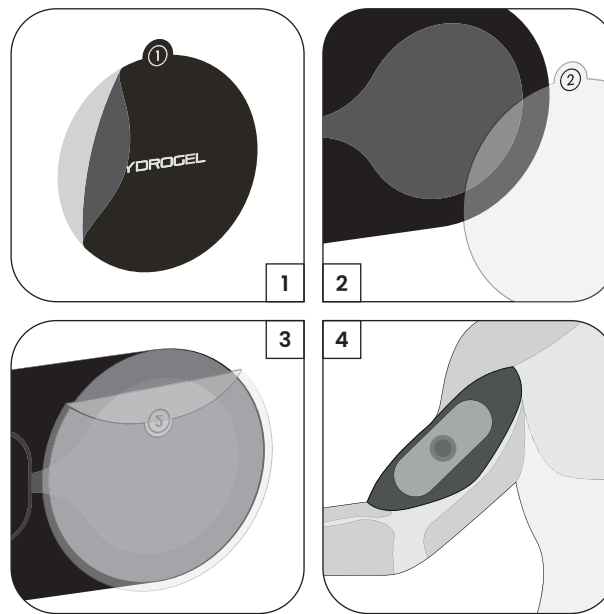


FORM HYDROGEL PADS

Instructions
for use



Hydrogels must be applied correctly to the electrodes for the device to work correctly. Improper application can result in uneven or ineffective stimulation.

BEFORE YOUR SESSION

- 1) It is essential to clean your skin before use.
- 2) Select the hydrogel and smart electrode for the targeted muscle.
- 3) Remove the hydrogels from the foil bag.
- 4) Remove the black liners labelled 1 from one of the hydrogels and apply to the rear of the electrodes.
- 5) Remove the clear liners labelled 2 from the electrodes. Be careful to ensure the hydrogels remain stuck to the electrode.



Note: Please take care when removing liners from the hydrogels to ensure the gel does not get damaged.

- 6) Place the clear liner in the travel case. The black liner can be disposed of.
- 7) Place the smart electrode on the targeted muscle (see electrode placement guide).



Do not ignore any allergic reaction to the hydrogels: If a skin irritation develops stop using Form. A small number of users may have an adverse reaction to the gel.



Do not place hydrogels on skin which does not have normal sensation or on broken skin.

AFTER YOUR SESSION

- 1) The stimulator will turn off automatically when the session is complete.
- 2) Remove the stimulator from the electrode.
- 3) Remove the electrode from the body by peeling by the outer edges.
- 4) Re-apply the clear plastic liner onto the hydrogels and store the electrodes and the stimulator in the travel case. Proper storage between uses will help maximise the life of the gel.

Advice:

- The hydrogels are reusable and should provide 10–20 applications per gel. However, this will vary depending on the user's skin condition and how the hydrogels are stored between use. Try to limit the amount of time the gels are exposed to the air.
- Replace the hydrogels when they lose their stickiness. Poor connection to the body may cause ineffective treatment, discomfort and skin irritation.
- The hydrogels supplied are for single patient use. The adhesive is a peelable hydrogel (water based).

- The shelf life of an unopened packet of hydrogels is 3 years. This can be affected by very high temperatures or very low humidity.

Important: Observe all the Contraindications, Cautions and Warnings included with the Form device manual.



Para que el dispositivo Form funcione con éxito, se deben aplicar los hidrogeles correctamente. La aplicación incorrecta puede dar lugar a una estimulación desigual o ineficaz.

ANTES DE SU SESIÓN

- 1) Antes de usarla, es esencial limpiar la piel.
- 2) Seleccione el hidrogel y el electrodo inteligente para el músculo objetivo.
- 3) Retire los hidrogeles de su embalaje de aluminio.
- 4) Retire el forro negro con la etiqueta 1 de los hidrogeles y aplíquelo en la parte posterior de los electrodos.
- 5) Retire el forro transparente etiquetado como 2 de la parte posterior de los electrodos. Tenga cuidado de asegurarse de que los hidrogeles permanezcan pegados al electrodo.



Nota: Por favor, tenga cuidado al retirar ambos revestimientos de los hidrogeles para asegurarse de que el gel no se dañe.

- 6) Ponga el forro de plástico transparente en el estuche de viaje. El forro negro puede ser desechado.
- 7) Coloque el electrodo en el músculo seleccionado (consulte la guía de colocación de electrodos).



No coloque hidrogeles sobre la piel que no tiene una sensación normal o sobre la piel rota.



No ignore ninguna reacción alérgica a los hidrogeles: Si se desarrolla una irritación de la piel, deje de usar Form, ya que un pequeño número de usuarios puede tener una reacción adversa al gel.

DESPUÉS DE SU SESIÓN

- 1) El estimulador se apagará automáticamente cuando se complete la sesión.
- 2) Retire el estimulador del electrodo.
- 3) Retire el electrodo del cuerpo pelándolo por los bordes exteriores.
- 4) Vuelva a aplicar el revestimiento de plástico transparente sobre los hidrogeles y guarde los electrodos y el estimulador en el estuche de viaje. El almacenamiento adecuado entre usos ayudará a maximizar la vida útil del gel.

Consejo:

- Sustituya los hidrogeles cuando pierdan su adherencia. Una mala conexión con el cuerpo puede provocar un tratamiento ineficaz, molestias e irritación de la piel.
- Los hidrogeles suministrados son para uso en un solo paciente. El adhesivo es un hidrogel pelable (a base de agua).
- La vida útil de un paquete de hidrogeles sin abrir es de 3 años. Esto puede verse afectado por temperaturas muy altas o una humedad muy baja.
- Los hidrogeles son reutilizables y deberían proporcionar entre 10 y 20 aplicaciones por gel. Sin embargo, esto variará en función del estado de la piel del usuario y de cómo se guarden los hidrogeles entre un uso y otro. Intente limitar el tiempo de exposición de los gels al aire.

Importante: Observar todas las contraindicaciones, precauciones y advertencias incluidas con el manual del dispositivo Form.

TensCare™

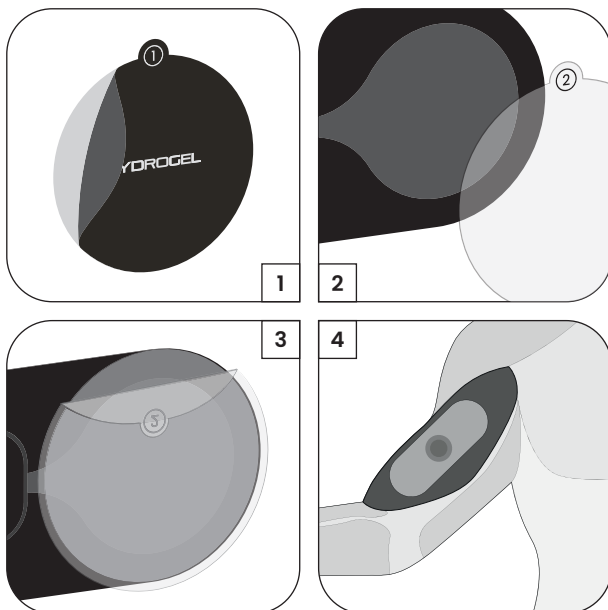



TensCare Ltd. 9 Blenheim Rd, Epsom, Surrey, KT19 9BE, UK, +44 (0)1372 723 434.



E-FORM-S, E-FORM-L


I-EFORM-ML [UK,ES,FR,DE,IT] Rev 1.0 09/22




 Pour que le dispositif Form fonctionne avec succès, les hydrogels doivent être appliqués correctement. Une mauvaise application peut entraîner une stimulation inégale ou inefficace.


AVANT VOTRE SESSION

- 1) Avant utilisation, il est indispensable de nettoyer votre peau.
- 2) Sélectionnez l'hydrogel et l'électrode intelligente pour le muscle ciblé.
- 3) Retirer les hydrogels du sac en aluminium.
- 4) Retirez les revêtements noirs étiquetés 1 de l'un des hydrogels et appliquez-les à l'arrière des électrodes.
- 5) Retirez les doublures transparentes étiquetées 2 des électrodes. Veillez à ce que les hydrogels restent collés à l'électrode.

 **Remarque :** Veuillez faire attention lorsque vous retirez les doublures des hydrogels pour vous assurer que le gel ne soit pas endommagé.

- 6) Placez la doublure transparente dans l'étui de voyage. La doublure noire peut être jetée.
- 7) Placez l'électrode intelligente sur le muscle ciblé (voir guide de placement des électrodes).

 **Ne placez pas** d'hydrogels sur une peau qui n'a pas de sensation normale ou sur une peau éraflée.

 **N'ignorez** aucune réaction allergique aux hydrogels : si une irritation cutanée se développe, arrêtez d'utiliser Form. Un petit nombre d'utilisateurs peuvent avoir une réaction indésirable au gel.

APRÈS VOTRE SESSION

- 1) Le stimulateur s'éteindra automatiquement une fois la séance terminée.
- 2) Retirer le stimulateur de l'électrode.
- 3) Retirez l'électrode du corps en décollant par les bords extérieurs.
- 4) Réappliquez la doublure en plastique transparent sur les hydrogels et rangez les électrodes et le stimulateur dans l'étui de voyage. Un stockage approprié entre les utilisations aidera à maximiser la durée de vie du gel.

Conseils:

• Los hidrogeles son reutilizables y deberían proporcionar entre 10 y 20 aplicaciones por gel. Sin embargo, esto variará en función del estado de la piel del usuario y de cómo se guarden los hidrogeles entre un uso y otro. Intente limitar el tiempo de exposición de los geles al aire.

- Les hydrogels sont réutilisables et permettent 10 à 20 applications par gel. Toutefois, ce chiffre varie en fonction de l'état de la peau de l'utilisateur et du mode de stockage des hydrogels entre deux utilisations.
- Essayez de limiter la durée d'exposition des gels à l'air libre. Remplacez les hydrogels lorsqu'ils perdent leur pouvoir collant. Une mauvaise connexion avec le corps peut provoquer un traitement inefficace, un inconfort et une irritation cutanée.
- Les hydrogels fournis sont destinés à un seul patient. L'adhésif est un hydrogel pelable (à base d'eau). La durée de conservation d'un paquet d'hydrogels non ouvert est de 3 ans. Cette durée peut être affectée par des températures très élevées ou une très faible humidité.

Important: Respectez toutes les contre-indications, mises en garde et avertissements inclus dans le manuel de l'appareil Form.



Damit das For,-Gerät erfolgreich arbeiten kann, müssen die Hydrogele korrekt angewendet werden. Eine unsachgemäße Anwendung kann zu ungleichmäßiger oder unwirksamer Stimulation führen.

VOR IHRER SITZUNG

- 1) Reinigen Sie Ihre Haut vor der Anwendung.
- 2) Wählen Sie das Hydrogel und die Smart-Elektrode für den Zielmuskel aus.
- 3) Nehmen Sie die Hydrogele aus ihrer Folienverpackung.
- 4) Entfernen Sie die mit 1 markierten schwarzen Liner von den Hydrogelen und bringen Sie sie auf der Rückseite der Elektroden an.
- 5) Entfernen Sie die durchsichtige Folie mit der Aufschrift 2 von der Rückseite der Elektroden und achten Sie darauf, dass das Hydrogel daran haftet.



Hinweis: Bitte achten Sie beim Entfernen der Liner von den Hydrogelen darauf, dass das Gel nicht beschädigt wird.

- 6) Legen Sie die durchsichtige Folie in das Reiseetui. Der schwarze Liner kann entsorgt werden.
- 7) Platzieren Sie die Elektrode auf dem ausgewählten Muskel (siehe Anleitung zur Elektrodenplatzierung).



Legen Sie Hydrogele nicht auf Hautbereiche, die kein normales Gefühl aufweisen oder auf verletzte Haut.



Ignorieren Sie keine allergische Reaktion auf die Hydrogele: Wenn sich eine Hautreizung entwickelt, stellen Sie die Anwendung von Form ein. Bei einer kleinen Anzahl von Anwendern kann es zu unerwünschten Reaktionen auf das Gel kommen.

NACH IHRER SITZUNG

- 1) Der Stimulator schaltet sich automatisch aus, wenn die Sitzung beendet ist.
- 2) Entfernen Sie den Stimulator von der Elektrode
- 3) Entfernen Sie die Elektrode vom Körper, indem Sie sie an den Außenkanten abziehen.
- 4) Bringen Sie die durchsichtige Kunststoffolie wieder auf den Hydrogelen an und bewahren Sie die Elektroden und den Stimulator im Reiseetui auf. Die richtige Lagerung zwischen den Anwendungen trägt dazu bei, die Lebensdauer des Gels zu maximieren.

Beratung:

- Die Hydrogele sind wiederverwendbar und sollten 10-20 Anwendungen pro Gel ermöglichen. Dies hängt jedoch vom Hautzustand des Anwenders ab und davon, wie die Hydrogele zwischen den Anwendungen gelagert werden. Versuchen Sie, die Zeit zu begrenzen, in der die Gele der Luft ausgesetzt sind.
- Ersetzen Sie die Hydrogele, wenn sie ihre Klebrigkeit verlieren. Eine schlechte Verbindung zum Körper kann zu einer unwirksamen Behandlung, Unbehagen und Hautreizungen führen.

- Ersetzen Sie die Hydrogele, wenn sie ihre Klebrigkeit verlieren. Eine schlechte Verbindung zum Körper kann zu einer unwirksamen Behandlung, Unbehagen und Hautreizungen führen.
- Die gelieferten Hydrogele sind für den einmaligen Gebrauch bei einem Patienten bestimmt. Der Klebstoff ist ein abziehbares Hydrogel (auf Wasserbasis).
- Eine ungeöffnete Packung mit Hydrogelen ist 3 Jahre haltbar. Dies kann durch sehr hohe Temperaturen oder sehr niedrige Luftfeuchtigkeit beeinträchtigt werden.

Wichtig: Beachten Sie alle Kontraindikationen, Vorsichtsmaßnahmen und Warnhinweise, die der Gebrauchsanweisung des Formulars beiliegen.



Affinché il dispositivo Form funzioni con successo, gli idrogel devono essere applicati correttamente. Un'applicazione impropria può provocare una stimolazione irregolare o inefficace.

PRIMA DELLA SESSIONE

- 1) Prima dell'uso, è essenziale pulire la pelle.
- 2) Selezionare l'idrogel e l'elettrodo intelligente per il muscolo interessato.
- 3) Rimuovere gli idrogel dalla confezione di alluminio.
- 4) Rimuovere il rivestimento nero con l'etichetta 1 dagli idrogel e applicarlo sul retro degli elettrodi.
- 5) Rimuovere la copertura trasparente con l'etichetta 2 dal retro degli elettrodi, assicurandosi che l'idrogel rimanga attaccato.



Nota: Prestare attenzione quando si rimuovono le guaine dagli idrogel per evitare che il gel si danneggi.

- 6) Riporre il coperchio trasparente nella custodia da viaggio. La fodera nera può essere smaltita.
- 7) Posizionare l'elettrodo sul muscolo selezionato (vedi la guida al posizionamento degli elettrodi).



Non applicare gli idrogel su una pelle non normale o danneggiata.



Non ignorare le possibili reazioni allergiche agli idrogel: se si sviluppa un'irritazione cutanea, interrompere l'uso di Form, poiché un piccolo numero di utenti può avere una reazione avversa al gel.

DOPO LA SESSIONE

- 1) Lo stimolatore si spegnerà automaticamente al termine della sessione.
- 2) Rimuovere lo stimolatore dall'elettrodo.
- 3) Rimuovere l'elettrodo dal corpo staccando i bordi esterni.
- 4) Riapplicare la copertura di plastica trasparente sugli idrogel e riporre gli elettrodi e lo stimolatore nella custodia da viaggio. Una corretta conservazione tra un utilizzo e l'altro contribuirà a massimizzare la durata del gel.

Consigli:

- Gli idrogel sono riutilizzabili e dovrebbero fornire 10-20 applicazioni per gel. Tuttavia, questo varia a seconda delle condizioni della pelle dell'utente e di come vengono conservati gli idrogel tra un utilizzo e l'altro. Cercare di limitare la quantità di tempo in cui i gel sono esposti all'aria.
- Sostituire gli idrogel quando perdono la loro viscosità. Una scarsa connessione con il corpo può causare un trattamento inefficace, disagio e irritazione della pelle.
- Gli idrogel forniti sono monouso.
- L'adesivo è un idrogel pelabile (a base d'acqua).
- La durata di conservazione di una confezione di idrogel non aperta è di 3 anni. Può essere influenzata da temperature molto elevate o da un'umidità molto bassa.

Importante: Osservare tutte le controindicazioni, le precauzioni e le avvertenze riportate nel manuale del dispositivo.