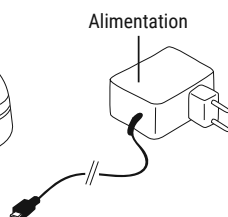
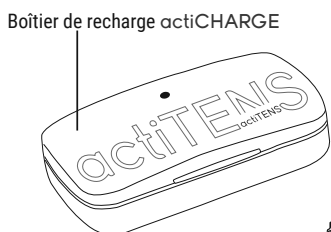











Pour charger le dispositif



9. VOYANT LUMINEUX : SIGNIFICATION

MODE	VOYANT	SIGNIFICATION
En cours de recharge	 Vert clignotant fréquence moyenne (1,4 fois par seconde)	Batterie en cours de recharge
	 Vert continu	Batterie chargée
	 Rouge clignotant	Erreur de l'actiTENS
	 Bleu clignotant fréquence élevée (2,8 fois par seconde)	actiTENS en cours de mise à jour. Il est nécessaire d'achever la mise à jour pour pouvoir utiliser l'actiTENS. Pour plus de précisions se référer à la section 18.
En cours d'utilisation	 Vert clignotant fréquence basse (0,8 fois par seconde)	actiTENS allumé sans séance en cours
	 Vert clignotant fréquence élevée (2,8 fois par seconde)	En pause
	 Jaune continu	Séance en cours, dès la vérification automatique de l'installation
	 Rouge clignotant	Erreur de l'actiTENS
	 Bleu clignotant fréquence élevée (2,8 fois par seconde)	actiTENS en cours de mise à jour. Il est nécessaire d'achever la mise à jour pour pouvoir utiliser l'actiTENS. Pour plus de précisions se référer à la section 18.

Ces informations ainsi que le niveau de charge de la batterie de l'actiTENS sont aussi consultables depuis l'application dans le menu actiTENS en bas de l'écran.



actiTENS

10. CHARGER VOTRE actiTENS

Charger votre actiTENS avant toute utilisation. Le chargement initial de l'actiTENS dure environ 2 heures et demie.

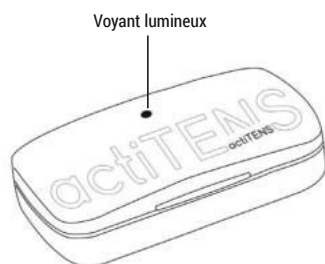
NB : la durée d'autonomie est dépendante de l'utilisation de l'appareil (type de programme et intensité), de la résistance de la peau de chaque patient et des conditions environnementales.

NB : au cours du temps, les performances d'autonomie de la batterie diminuent, comme pour tous les dispositifs similaires.

NB : il est impératif d'utiliser l'alimentation fournie avec l'actiTENS afin de garantir les performances et la sécurité du dispositif. Dans le cas contraire, la garantie de l'actiTENS n'est plus applicable.

Comment procéder pour charger votre actiTENS ?

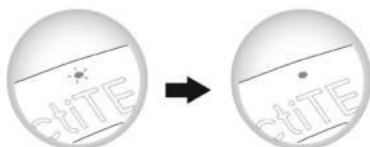
- Insérer l'actiTENS dans son boîtier de recharge actiCHARGE et fermer le capot. Attention au sens, se référer au schéma ci-dessous.



- Introduire le câble micro-USB dans la prise micro-USB du boîtier de recharge actiCHARGE.



- Brancher l'autre extrémité de l'alimentation au secteur.
- Lorsque le voyant de l'actiTENS passe du vert clignotant (batterie en cours de recharge) au vert continu (batterie chargée), retirer l'alimentation du secteur puis débrancher le connecteur micro USB du boîtier de recharge actiCHARGE.



Comment vérifier le niveau de charge de votre actiTENS ?

Le niveau de charge est consultable depuis l'application dans le menu actiTENS.



11. TÉLÉCHARGER L'APPLICATION actiTENS

L'application actiTENS est indispensable pour vous permettre de démarrer et de paramétrer vos séances de stimulation.

Il est nécessaire d'être connecté à un réseau mobile ou Wifi pour télécharger l'application.

Télécharger l'application actiTENS :

Depuis l'App Store (iOS) :



Ou Google Play (Android) :



L'application actiTENS est uniquement disponible sur Google Play et App Store, tout téléchargement d'actiTENS à partir d'une autre source est fortement déconseillé.

Cette application a été développée pour fonctionner sur des téléphones ou tablettes Android ou iOS compatibles avec le Bluetooth Low Energy 4.2. Les versions d'Android et d'iOS supportées peuvent évoluer avec le temps. Une version majeure de l'application mobile apporte à sa sortie un support de 3 ans pour les 4 dernières versions d'Android et d'iOS disponibles.

IMPORTANT : malgré le soin apporté à la mise au point de notre dispositif, il se peut que certains téléphones ne soient pas compatibles avec notre application. Cette incompatibilité peut être temporaire et peut parfois être résolue par une mise à jour du téléphone et/ou de l'application actiTENS. Pour plus d'informations vous pouvez consulter la liste des téléphones incompatibles sur notre site www.subli-med.com ou contacter notre support client (coordonnées disponibles également sur notre site web).

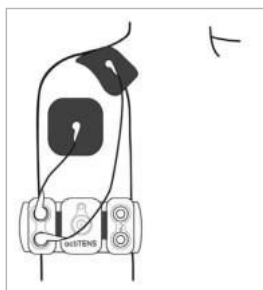
12. INSTALLER LE DISPOSITIF

▪ Etape préliminaire :

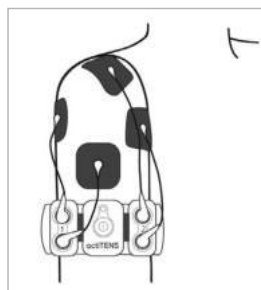
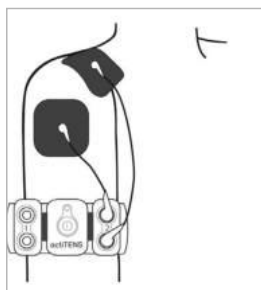
- Choisir le nombre d'électrodes selon la surface de la zone à stimuler : 2 ou 4.
- Se munir d'autant de câbles que d'électrodes.

Pour deux électrodes, un seul canal de l'actiTENS sera actif. Pour quatre électrodes, les deux canaux de l'actiTENS seront actifs.

À retenir

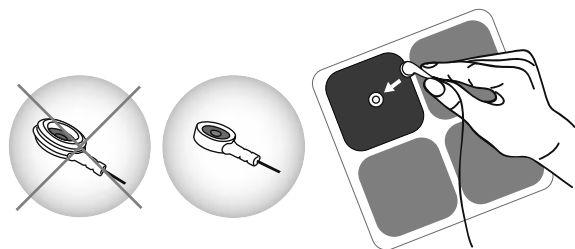


2 électrodes = 2 câbles
Canal 1 ou canal 2



4 électrodes = 4 câbles
Canal 1 et canal 2

▪ Étape 1 : clipser l'embout fin des câbles sur les électrodes.



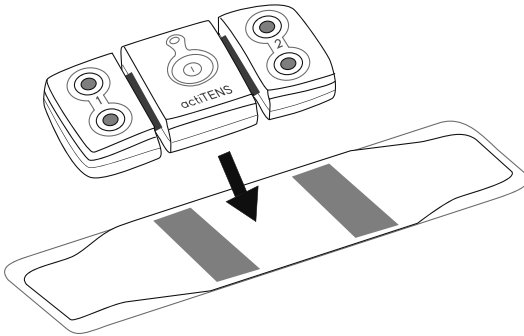
▪ Étape 2 : coller les électrodes sur la zone à stimuler.

Pour une efficacité optimale du traitement, n'hésitez pas à consulter un professionnel de santé pour qu'il vous guide sur la méthode de positionnement des électrodes.



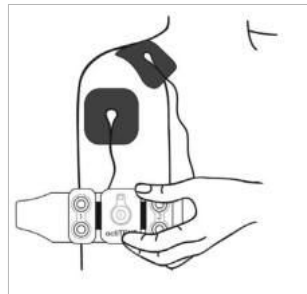
Exemple indicatif avec deux électrodes

- **Étape 3** : fixer l'actiTENS sur le support adhésif.



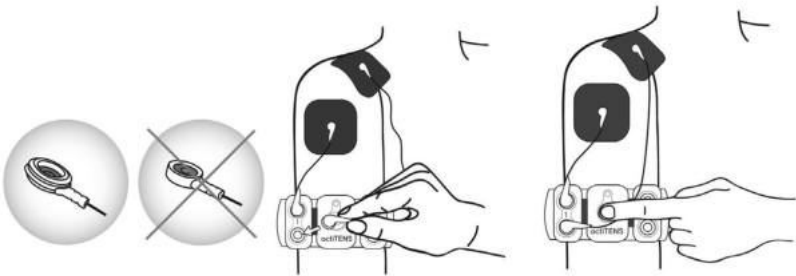
- **Étape 4** : coller le support adhésif équipé de l'actiTENS à proximité des électrodes.

Si vous utilisez un accessoire textile, mettez en place l'accessoire sur la partie du corps souhaitée, puis, positionnez l'actiTENS directement sur l'accessoire textile.



Exemple indicatif avec deux électrodes

- **Étape 5** : clipser l'embout épais des câbles sur les canaux du neurostimulateur actiTENS.



- **Étape 6** : allumer l'actiTENS en appuyant sur le bouton ON/OFF. Le voyant lumineux clignote vert. Votre dispositif est prêt à dispenser une séance de stimulation. Dès que vous souhaitez démarrer une séance, suivre les instructions « **Lancer un programme** » (section 14).

À retenir

L'actiTENS s'éteint automatiquement au bout de 10 minutes si aucune séance n'est lancée.

13. PRISE EN MAIN DE L'APPLICATION actiTENS

- Au premier lancement de l'application ou suite à une mise à jour des contre-indications, une visite de démarrage s'affiche pour rappeler les contre-indications. Le dernier écran comporte des liens vers la notice en cours de validité, la politique de confidentialité et les conditions générales d'utilisation de l'application. Vous devez accepter ces conditions pour utiliser l'actiTENS.



La notice et les contre-indications sont accessibles à tout moment dans le menu « Aide ».

- Votre téléphone communique avec l'actiTENS en Bluetooth pour commander les programmes de stimulation. Il n'est pas nécessaire d'être connecté à un réseau mobile ou internet pour utiliser l'actiTENS. Une fois le programme de stimulation lancé, l'application continue de fonctionner en arrière-plan et vous pouvez utiliser votre téléphone comme vous le souhaitez sans interrompre votre séance. L'application actiTENS vous propose d'activer votre Bluetooth, qui nécessite également l'accès à la localisation (sur Android).

Vous pouvez également gérer l'activation du Bluetooth et l'accès à la localisation dans le menu « Paramètres » de votre téléphone.








Paramètres

Il est conseillé de se placer dans un endroit calme et isolé lors de la connexion.

- **Naviguer dans l'application actiTENS.** En bas de l'écran du téléphone apparaît un bandeau de navigation avec plusieurs icônes permettant de naviguer dans l'application.



 Programmes	Programmes : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Choix et lancement d'un programme de stimulation ▪ Modification de la zone douloureuse
 Suivi	Suivi : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Historique des séances de stimulation ▪ Historique des niveaux de douleur enregistrés avant et après les séances
 actiTENS	actiTENS : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Si l'actiTENS n'est pas connecté : bouton de connexion ▪ Si l'actiTENS est connecté : niveau de la batterie de l'actiTENS ▪ Si un programme est en cours : accès à la télécommande
 Aide	Aides : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Contre-indications et précautions d'emploi principales ▪ Visite de démarrage ▪ Contact support Sublimed ▪ Notice actiTENS ▪ Guide de démarrage rapide ▪ Positionnement d'électrodes

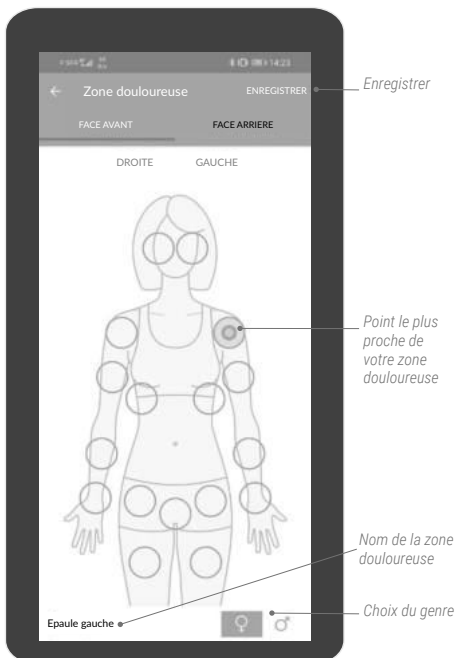
 Paramètres	<p>Paramètres :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Option pour afficher uniquement les programmes favoris ▪ Option pour rendre facultatif le renseignement du niveau de douleur avant et après chaque séance ▪ Renseignements de la zone de douleur ▪ Limitation de l'intensité maximale ▪ Lien pour noter l'application ▪ Lien pour la mise à jour de l'application ▪ Informations techniques sur l'application ▪ Rapport de maintenance
--	--

14. LANCER UN PROGRAMME

- Sélectionner le menu « **Programmes** » dans le bandeau de navigation en bas de l'écran.

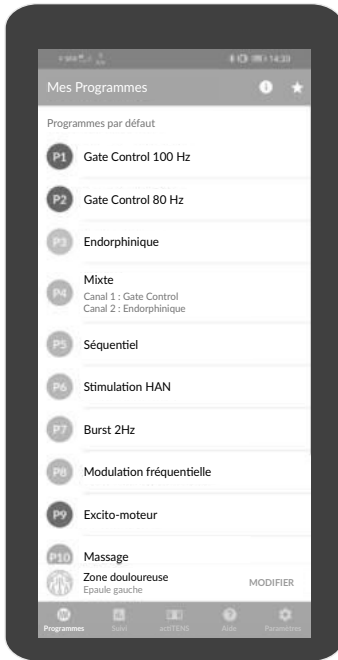


- Renseigner une zone de douleur (facultatif).



Cette information est enregistrée dans votre « **Suivi** » et sera utile à votre professionnel de santé lors d'une consultation (voir section 17 « **Suivre son traitement** »).

Cette zone est enregistrée et peut être modifiée à tout moment depuis les menus « **Programmes** » ou « **Paramètres** ».



- Sélectionner un programme dans la liste proposée (la liste des programmes et leur descriptif est disponible en section 23 de ce guide).

- Sélectionner le canal ou les canaux que vous souhaitez utiliser.

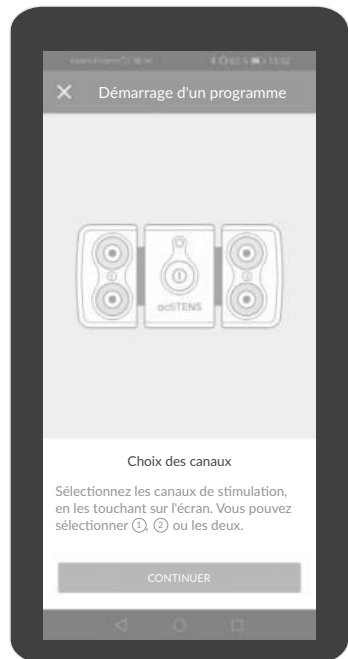
À retenir

2 électrodes = 2 câbles

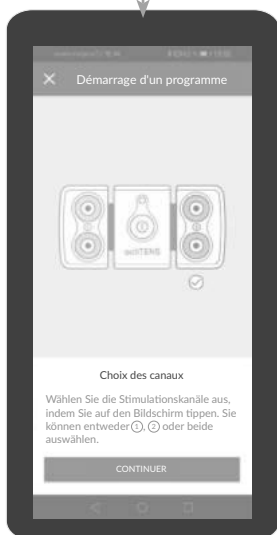
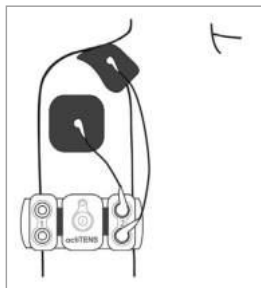
Canal 1 ou Canal 2

4 électrodes = 4 câbles

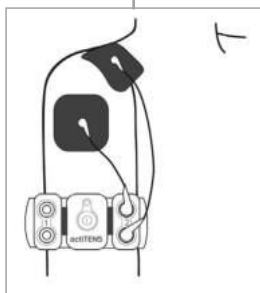
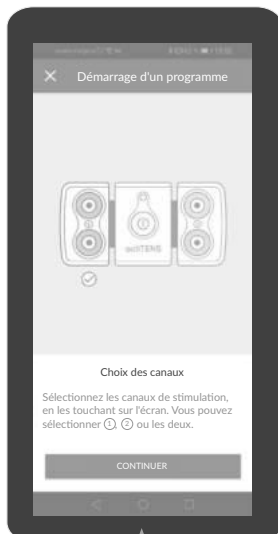
Canal 1 et Canal 2



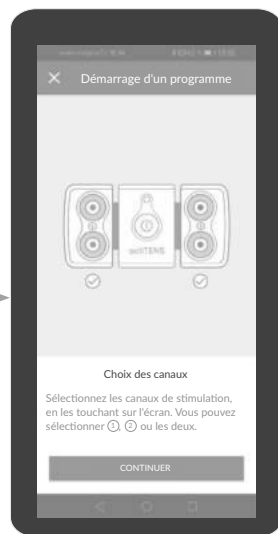
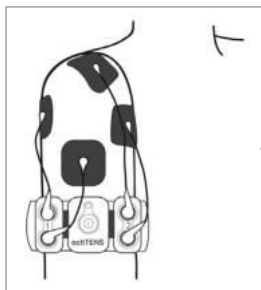
• 1 canal :



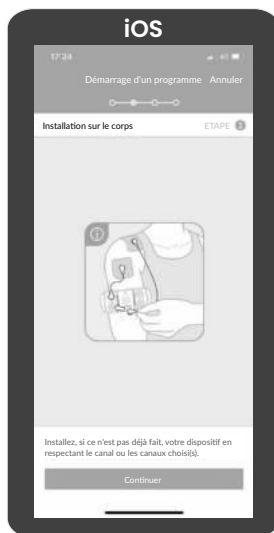
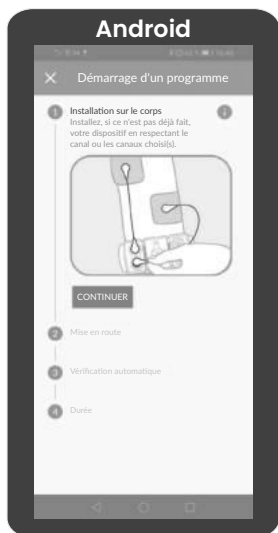
OU



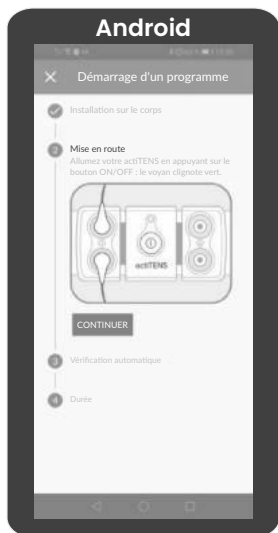
• 2 canaux :

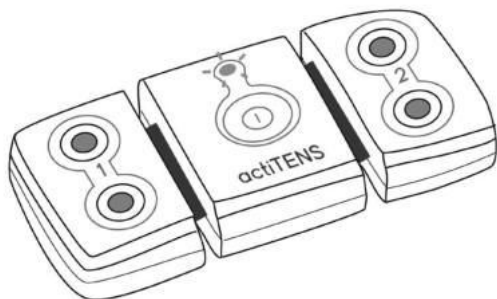


- Installer le dispositif sur le corps (si vous ne l'avez pas encore fait). Vous pouvez vous référer à la section « **Installer le dispositif** » (section 12).



- Démarrer l'octiTENS en appuyant sur le bouton ON/OFF (si vous ne l'avez pas encore fait). Le voyant lumineux clignote vert.



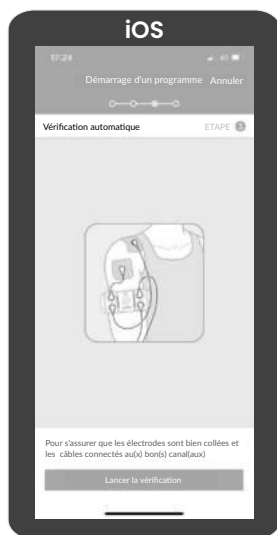
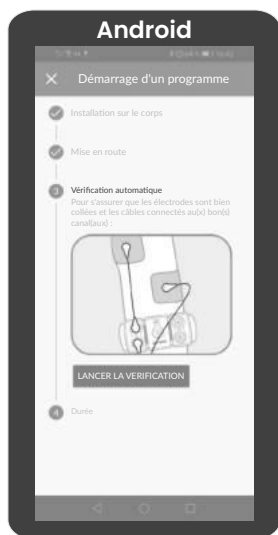


À retenir

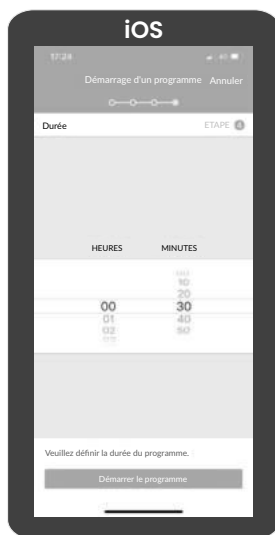
Une fois allumé, si aucun programme n'est lancé, l'actiTENS s'éteint automatiquement au bout de 10 minutes.

- Lancer la vérification automatique de l'installation. Cette étape permet de s'assurer que tous les branchements ont été correctement effectués entre l'actiTENS, les câbles et les électrodes, et permet de vérifier la bonne adhésion des électrodes sur la peau.

NB : en cas d'erreur, vérifier manuellement chacun des branchements, câbles et électrodes, et relancer la vérification automatique.



- Définir la durée du programme. L'application permet de choisir entre 10 minutes et 12 heures de stimulation. Chaque type de programme est automatiquement paramétré pour une durée par défaut rappelée dans la section 23 « **Présentation des programmes** ».



- Enregistrer votre niveau de douleur (option pouvant être désactivée dans le menu « **Paramètres** ») avant votre séance de stimulation. L'historique de cette information est consultable dans le menu « **Suivi** » (voir section 17).

Il est possible de désactiver cette fonctionnalité depuis le menu « **Paramètres** ».

NB : en fin de séance, votre niveau de douleur vous sera à nouveau demandé.

- L'écran de commande de l'actiTENS s'affiche. Le chronomètre démarre automatiquement dès la première augmentation d'intensité. Il vous faut alors régler l'intensité de la stimulation.

L'intensité de la stimulation doit être ajustée en recherchant un équilibre entre un ressenti confortable et la diminution de la douleur.




À retenir


Un verrou s'active automatiquement au bout de 10 secondes après le réglage pour éviter une modification involontaire du niveau d'intensité. Pour déverrouiller, il suffit d'appuyer sur le verrou (🔒).




À retenir

Pendant le traitement, il est possible d'utiliser normalement son téléphone, en quittant l'écran de l'application actiTENS.

Il suffit de réappuyer sur l'icône actiTENS () pour revenir dans l'application.


Pour revenir à l'écran de commande, appuyer sur l'icône actiTENS  , puis sur le programme en cours. actiTENS

▪ Comment ajuster le positionnement des électrodes en cours de séance ?



Les électrodes ne doivent pas être manipulées en cours de stimulation (voir section 5 « **Précautions d'emploi** »). Pour ajuster le positionnement des électrodes en cours de séance, utiliser le mode « Pause » (). La séance est alors suspendue, les électrodes sont manipulables en toute sécurité.

Relancer le programme () après repositionnement des électrodes et régler à nouveau l'intensité.

À retenir



En cas d'utilisation du mode Pause (), il est nécessaire, à la relance du programme, de régler à nouveau le niveau d'intensité.

15. ARRÊTER LA SÉANCE DE STIMULATION

- Arrêt en fin de séance : la séance de stimulation s'interrompt automatiquement à la fin de la durée programmée. Une notification s'affiche pour confirmer la fin de la séance.
- Arrêt en cours de séance :
 - Il est possible d'arrêter temporairement ou définitivement une séance en cours. Pour un arrêt temporaire, utiliser le bouton Pause (). Pour un arrêt définitif, utiliser le bouton Arrêt (). Dans ce dernier cas, une notification s'affiche pour confirmer la fin de la séance.
 - Il est également possible d'arrêter une séance en appuyant sur le bouton ON/OFF de l'actiTENS. Cette option n'est pas recommandée car les enregistrements de la séance en cours seront incomplets.

16. DÉINSTALLER LE DISPOSITIF

Avant de désinstaller le dispositif, il convient de s'assurer qu'aucune séance n'est en cours : le voyant doit être vert clignotant ou éteint.

VOYANT	SIGNIFICATION	ACTION
 Vert clignotant	actiTENS allumé sans séance en cours ou en pause.	On peut désinstaller.
 Jaune continu	Séance en cours	Mettre en pause ou interrompre la séance avant de désinstaller. Le voyant passe au vert clignotant.

Décoller avec précaution les électrodes et le support adhésif et les replacer sur leur film plastique avant de les ranger dans leur sachet.

Les câbles peuvent être enlevés de l'actiTENS et des électrodes en déclipant délicatement les connecteurs (ne pas tirer sur les fils).

17. SUIVRE SON TRAITEMENT

L'application sauvegarde sur votre téléphone les données de suivi des séances de stimulation ainsi qu'un historique de votre niveau de douleur. Chaque point ou section de barre est interactif et permet d'accéder aux détails des séances. Si vous avez renseigné une ou plusieurs zones de douleur, alors l'historique de celles-ci sera conservé.

Pour consulter votre suivi, sélectionner le menu correspondant dans le bandeau de navigation.



Suivi

L'enregistrement de vos séances se fait automatiquement et inclut la durée, le type de programme sélectionné, et le créneau horaire pendant lequel la séance a été effectuée. L'historique du niveau de douleur affiche les niveaux de douleurs avant et après séance au cours du temps.

L'historique est affiché par défaut sur une semaine, mais la plage est réglable sur un mois ou un trimestre.

Ces informations peuvent être partagées avec votre professionnel de santé lors des consultations de suivi pour une analyse et une adaptation éventuelle du traitement.

18. MISE À JOUR DE L'actiTENS

18.1. Remarque générale

Il est fortement recommandé de maintenir à jour son téléphone et ses applications mobiles, que ce soit pour des raisons de sécurité de vos données, de compatibilité ou pour une amélioration de l'expérience utilisateur. Des mises à jour seront disponibles pour :

- L'application mobile actiTENS
- Le neurostimulateur actiTENS

18.2. Mettre à jour l'application actiTENS

Pour vérifier si une nouvelle version de l'application est disponible, vous pouvez passer par Google Play ou l'App Store.

Un lien vers la mise à jour est également accessible depuis le menu « **Paramètres** » de l'application.



Paramètres

18.3. Mettre à jour le neurostimulateur actiTENS

- **Étape 1** : Disposer de la dernière version de l'application mobile.
- **Étape 2** : C'est l'application qui vous préviendra si le neurostimulateur actiTENS peut être mis à jour. La mise à jour de l'actiTENS est également possible depuis les menus « **Programmes** », « **actiTENS** » et « **Paramètres** ».
- **Étape 3** : Assurez-vous que l'actiTENS et votre téléphone soient suffisamment chargés (au moins 50 %).
- **Étape 4** : Assurez-vous de maintenir la connexion Bluetooth entre votre téléphone et l'actiTENS tout au long de l'opération pour éviter de recommencer le processus au début. Pour ce faire maintenez le téléphone, avec le Bluetooth allumé, à proximité de l'actiTENS pendant la mise à jour.
- **Étape 5** : Laissez-vous guider par les instructions communiquées par l'application. Le voyant lumineux devient bleu clignotant jusqu'à ce que la mise à jour soit achevée, il repassera alors au vert clignotant. Une fois lancée, la mise à jour doit être menée à son terme pour reprendre une utilisation normale.

INFORMATION IMPORTANTE : Vous ne pourrez pas éteindre l'actiTENS lorsque celui-ci clignote en bleu. Si jamais il venait à s'éteindre du fait d'un manque de batterie, il vous suffira de le mettre à recharger (le voyant sera bleu clignotant) pour reprendre la mise à jour.

19. ACCESSOIRES OPTIONNELS

19.1. Accessoires optionnels actiTENS (à commander séparément) :

Pour une liste exhaustive veuillez consulter notre site web : www.subli-med.fr

- Électrodes actiTENS diamètre 32 mm
- Électrodes actiTENS diamètre 50 mm
- Électrodes actiTENS 50 mm x 90 mm
- Électrodes mixtes actiTENS 50 mm x 50 mm et 50 mm x 90 mm
- Électrode lombaire actiTENS (à utiliser de préférence avec 4 câbles de 14 cm)
- Électrodes multisite actiTENS
- Câbles 14 cm actiTENS