
- Der Gebrauch von ELLEN ist streng persönlich.

FR ELLEN REF.A.1005G

Sonde vaginale pour entraîner la contraction

Les pathologies du plancher pelvien peuvent être associées à une condition d'hypertonie ou d'hypotonie de la musculature pelvienne. ELLEN est un allié précieux contre les troubles invalidants dans la vie quotidienne et prévenir les dommages à la naissance.

MODE D'EMPLOI :

Avant d'utiliser ELLEN :
• éliminer tout l'air contenu dans la sonde en introduisant la seringue dans la valve à pression et aspirer.
• effectuer un bain de siège chaud pendant 5 minutes (remplir le bidet avec de l'eau chaude et laver la région vaginale avec Sapigen K), afin de détendre complètement la musculature du périnée.

La position conseillée pour l'introduction de la sonde est la position couchée avec les jambes légèrement écartées (Fig.1).

Remplir la seringue avec 80/90 ml d'air ou d'eau tiède dont la température doit être comprise entre 40° et 45° C (eau chaude du robinet de la maison). La température de l'eau peut être vérifiée avec un thermomètre. Bien lubrifier la sonde avec du gel lubrifiant et l'introduire très doucement sur toute sa longueur dans le vagin jusqu'à ce que la poignée ne soit en contact avec la commissure vulvaire. Écarter les jambes de manière à bloquer le disque avec l'intérieur de votre cuisse. Relier la seringue préalablement remplie d'air ou d'eau et la relier à la valve à pression (Fig.2) de la sonde. Les modes d'emploi varient en fonction de la pathologie à traiter (voir ci-dessous Schéma de traitement).

HYPOTONIE

- Pathologies associées:**
- Incontinence urinaire
 - Incontinence fécale et gaz
 - Prolapsus urogénital
 - Lourdeur pelvienne
 - Anorgasmie et hyposensibilité sexuelle

INDICATIONS
Le muscle pubo-coccygien intervient à la fois dans la régulation du débit urinaire et dans le contrôle des voies de délivrance. Certains facteurs qui peuvent affaiblir son efficacité sont la grossesse, l'obésité et la ménopause. L'incontinence urinaire d'effort ne nécessite pas forcément un traitement pharmacologique. Parfois, de simples contractions volontaires et des relâchements du muscle pubo-coccygien pendant quelques secondes peuvent être utiles pour renforcer les muscles du plancher pelvien et périnéal. ELLEN est indiquée à la fois pour la prévention de la pathologie et en cas de pathologie déjà présente.

SCHEMA DE TRAITEMENT
Après avoir inséré la sonde dégonflée, connectez la seringue préremplie à la valve, introduire l'air ou l'eau dans la sonde jusqu'à la sensation de pression (80/90 ml). Effectuer des contractions internes en serrant ELLEN, sans contracter les fesses et les abdominaux (Fig.3)

Prévention: s'entraîner en effectuant 10 contractions toniques (lentes) des muscles, alternées avec 10 contractions phasiques (rapides). La contraction tonique doit être effectuée pendant 5 secondes, puis se reposer pendant 10 secondes entre les deux (Fig. 4); les contractions phasiques doivent être effectuées pendant 2 secondes puis se reposer pendant 4 secondes entre les deux (Fig.5). À la fin de chaque séquence, reposez-vous pendant 30 secondes. Répétez la séquence entière 3 fois pour un total de 60 contractions (30 toniques + 30 phasiques), deux fois par semaine.

Traitement: s'entraîner en effectuant 10 contractions toniques (lentes) des muscles + 10 contractions phasiques (rapides) + 10 contractions en augmentant progressivement la force. La contraction toniques doit être effectuée pendant 5 secondes, puis se reposer pendant 10 secondes entre les deux; les contractions phasiques doivent être effectuées pendant 2 secondes puis se reposer pendant 4 secondes entre les deux; effectuer des contractions en augmentant progressivement la force, puis se reposer pendant 10 secondes entre les deux (Fig.6). À la fin de chaque séquence, reposez-vous pendant 30 secondes. Pendant les deux premières semaines, entraînez-vous quotidiennement. Au cours de la première semaine, commencez par 30 contractions par jour (10 lentes, 10 rapides, 10 en augmentant la force) et augmentez à 60 contractions au cours de la deuxième semaine. À partir de la troisième semaine, répétez la séquence entière 3-4 fois pour un total de 90-120 contractions (30-40 toniques + 30-40 phasiques + 30-40 en augmentant la force) et diminuez à 3 ou 4 jours d'entraînement par semaine.

Entretien: effectuez la séquence indiquée dans «Traitement» 1 ou 2 fois par semaine pendant 2 mois.

Une fois la séance terminée, dégonfler le ballon en aspirant l'eau / l'air avec la seringue à travers la valve de pression. Tenir la poignée d'ELLEN et retirer la sonde très lentement.

EFFETS INDÉSIRABLES
L'exercice excessif doit être évité, car il peut provoquer une fatigue musculaire et augmenter l'incontinence comme effet secondaire.

À la fin de la période d'utilisation, jetez la sonde même si elle est intacte.

HYPERTONIE

- Pathologies associées:**
- Douleur pelvienne
 - Atrophie vulvo-vaginale
 - Lichen vulvaire
 - Cicatrices vaginales vulvaires post-chirurgicales et post-partum
 - Vestibulite-vulvodynie

INDICATIONS
Par hypertonie du plancher pelvien on entend une condition dans laquelle les muscles se raidissent et se contractent, perdant de leur élasticité et mobilité. Les conséquences sont : douleur, sécheresse, dyspareunie et déficits fécaux et urinaires. Pendant la grossesse, il convient de prévenir les dommages causés par la laceration lors de l'accouchement. Au cours du troisième trimestre de grossesse, il est utile de préparer les muscles pelviens en leur donnant une plus grande élasticité. En exploitant la douceur et l'élasticité d'ELLEN, il est possible de créer des traitements thérapeutiques personnalisés qui visent à obtenir les résultats souhaités: une plus grande élasticité des tissus en vue d'une dilatation maximale lors de l'accouchement.

SCHEMA DE TRAITEMENT
Insérez la sonde dégonflée dans le vagin.

Traitement: après avoir relié la seringue pré-remplie à la valve, introduire l'air ou l'eau dans la sonde (selon les conseils d'un professionnel) jusqu'à une sensation personnelle de pression sur les parois. Après les 5 premières minutes, augmenter le remplissage d'air/eau jusqu'à ressentir encore une sensation de pression et maintenir en position pendant encore 5 minutes. Continuer cette procédure pour un total de 20 minutes de thérapie. Après 20 minutes de traitement, il est recommandé de retirer l'appareil encore enflé (ou légèrement dégonflé mais pas totalement) afin d'effectuer un étirement au niveau de l'entrée du vagin. ELLEN peut également être utilisé par les patients transgenres (homme «femme» en période postopératoire pour éviter la sténose du nouveau vagin.

Entretien: effectuez la séquence indiquée dans «Traitement» 1 ou 2 fois par semaine pendant 2 mois.

EFFETS INDÉSIRABLES
Une douleur périnéale peut survenir pendant le traitement. Ce symptôme est temporaire et disparaît à la fin de la séance avec ELLEN. Au cours des premières semaines, en cas de vaginisme sévère, la douleur peut augmenter pendant les minutes de traitement, notamment les premiers jours. Dans ce cas, il est recommandé de ne pas interrompre le traitement mais de prendre un analgésique qui, réduisant la douleur, permet de poursuivre le traitement avec ELLEN. Si la douleur est si intense qu'elle ne permet pas la poursuite du traitement, il est recommandé d'arrêter l'application d'ELLEN et de contacter le spécialiste.

À la fin de la période d'utilisation, jetez la sonde même si elle est intacte.

NETTOYAGE ET CONSERVATION D'ELLEN

Laver ELLEN sous le jet continu d'eau tiède et savonnez la sonde avec du savon de Marseille. Sécher avec un chiffon et conserver dans un endroit sec.

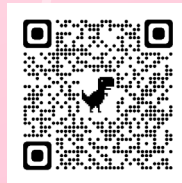
CONSIGNES

- Pour une utilisation correcte d'ELLEN ou pour toute information, consulter le médecin traitant ou le spécialiste de confiance.
- La quantité maximale d'eau à introduire dans la sonde est de 150 ml. Une quantité d'eau plus élevée pourrait endommager les parois de la sonde.
- ELLEN est un dispositif médical et doit être utilisé comme traitement physique des pathologies décrites ci-dessus.

CONSIGNES PARTICULIÈRES

- Toute autre utilisation est fortement déconseillée.
- Garder hors de portée des enfants.
- Ne pas congeler.
- Ne pas bouillir.
- Ne pas chauffer aux micro-ondes.
- Ne pas découper.
- Ne pas avaler.
- Ne pas jeter dans la nature après utilisation.
- Laver ELLEN uniquement avec des détergents neutres.
- L'utilisation d'ELLEN est strictement personnelle.

Download instructions for use



NON STERILE

LATEX FREE



REF.A.1005G



- IT - Sonda vaginale per contraction training
- EN - Vaginal probe for contraction training
- ES - Sonda vaginal por ejercicios de contracción
- DE - Vaginalsonde für Kontraktionstraining
- FR - Sonde vaginale pour entraîner la contraction



Alessandria - Italy - Via della Chimica, 6
www.sapimed.com - info@sapimed.com
Ph +39 0131 348109 - Fax +39 0131 348383

Fig.1 Posizione supina con le gambe leggermente divaricate



Fig.2 Posizione supina con le gambe leggermente divaricate Supine position with slightly spread legs

Fig.3 Contrazioni interne Internal contractions Contractions internes

Fig.4 Contrazione di 5 sec. 5 second contraction Contrazione di 5 segundos

Fig.5 Contrazione di 2 sec. 2 second contraction Contrazione di 2 segundos

Fig.6 Aumento progressivo della forza Progressive strength increase Subida gradual de fuerza

REF.A.1005G Sonda vaginale per esercizi di contrazione training

Al termine del periodo di mantenimento, eliminare la sonda anche se integra.

Indicazioni associate:

- Dolore pelvico
- Invalidiati nella vita quotidiana e prevenire i danni del parto.

COME SI USA:

Prima di utilizzare ELLEN:

- Rimuovere tutta l'aria contenuta nella sonda introducendo la siringa nella valvola a pressione e aspirare.
- Eseguire un semicupio caldo per 5 minuti (riempire il bidet di acqua calda e praticare un lavaggio della regione vaginale con **Sapigen K**), al fine di rilasciare i danni di lacerazione da parto. Durante il terzo trimestre di gravidanza è utile preparare la muscolatura pelvica dondolando maggioro elastico.

La posizione consigliata per l'introduzione della sonda è la posizione supina con le gambe leggermente divaricate (Fig.1).

Riempire la siringa con 80/90 ml di aria o acqua tiepida la cui temperatura deve essere compresa tra i 40° e i 45°C (acqua calda del rubinetto di casa). La temperatura dell'acqua può essere controllata con un termometro.

Lubrificare bene la sonda con gel lubrificante ed introdurla molto delicatamente per tutta la sua lunghezza in vagina sino a quando il disco di sicurezza non sia a contatto con la commessura vulvare.

Distinguere le gambe in modo da bloccare il disco con il dito e mantenere in posizione per altri 5 minuti. Continuare questa procedura per un totale di 20 minuti di terapia. Terminati i 20 minuti totali di trattamento, si consiglia di sdraiare il dispositivo ancora gonfio (o sgonfiato leggermente ma non totalmente) in modo da effettuare uno stretching a livello dell'introtto vaginale.

ELLEN può essere utilizzato dai pazienti sottoposti a transgeneforismo (uomo o donna) nel periodo postoperatorio per evitare le stenosi della neovagina.

POTONO

Indicazioni associate:

- Incontinenza urinaria
- Incontinenza fecale e gas
- Prolasso ureo-genitale
- Pesantezza pelvica
- Anorgasmia e iposensibilità sessuale

SCHEMA DI TRATTAMENTO

Il muscolo pubococcigeo interviene sia nella regolazione del flusso urinario sia nel controllo delle vie del parto.

Alcuni fattori che possono debilitarne l'efficienza sono la gravidanza, l'obesità e la menopausa.

Non necessariamente l'incontinenza urinaria da sforzo necessita di cure farmacologiche. Talvolta semplici contrazioni e rilasciamenti volontari del muscolo pubococcigeo per alcuni secondi possono essere utili a rafforzare i muscoli del pavimento pelvico e perineale. ELLEN è indicata sia per la prevenzione della patologia, sia in caso di patologia già presente.

SCHEMA DI TRATTAMENTO

Al termine del periodo di mantenimento, eliminare la sonda anche se integra.

Prevenzione: eseguire una sequenza di 10 contrazioni toniche (5 sec. con una pausa, tra una e l'altra, di 10" (Fig.4); la contrazione fasica deve durare 2" con una pausa di 10" tra una e l'altra, di 10" (Fig.5); la contrazione tonica deve durare 5" con una pausa di 30" (Fig.6). Al termine di ogni sequenza fare una pausa di 30". Per le prime due settimane eseguire l'allenamento tutti i giorni: la prima settimana iniziare con 30 contrazioni al giorno (10 toniche + 10 fasciche + 10 asensorie); la seconda settimana aumentare a 60. Dalla terza settimana ripetere la sequenza 3/4 volte per un totale di 90/120 contrazioni (30/40 toniche + 30/40 fasciche + 30/40 asensorie) e diminuire l'allenamento a 3 o 4 volte a settimana.

Una volta terminata la seduta, sgonfiare il palloncino aspirando l'acqua/l'aria con la siringa attraverso la valvola a pressione. Tenere l'impugnatura di ELLEN ed estrarre la sonda molto lentamente.

Manutenimento: eseguire la sequenza indicata nel "Trattamento", 1 o 2 volte alla settimana per 2 mesi. "Trattamento": 1 o 2 volte alla settimana per 2 mesi.

Avvertenze particolari

Avvertenze

Pulizia e conservazione di ELLEN

Lavare ELLEN sotto il getto continuo di acqua tiepida ed isopanare la sonda con sapone di Marsiglia. Assicurare con un panno e conservare ELLEN in un ambiente asciutto.

Avvertenze

Avvertenze

La quantità massima di acqua da inserire nella sonda è di 150 ml. Un quantitativo superiore di contrazioni (slow) o di 10 stretching-increasing contractions (quick) è controindicato al medico curante o allo specialista di fiducia.

Per l'uso corretto di ELLEN o per qualsiasi informazione, fare riferimento al medico curante o allo specialista di fiducia.

Acqua potrebbe danneggiare le parti.

ELLEN è un dispositivo medico e pertanto deve essere utilizzato quale trattamento fisico per le patologie sopra descritte.

Prevenzione: eseguire una sequenza di 10 contrazioni toniche (2 secondi con una pausa, tra una e l'altra, di 30") ripetere la sequenza 3 volte per un totale di 60 contrazioni (30 toniche + 30 fasciche) 2 volte alla settimana.

Prevenzione: eseguire una sequenza di 10 contrazioni toniche (2 secondi con una pausa, tra una e l'altra, di 10" (Fig.4); la contrazione fasica deve durare 2" con una pausa di 10" tra una e l'altra, di 10" (Fig.5); la contrazione tonica deve durare 5" con una pausa di 30" (Fig.6). Al termine di ogni sequenza fare una pausa di 30". Per le prime due settimane eseguire l'allenamento tutti i giorni: la prima settimana iniziare con 30 contrazioni al giorno (10 toniche + 10 fasciche + 10 asensorie); la seconda settimana aumentare a 60. Dalla terza settimana ripetere la sequenza 3/4 volte per un totale di 90/120 contrazioni (30/40 toniche + 30/40 fasciche + 30/40 asensorie) e diminuire l'allenamento a 3 o 4 volte a settimana.

Una volta terminata la seduta, sgonfiare il palloncino aspirando l'acqua/l'aria con la siringa attraverso la valvola a pressione. Tenere l'impugnatura di ELLEN ed estrarre la sonda molto lentamente.

Manutenimento: eseguire la sequenza indicata nel "Trattamento", 1 o 2 volte alla settimana per 2 mesi. "Trattamento": 1 o 2 volte alla settimana per 2 mesi.

Avvertenze particolari

Avvertenze

La quantità massima di acqua da inserire nella sonda è di 150 ml. Un quantitativo superiore di contrazioni (slow) o di 10 stretching-increasing contractions (quick) è controindicato al medico curante o allo specialista di fiducia.

Per l'uso corretto di ELLEN o per qualsiasi informazione, fare riferimento al medico curante o allo specialista di fiducia.

Acqua potrebbe danneggiare le parti.

ELLEN è un dispositivo medico e pertanto deve essere utilizzato quale trattamento fisico per le patologie sopra descritte.

Prevenzione: eseguire una sequenza di 10 contrazioni toniche (2 secondi con una pausa, tra una e l'altra, di 30") ripetere la sequenza 3 volte per un totale di 60 contrazioni (30 toniche + 30 fasciche) 2 volte alla settimana.

Prevenzione: eseguire una sequenza di 10 contrazioni toniche (2 secondi con una pausa, tra una e l'altra, di 10" (Fig.4); la contrazione fasica deve durare 2" con una pausa di 10" tra una e l'altra, di 10" (Fig.5); la contrazione tonica deve durare 5" con una pausa di 30" (Fig.6). Al termine di ogni sequenza fare una pausa di 30". Per le prime due settimane eseguire l'allenamento tutti i giorni: la prima settimana iniziare con 30 contrazioni al giorno (10 toniche + 10 fasciche + 10 asensorie); la seconda settimana aumentare a 60. Dalla terza settimana ripetere la sequenza 3/4 volte per un totale di 90/120 contrazioni (30/40 toniche + 30/40 fasciche + 30/40 asensorie) e diminuire l'allenamento a 3 o 4 volte a settimana.

Una volta terminata la seduta, sgonfiare il palloncino aspirando l'acqua/l'aria con la siringa attraverso la valvola a pressione. Tenere l'impugnatura di ELLEN ed estrarre la sonda molto lentamente.

Manutenimento: eseguire la sequenza indicata nel "Trattamento", 1 o 2 volte a settimana per 2 mesi. "Trattamento": 1 o 2 volte a settimana per 2 mesi.

Avvertenze particolari

Avvertenze

La quantità massima di acqua da inserire nella sonda è di 150 ml. Un quantitativo superiore di contrazioni (slow) o di 10 stretching-increasing contractions (quick) è controindicato al medico curante o allo specialista di fiducia.

Per l'uso corretto di ELLEN o per qualsiasi informazione, fare riferimento al medico curante o allo specialista di fiducia.

Acqua potrebbe danneggiare le parti.

ELLEN è un dispositivo medico e pertanto deve essere utilizzato quale trattamento fisico per le patologie sopra descritte.

Prevenzione: eseguire una sequenza di 10 contrazioni toniche (2 secondi con una pausa, tra una e l'altra, di 30") ripetere la sequenza 3 volte per un totale di 60 contrazioni (30 toniche + 30 fasciche) 2 volte alla settimana.

Prevenzione: eseguire una sequenza di 10 contrazioni toniche (2 secondi con una pausa, tra una e l'altra, di 10" (Fig.4); la contrazione fasica deve durare 2" con una pausa di 10" tra una e l'altra, di 10" (Fig.5); la contrazione tonica deve durare 5" con una pausa di 30" (Fig.6). Al termine di ogni sequenza fare una pausa di 30". Per le prime due settimane eseguire l'allenamento tutti i giorni: la prima settimana iniziare con 30 contrazioni al giorno (10 toniche + 10 fasciche + 10 asensorie); la seconda settimana aumentare a 60. Dalla terza settimana ripetere la sequenza 3/4 volte per un totale di 90/120 contrazioni (30/40 toniche + 30/40 fasciche + 30/40 asensorie) e diminuire l'allenamento a 3 o 4 volte a settimana.

REF.A.1005G Sonda vaginale per esercizi di contrazione training

Al termine del periodo di mantenimento, desecche la sonda incluso si esta, está intacta.

Indicazioni associate:

- Dolore pelvico
- Lichen vulvare
- Cistriti vulvo vaginali
- Post-parto

COME SE UTILIZA:

Antes de usar ELLEN:

Quitar todo el aire contenido en la sonda insertando la jeringa en la válvula a presión y succionando.

La condición de hipertono del suelo pélvico puede ser asociada a una condición de hiperton o hipertona de los músculos pélvicos.

ElLEN es un buen aliado para contrarrestar los problemas invalidantes en la vida diaria y para prevenir los daños del parto.

Asociated pathologies:

Post-parto

Cistriti vulvo vaginali

Liquen vulvare

Dolor pelvico

Post-parto

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.

Efectos secundarios

Al final del período de mantenimiento, deseche la sonda incluso si esta, está intacta.

Plan de tratamiento

Indicaciones

Manutenimiento: realice los ejercicios, indicados en el periodo de 2 meses.