

# עלון למשתמש

## אלפא סטים 100

מכשיר אלקטרוטרפיה באמצעות גירוי גולגולתי ומיקרו זרמים  
לשליטה בכאבים, חרדה, דיכאון ונדודי שינה



ראו הוראות שימוש. מכשיר מדגם B. סטימולטור זה מונע בכוח סוללות בלבד.



קראו את העלון הזה בעיון לפני השימוש. בכל מקרה, אין לחבר חוטים מוליכים לשקעי החשמל בקיר או לחוטי חשמל מאריכים. הדבר עלול לגרום להתחשמלות או לכוויות, בין אם החוטים המוליכים מחוברים למכשיר הסטימולטור ובין אם לא.



מכשיר חשמלי רפואי מוין על ידי © Underwriters Laboratories Inc. בנושא התחשמלות, אש, וגורמי סיכון מכאניים ואחרים, בהתאם לסטנדרטים UL-2601-1 ו-CAN/CSA C22.2 No.601.1.34VF בלבד.



**הצהרת תואמנות לנהלים אירופיים:**

Alpha-Stim® 100 הוא מכשיר רפואי מדרגה IIa, דגם B. הוא נוסה עצמאית על ידי סוכנויות חיצוניות על מנת להבטיח שהוא עומד בנהלי הסטנדרטים המיושמים עבור תאימות אלקטרומגנטית ובטיחות של ציוד רפואי.



© זכויות יוצרים 2002 שייכות ל- Electromedical Products International, Inc. © כל הזכויות שמורות.

Alpha-Stim® רשום ב-US Patent and Trademark office וברחבי העולם.

## טבלת עניינים

4.....	הקדמה.....
4.....	תיאור .....
5 .....	תורת הריפוי האלקטרו רפואית.....
5 .....	כיצד להשתמש ב- Alpha-Stim® 100 לשליטה בכאבים.....
9.....	הוראות לדוגמא .....
9 .....	כיצד להשתמש ב- Alpha-Stim®100 לשליטה בחרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה .....
10.....	טיפול העור.....
10.....	למה לצפות?.....
10.....	מידע על רישום מרשם: אינדיקציות, קונטרה אינדיקציות, אמצעי זהירות, תופעות לוואי.....
11.....	מפרט טכני.....
11.....	אחסון וניקוי.....
11.....	פתרון בעיות.....
12.....	שירות.....
12.....	אחריות מוגבלת לתקופה של 5 שנים .....

## איגרת לרופאים

תודה לכם על שהמלצתם על Alpha-Stim® 100. עלון זה נכתב עבור המטופל אשר ישתמש ב- Alpha-Stim® 100, אולם הדרכתכם הינה יקרת ערך עבור המטופל. דרך אחת לסייע למטופל היא להסביר לו בדיוק היכן ממוקם הכאב שלו, וכל מקום אחר הקשור אליו (לדוגמא גב תחתון במקרה של כאב ברגל). אתם יכולים להציע מיקומים ספציפיים של האלקטרודה עבור הבעיה המיוחדת של המטופל שלכם.

Alpha-Med זמינה לשרת את הצרכים של המטופלים שלכם ולתמוך בכם בעת מתן שירות זה. מחקרים חדשים, העשויים להיות בעלי השפעה ישירה על אחת מן הפרעות הספציפיות של המטופל שלכם, זמינים באופן קבוע. אנא הרגישו חופשיים לכתוב, להתקשר, לפקס או לשלוח דואר אלקטרוני ל-Alpha-Med מכל סיבה שהיא.

## הקדמה

אנו מברכים אתכם על כי בחרתם ב-Alpha-Stim® 100, מכשיר לטיפול במיקרו זרם חשמלי (MET) וטיפול בחשמל באמצעות גירוי גולגולתי (CES). רכשתם מכשיר רפואי איכותי. בכך, עשיתם את הצעד הראשון לחיים נוחים ומהנים יותר.

Alpha-Med הוקמה במטרה לשפר את האיכות של חיי לקוחותינו ואנו מחויבים לסייע לאלה אשר משתמשים במוצרינו. מומחים טכניים עומדים לרשותכם על מנת להבטיח שתקבלו את התמיכה הטובה ביותר האפשרית. ניתן לקבוע שיחות טלפון למטרת ייעוץ עם הרופא שלכם, בימים ראשון עד חמישי, מן השעה 10 בבוקר ועד השעה 5 אחר הצהריים. אתם יכולים ליצור איתנו קשר גם באמצעות דואר, פקס או דואר אלקטרוני. אנו מספקים אחריות עבור כל מכשירי Alpha-Stim® לתקופה של חמש שנים כפי שמצוין בעלון זה.

Alpha-Stim® 100 הוא מכשיר רפואי מדויק המשמש לטיפול בכאבים, חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה. הטיפול אינו חודרני ואינו מבוסס על תרופות. Alpha-Stim® 100 הינו חלופה מבורכת לטיפול התרופתי, במיוחד כאשר מדובר בהפרעות הדורשות טיפול מתמשך. בשונה מכמה תרופות, Alpha-Stim® 100 אינו פוגע בערנות. תופעות הלוואי של התרופות נמנעות, כולל נטילת מנת יתר בטעות, בכוונה ו/או למטרת התאבדות. בדרך כלל לאחר הטיפול, אף מגבלה פיזית אינה נכפית על המטופל לכן אתם יכולים לחזור לפעילויותיכם הרגילות. הטיפול הוא פשוט וניתן לבצעו בקלות בכל רגע. אנשים המשתמשים ב-Alpha-Stim® 100 מדווחים בדרך כלל על הרגשה נעימה ורגועה של השתחררות.

הזרם מועבר באמצעות אלקטרודות קלות לשימוש הנדבקות מעצמן או על ידי חיישנים שאותם אוזנים בידיים לשליטה בכאבים, או על ידי אלקטרודות הנצמדות לאוזן בעזרת קליפ לטיפול בחרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה. בעת הטיפול אתם עשויים לחוות תחושת עקצוץ קלה כתוצאה מן הזרם החשמלי הממריץ. לעיתים Alpha-Stim® 100 הוא האמצעי היחידי הדרוש להקלה על כאבים, חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה. אולם, ניתן להשתמש במכשיר כתוספת לטיפול אחר שנרשם על ידי הרופא. Alpha-Stim® 100 לא יפריע לרוב הטיפולים האחרים.

ברגע שתבינו את התהליך הבסיסי, Alpha-Stim® 100 יהיה קל מאוד לשימוש. אנא קראו את העלון בכללותו לפני שאתם משתמשים במכשיר. מלאו בקפדנות אחר ההוראות הבסיסיות המצויות בעלון וכל הוראה ספציפית מן הרופא שלכם.

## תיאור

Alpha-Stim® 100 פותח בעקבות מחקר מקורי שנערך על ידי חברת Electromedical Products International, Inc בטקסס, ארה"ב. הוא מבוסס על טכנולוגיה מדויקת המפיקה צורת גל דו קטבי, מרובע, שעבר שינוי, של 0.5, 1.5, או 100 פולסים בשנייה (Hz), 10-600 מיליוניות אמפר (µA), ב-50% עומס עבודה.

מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 הוא קטן, קומפקטי וקל משקל. הוא עוצב כדי להתאים לטיפול במשרדו של הרופא, במרפאה או בבית החולים וגם לטיפול עצמי בבית. לחצני ההפעלה והבקרה פשוטים וקלים לתפעול. טיימר מתאם מרווחי זמן מבטיח את זמן הטיפול שנרשם על ידי הרופא גם כאשר דעתכם הוסחה או אם נרדמתם. ניתן לשנות בקלות את כמות הזרם לנוחות ויעילות מרבית.

ניתן לשים את Alpha-Stim® 100 בשתי קטגוריות כלליות.

טיפול באמצעות מיקרו זרם חשמלי, או MET, זהו המונח שבו משתמשים כדי לתאר את הרמה הנמוכה של הזרם שבו משתמשים לטיפול בכאבים המיושם באמצעות חיישנים קלים לשימוש או אלקטרודות הנדבקות מעצמן. טיפול זה שונה משיטות טיפול קודמות שבהן מתבצעת סטימולציה של העצבים בעזרת זרם חשמלי בחדירה עורית (TENS) בכך ש-MET משתמש בזרם הרבה יותר חלש, אולם מעביר את הזרם באמצעות פולסים ארוכים יותר. בה בעת שיש לשאת את מכשירי TENS כל הזמן, משום שלמעשה הם אינם בעלי השפעה מעבר לזמן הטיפול, השפעות ה-MET הן לטווח ארוך ומצטברות.

הקטגוריה השנייה, אשר בה נעשה שימוש באלקטרודות הנצמדות לאוזן בעזרת אטבים קלים לטיפול בחרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה, מוכרת בשם טיפול בחשמל באמצעות גירוי גולגולתי, או CES.

התוצאות בתחום אלקטרותרפיה מבוססות על עיצוב צורת הגל, כמות הזרם (עוצמה), מיקום האלקטרודות וכמות הזמן שמשתמשים במכשיר. מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 הוא בעל 3 מחוללי צורת גל, אחד לכל ערוץ ואחד המשותף לשני הערוצים, המשמש להוספת פקטורים אקראיים על מנת למנוע את התרגלותה של מערכת העצבים. מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 הוא בעצם מיקרו מחשב, המשלב בתוכו את השיפורים המתקדמים ביותר בתחום אלקטרוניקת מצב מוצק. כל הרכיבים הם באיכות הגבוהה ביותר על מנת להבטיח למשתמש ביצועיות מקסימאלית, אמינה וללא תקלות. התפוקה מדויקת בטווח של 0.1% בכל תנאי ההפעלה. עיצוב המכשיר מבטיח בטיחות חשמלית למשתמש על ידי שימוש בסוללות 9 וולט זמינות מיידית.

אחד מן המאפיינים החשובים המהווים חלק מן ה-Alpha-Stim® 100 הוא מעגל חשמלי הפועל לשמירה על רמה יציבה של הזרם חשמלי המסופק לאלקטרודות, מקטין את השפעות משתני תנגודת האלקטרודה עקב מגע חלש בין האלקטרודה לעור.

מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 פותח על ידי הניורולוג, ד"ר דניאל ל. קירש ומהנדסים יועצים. ד"ר קירש הוא חלוץ בתחום אלקטרותרפיה מאז שנת 1972. הוא מוסמך לטיפול בכאב על ידי מן האקדמיה האמריקאית לטיפול בכאב וחבר במכון האמריקאי לחרדה. ד"ר קירש שימש כמנהל קליני של המרכז לכאב ולהפרעות חרדה במרכז הרפואי Columbia-Presbyterian אשר בניו יורק וקבוצת רפואת הספורט בסנטה מוניקה, קליפורניה. הוא מרצה לעיתים קרובות בפני רופאים ברחבי העולם בנושא הטיפול בכאב ובחרדה. רק מוצרי Alpha-Stim® עומדים בדרישות המפרט הקפדניות של החברה Electromedical products International Inc.

## תורת הריפוי באמצעים אלקטרו-רפואיים

ישנם זרמים אלקטרו-רפואיים אינו מושג חדש. מאז ומתמיד הסגולות הרפואיות של תופעות אלקטרוניות טבעיות היו ידועות, הרבה לפני שויליאם גילברט הגדיר את המושג אלקטרוניקה בשנת 1600. הן אריסטו ואפלטון מתייחסים לטרופדו השחור (הבטאים החשמלניים) אשר, בשנת 46 לספירת הנוצרים נרשם על ידי הרופא סריבנויוס לרגוס להקלה של מגוון תופעות רפואיות החל מכאב ראש ועד לטיפול בשגדון (מכף רגל ועד ראש). במאה השמונה עשרה, רופאי שיניים דיווחו על תוצאות מצוינות בטיפול בכאבים על ידי שימוש במכשירים חשמליים גולמיים.

ניסויים בסטימולציה חשמלית בזרם נמוך של המוח נעשו בפעם הראשונה על ידי ד"ר לודו וד"ר רוקסו מצרפת בשנת 1902. בתחילה, שיטה זאת נקראה שינה חשמלית משום שהיא נחשבה כגורמת לשינה. מחקר בנושא השימוש במה שנקרא כיום סטימולציה באמצעות ריפוי חשמלי (CES) לטיפול בחרדה, דיכאון ונדודי שינה, החל בבריית המועצות במהלך שנות החמישים וממשיך עד לימינו.

לפני מאה שנים, מכשירים חשמליים היו בשימוש נרחב לטיפול בכאבים ונטען כי הם מרפאים מגוון של הפרעות רפואיות. בשל התפתחות המועטה של הטכנולוגיות בתחום האלקטרוניקה והמכה הפוליטית שהנחיתו הלובים הפרמצבטיים, צורת ריפוי זאת זכתה לשם רע בקרב העוסקים ברפואה בחלק הראשון של המאה ה-20. כתוצאה מכך, עמיתים למקצוע הרפואה הפסיקו ללמד את שיטות הריפוי החשמלי. מקצוע הביו פיסיקה נעלם בעצם מתכנית ההכשרה לרפואה והכימיה תפסה את מקומו כמדע המרכזי ועימו משא האחריות לריפוי כל תחלואות המין האנושי. כיום, בתחילת המאה ה-21, ברור כי הכימיה כמדע יחיד מבאר של הרפואה, לא עמדה בצפיות ממנה ובכך הביאה את הרפואה המודרנית לבחון מחדש את תפקיד הביו פיסיקה.

בשנת 1965, ד"ר רונלד מלזק מקנדה וד"ר פטריק וול מאנגליה פרסמו מאמר העוסק בתיאוריה מקיפה חדשה בנושא של כיצד מערכת העצבים מעבדת את הכאב. תיאוריה "בקרת השער" שלהם הסבירה אף היא כיצד סטימולציה חשמלית יכולה להשפיע על הפיזיולוגיה של הכאב. בשנת 1967, מכשירים חשמליים הושטלו בעזרת ניתוח על מנת לשלוט בכאב חמור בגב תחתון. מעט לאחר מכן נעשה שימוש ביחידות חשמליות על פני השטח, על מנת לבחון את תגובת המטופל כאמצעי לאיתור מועמדים מתאימים לניתוח. מהר מאוד נתגלה כי סטימולטורים חשמליים על פני השטח אלה היו יעילים במידה שווה וניתן להשתמש בהם לטיפול בכאב בדרך זאת, ובכך להימנע מניתוח. מאז, מכשירים אלה הידועים כממריצי עצבים חשמליים באמצעות חדירה עורית (TENS), הפכו למקובלים בצורה נרחבת על ידי רופאים ורופאי שיניים, על מנת לשלוט בצורות רבות של כאב. טכנולוגית TENS מבוססת על השימוש בחשמל כעוצמה. טפיחה חוזרת על המקום הכואב באמצעות חפץ כזה כגון עט או כפית משיגה את אותו אפקט. זאת הסיבה שלעיתים מתייחסים ל-TENS כמשכך כאבים נוגד גירוי. בעצם, אין השפעות מעבר לזמן הטיפול באמצעות TENS ומטופלים אשר השתמשו בו, מפתחים סיבולת לטטימולטור החשמלי, סבר הדורש הגדלת כמות הזרם עד אשר הוא אינו יעיל יותר ברמות בטוחות.

המדע המודרני קבע כי בגוף פועלים שדות חשמליים נרחבים. מערכת העצבים, למשל, נחשבת תמיד כאחת שפועלת הן באמצעים אלקטרו כימיים והן באמצעות אותות חשמליים בלבד. בעצם, כל המולקולות מחוברות יחדיו על ידי היקשרות אלקטרונית ברמת האטומים. ידע זה הביא את המדענים בתחום הרפואה כמו ד"ר רוברט בקר מארה"ב וד"ר בירן נורדנסטרומ משבדיה (אשר שימש כיושב ראש בוועדת פרס הנובל) להציע תיאוריות חדשות לגמרי של פיזיולוגיה המבוססת על מערכות בקרה ביו אלקטרוניות.

במהלך כמה עשרות השנים הקודמות, הטכנולוגיה עקפה את הניתוח הכימי בנושא ההיבט האבחוני של הרפואה. באמצעות טכנולוגית Alpha-Stim®, התערבות ריפוי המבוססת על הביו פיסיקה החדשה צצה סוף סוף כחלופה מעשית לטיפול התרופתי והניתוחי. מכשיר Alpha-Stim® מודל 2000 המקורי, מכשיר קליני מתוחכם, היה במשקל של 40 פאונד ומחירו היה 5,850 דולר ארה"ב, כאשר הוצג לראשונה בשנת 1981. סטימולטור במיקרו זרם Alpha-Stim® 100 מבוסס על הטכנולוגיה המתקדמת ביותר הקיימת כיום. כעת ניתן, ברוב המקרים, לשכך כאבים, חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה באמצעות זרם קטן בהרבה ממה שמכשיר ה-TENS המיושן משתמש בו ולחוות הקלה מצטברת, לטווח ארוך, בעזרת טיפול של כמה דקות בכל יומיים. כאשר משתמשים בו בצורה נכונה, אנו מבטיחים שמכשיר ה-Alpha-Stim® 100 החדש שלכם יסייע לכם לטפל בכאבים, חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה ולשפר את איכות חייכם.



## כיצד להשתמש במכשיר ה-Alpha-Stim® 100 לשליטה בכאבים

1. נקו את העור – רעיון טוב הוא לנקות את העור ביסודיות מסביב לאזור הטיפול לפני הנחת האלקטרודות. השתמשו בסבון עדין ובמים והניחו להתייבש לחלוטין. הדבר חיוני באזורים שבהם הצטבר שומן או לכלוך על גבי העור, או אזורים על גבי עור שבהם השתמשו בתרסיסי קוסמטיקה ושיער.
2. בצעו הערכה של הכאב – אל תשכחו להעריך את עוצמת הכאב שלכם תחילה, מעת לעת, במהלך הטיפול ולאחר כל טיפול. הרופא שלכם יכול לספק לכם קווים מנחים שסייעו לכם להערכה קלה ומהירה של הכאב. אחד מן הקווים המנחים יכול להיות פשוט להתמקם בתנוחה אשר תגרום לכם להיות יותר מודעים לכאב שלהם, לאחר מכן לרשום את רמת הכאב אותו אתם חווים בסולם 0-10, (0- ללא כאב כלל, 10- כאב מקסימאלי), בתחילת הטיפול ובסופו. הנעת חלקי הגוף הכואבים במגוון תנועות שונות ורישום של מגוון התנועות בעת ובעונה אחת עם שיכוך הכאב היא גם כן אינדיקציה טובה להתקדמות. מכיוון שמכשיר ה-Alpha-Stim® 100 עובד כה מהר אצל רוב המטופלים, חיוני להשתמש בפרמטרי הערות הללו על מנת לקבוע את היעילות במהלך טיפול אחד. עריכת טבלה יומית (ואפילו מידי שעה) של השינויים ברמות הכאב שלכם בסולם של 0-10 יסייע גם לרופא שלכם במתן העצה הטובה ביותר. יש להחשיב כ-10 "את המצב הגרוע ביותר שהיה מעודו". על מנת לסייע לכם להבין את המערכת הזאת, להלן תיאור רמות כאב (השתמשו במספרים אי זוגיים לחצאי ערכים):

תיאור \_\_\_\_\_ רמת הכאב

- 10..... כאב עז ביותר, לעיתים קרובות משתק
- 8..... כאב בלתי נסבל, קשיים בריכוז, ניתן לבצע משימות לא תובעניות בלבד
- 6..... כאב מטריד, אולם ניתן להמשיך במשימות.
- 4..... כאב לא נוח, ניתן להתעלם ממנו מפעם לפעם.
- 2..... כאב מתון, מרגישים אותו רק כאשר תשומת הלב מוסבת אליו.
- 0..... אין כאב

כדאי גם לשמור פרטים לגבי מספר הטיפולים ב-Alpha-Stim® 100 שנעשו, בהגדרות התדר (Hz) והעוצמה ( $0 - 6 \times 100 \mu A$ ), (שלב 5-7, מטה), ומיקום הנחת האלקטרודות.

כמה שאלות שיסייעו לכם ולרופא שלכם להבין את הכאב שלכם הן:

\*מתי החל הכאב?

\*האם ישנה תנוחה שבה הכאב פוחת או מתעצם?

\*האם יש משהו שאתם יכולים לעשות כדי להפחית או להעצים את הכאב?

\*האם חשתם בכאב עמוק מתחת לעור או בצורה שטחית בלבד?

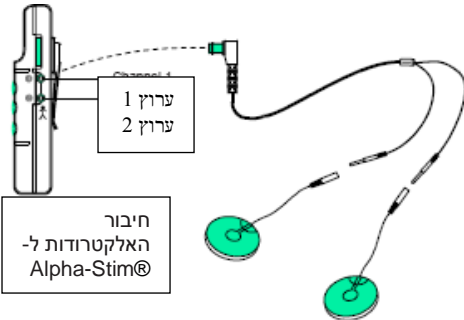
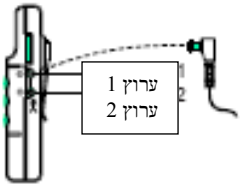
\*האם ישנן נקודות מסוימות רגישות במיוחד עליהן אתם יכולים להצביע באצבעכם?

\*האם הכאב נמצא תמיד במקום אחד או שהוא עובר ממקום למקום?

\*האם אתם חשים תסמינים אחרים היכולים להיות קשורים לכאב שלכם?

\*כיצד הכאב משתנה במהלך היום או השבוע?

\*אלו מילים מתארות את הכאב (כגון כאב צורב, כאב חד, סבל מכאב, כאב חריף או עמום, שטחי או עמוק, וכיו.).?



3. חיבור חוטי חשמל ל Alpha-Stim® 100 - הכניסו את תקע חוט האלקטרודה לשקע היציאה ב Alpha-Stim®. השקע העליון הוא עבור ערוץ 1 והתחתון הוא עבור ערוץ 2.

4. חברו את החיישנים או האלקטרודות לחוטי החשמל - הכניסו את החיבורים ישירות לחיישנים או לחוטים היוצאים מן האלקטרודות הנדבקות מעצמם. דחפו בעדינות אולם בצורה איתני למקום כדי לוודא שהחיבור טוב.

### חיישנים

במכשיר ישנם שני חיישנים המיועדים לנטימולציה באמצעות מיקומי אלקטרודות שונים מסביב לכאב שלכם במרווחי זמן קצרים של 10 שניות לכל מיקום. ניתן להשתמש בחיישן אחד עם אלקטרודה נדבקת מאליו, אולם שני חיישנים עובדים טוב יותר משום שניתן להזיז אותם בקלות על מנת להשיג זוויות שונות של התקרבות לכאב. דקה או שתיים של טיפול בחיישן במיקומים שונים מסביב לאזור הכואב שוות לכ-10 דקות של טיפול באמצעות האלקטרודות הנדבקות מעצמן, משום שהזרם מתרכז יותר באזור קטן יותר. רפידות לאלקטרודות עבור החיישנים נדבקות מעצמן, יש להרטיב את הרפידות בעזרת Alpha Conducting Solution™ (ACS) לפני תחילת העבודה. הפרידו את הטבעת מסביב לבקבוק ה-ACS לאחר פתיחתו על מנת לאטום אותו היטב ולמנוע נזילה. כאשר משתמשים בחיישנים, יש לנקות אותם תחילה ולייבשם, לאחר מכן יש להצמיד את רפידות לחיישנים על ידי קיפול הקצוות שלהם לצדי קצוות המתכת של החיישנים. שפכו כשתי טיפות של ACS על כל אלקטרודה מלבד. הרטיבו מחדש את פדיות הלבד בכל 2 דקות לערך.

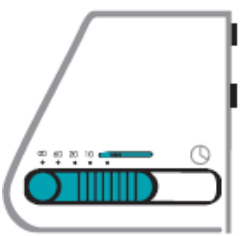
החליפו את פדיות הלבד בחדשות לפני כל טיפול חדש.

5. כווננו את התדר - התדר דהיינו מספר הפולסים בשנייה,

הנמדדים בהרץ (Hz). התדר מכונן על ידי התאמת שני המתגים הגולשים העליונים בקדמת היחידה. בדרך כלל, התדר היחיד שבו תצטרכו להשתמש במכשיר ה-Alpha-Stim® 100 הוא 0.5 Hz. לעיתים, הוא הטוב ביותר לטיפול ראשוני (30 שניות ראשונות עם חיישנים או 3-5 דקות עם האלקטרודות הנדבקות מעצמן) בטיפול בכאב משולב המלווה בדלקת (כגון דלקת פרקים, דלקת האמתחת, דלקת הגידים וכיו.). 1.5 Hz הוא יעיל יותר מאשר 0.5 Hz אצל מטופלים מסוימים, אולם הדבר נדיר. אם משתמשים בשתי ערכות האלקטרודות בו זמנית, סביב לאותו אזור של הגוף, אתם חייבים להשתמש בהגדרות ערוץ 1 בבקרת תדר ערוץ 2. בקרה זאת מאלצת את שני הערוצים לתפקד במופע בתדר שנקבע על ידי מתג התדר של ערוץ 1. אם אתם לא עושים כן, הדבר יכול ליצור הפרעה בין הערוצים וכתוצאה מכך הטיפול לא יהיה יעיל. רוב המטופלים צריכים רק לכוון את ערוץ 1 לצד השמאלי הרחוק עבור 0.5 Hz, לכוון את ערוץ 2 לצד הימני הרחוק עבור הגדרות ערוץ 1, ולהשאיר זאת כך.



6. כווננו הטיימר - על מנת לשנות את הטיימר, החליקו את מתג הכפתור בקדמת היחידה לשמאל או לימין. כמות הזמן הנדרשת לשליטה יעילה בכאב שלכם תלויה בגורם הכאב שלכם ובחומרתו, במצב הבריאות הכללית שלכם ובכל מצב מתמשך של חרדה, פיזי או פסיכולוגי, העלול להחמיר את מצבכם. 10-20 דקות לכל מיקום של אלקטרודות נדבקות הינן זמן טיפול מומלץ. תוספת זמן טיפול אינה נחוצה בדרך כלל, אולם אינה תגרום לנזק כלשהו. מטופלים אחדים זקוקים לשעה או כמה שעות נוספות של טיפול. במקרים חריגים, מטופלים אחדים דווחו על הישנות הכאב שלהם בעקבות טיפול מופרז. אם הדבר קורה, המתונו יום אחד או יותר (עד לשבוע ימים) לפני שאתם חוזרים לטיפול. כאשר משתמשים במכשיר ה-Alpha-Stim® 100 כדי לטפל בכאב, זמן טיפול נוסף הוא לא טוב יותר! אם הכאב חלף לגמרי, מומלץ להפסיק את הטיפול ולחזור עליו לפי הצורך. רוב המטופלים יחישו השפעה מצטברת בעקבות טיפול ב-Alpha-Stim®. על מנת למנוע את חזרתו של הכאב, השימוש ב-Alpha-Stim® 100 בכל יומיים, או פחות, הוא בעצם יותר יעיל עבור רוב המטופלים, מאשר כאשר משתמשים בו מידי יום. אולם, מטופלים אחדים עלולים לחוש צורך בטיפולים יומיים ו/או טיפולים במשך שעות לעיתים. התוצאות שאתם מקבלים קובעות מה הטוב ביותר עבורכם.



הגדרות טיימר למצב מתמשך (∞)



הטיימר מציג שעה אחת, 23 דקות, ו-45 שניות.

הצג יבצע ספירה לאחור של כל הטיימרים מלבד ספירה מתמשכת (המיוצגת על ידי הסמל ∞). ספירות מתמשכות עד ל-99 שעות, ו-59 שניות לפני שהן מפסיקות את התפוקה. טיימר החיישן, בצד הימני של המתג, סופר לאחור במשך 10 שניות (9-0) בעת הסטימולציה ולאחר מכן סופר במשך 2 שניות (1-0) ללא הפקת כל זרם, ואז חוזר על פעולה זאת. הדבר מאפשר טיפול קצר בן 10 שניות בבעיה מזווית שונות, והוא מועדף על הרבה רופאים המשתמשים ב-Alpha-Stim®. בתום עשר השניות הפעילות נשמע צליל ביפ קולי המורה



לכם לשנות את מיקום חיישנים. במהלך עשר השניות הפעילות החליטו להיכן להעביר את החיישנים. אם פעולת ההעברה אורכת יותר מ-2 שניות, משום שאתם מסיימים שיעור מן המקום, או אם אתם מחליפים את פדיות הלבד, התעלמו מצליל ביפ אחד. בעצם, זהו רעיון טוב להתרגל להתעלם מצליל הביפ הראשון, כך שאתם לא צריכים אפילו להסתכל על ה-LCD על מנת לקבוע את זמן ההתחלה המדויק כאשר אתם משתמשים בחיישנים.

מצב חיישנים בשניות: סטימולציה כבויה לשתי שניות

מצב בדיקה שעות ראשוני: סטימולציה פועלת ל-10 שניות.

**7. קבעו את העוצמה והפעילו את המכשיר-** על מנת לשנות את העוצמה, השתמשו במקשים הנמצאים משני צידי היחידה. המקש משמאל הוא עבור ערוץ 1, וזה שממין הוא עבור ערוץ 2. טווח המקשים נע בין 0-6. כל מספר מייצג 100 מיקרו אמפרים ( $\mu A$ ), 1 עבור 100 ( $\mu A$ ), 2 עבור 200 ( $\mu A$ ), וכיו. אחד מיקרו אמפר הוא מיליונית אמפר, שהיא מידת זרם חשמלי. ודאו תחילה כי כל מקשי העוצמה מכוונים לרמה נמוכה (לא יותר מ-2). לאחר מכן הפעילו את המכשיר.

כוונן עוצמת ערוץ 2



כוונן עוצמת ערוץ 1

מתג הפעלה/כיבוי

ה-LCD יחל לספור לאחור עבור כל ההגדרות מלבד מתמשך ( $\infty$ ). לאחר שמיקמתם את האלקטרודות, העלו את העוצמה באיטיות רבה. רוב המטופלים יכולים לשאת את כמות הזרם המקסימאלית, אולם ישנם מטופלים רגישים אשר צריכים להשתמש בזרם נמוך יותר. כאשר משתמשים במכשיר על הראש, הנמיכו מיד את העוצמה באם אתם חשים תחושת עקצוץ מתחת לאלקטרודות ההופכת ללא נעימה, או אם אתם מפתחים סחרחורות או תחושת בחילה. הדבר יכול לקרות כאשר אתם מגבירים את העוצמה או כמה דקות לאחר מכן. הורדת העוצמה תגרום להקלה מיידית בתחושות הלא נעימות הללו והן לא נחוצות לאפקט האופטימלי.

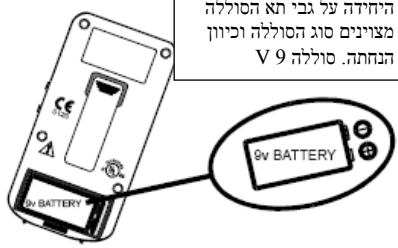
באם אפשרי, יש לטפל בעוצמה של 6 ( $\mu A600$ ), מכיוון שמכשיר ה-Alpha-Stim<sup>®</sup> 100 משתמש רמת זרם כה נמוכה, הרבה מטופלים אינם חשים דבר, גם כאשר העוצמה נקבעת לרמה המקסימאלית של 6. אל תהיו מודאגים אם אתם לא מרגישים את הזרם- הדבר נורמאלי לחלוטין ומידת רגישותכם לזרם לא תשפיע על התוצאות. ברגע שהמכשיר מופעל, הגדרות הטיימר יקבעו את כמות הזמן שבה Alpha-Stim<sup>®</sup> 100 יישאר במצב טיפול פעיל. אם מוסיפים סט אלקטרודות שני בעת שמכשיר ה-Alpha-Stim<sup>®</sup> נמצא בפעולה, הערוץ השני יספק את הסטימולציה במהלך כמות הזמן שנותרה על ה-LCD.



עוצמת ערוץ 1 נקבעה על 300  $\mu A$   
ועוצמת ערוץ 2 נקבעה על 500  $\mu A$

**8. בדקו את הסוללות- וודאו כי אתם משתמשים בסוללות טובות וטריות כגון אלה המסופקות עם היחידה.** החליפו את הסוללה כאשר הצג מראה כי הסוללה התרוקנה. שהצג מראה כי סוללה התרוקנה, מכשיר ה-Alpha-Stim<sup>®</sup> 100 יפסיק את פעולת סטימולציה עד אשר תותקן סוללה דשה. אל תשתמשו בסוללה נטענת.

תא הסוללה ממוקם על גב היחידה על גבי תא הסוללה מצוינים סוג הסוללה וכיוון הנחתה. סוללה V 9



החליפו את הסוללה כאשר הצג מורה שהסוללה התרוקנה.  
כל פעולות הסטימולציה נפסקות בעת שסמל "הסוללה התרוקנה" מופיע על הצג



**9. הנחת האלקטרודות -** מיקום הנחת החיישנים או האלקטרודות הנדבקות מעצמן, הוא המשתנה החשוב ביותר לתוצאה אופטימאלית. עליכם תמיד להשתמש באלקטרודות בזוגות (אם אתם משתמשים בשני הערוצים, עליכם להשתמש בזוג אחד עבור כל ערוץ). הפרידו את האלקטרודות הנדבקות מעצמן מן הכיסוי המגן ושימרו את הכיסוי על מנת לאחסן את האלקטרודות לאחר השימוש. אם הדבק התייבש והאלקטרודות אינן נדבקות היטב, אתם יכולים להרטיב את האלקטרודות על ידי הרטבת האצבע שלכם במים ומריחתם בקלות על האלקטרודה במשך שנייה אחת בלבד (יותר מידי מים יספיגו אותם ובעצם יקצרו את חייכם). היפטרו מן האלקטרודות או החליפו אותן באם הדבק שעליהן נבקע או נזל לכיסוי המוליך. השתמשו באלקטרודות מסוף מסוג EPI AS-Trode™ בלבד אותן ניתן לרכוש באמצעות המפיץ המורשה שלכם מטעם Alpha-Stim<sup>®</sup>. ישנם סוגים של אלקטרודות המוליכים פי 20 פחות, ולא מאפשרים לזרם Alpha-Stim<sup>®</sup> לפצח את התנגדות העור.

עקבו אחר המלצות הרופא שלכם או מלאו אחר הקווים המנחים הבאים בנושא מיקום האלקטרודות:

ישנם כמה עקרונות בלבד שעליכם לזכור כאשר אתם מטפלים בכאב בעזרת Alpha-Stim<sup>®</sup> 100. עליכם להימנע בתנוחה רגועה על מנת ליהנות מן ההשפעות המיטיבות המקסימאליות. המשתנה החשוב ביותר הוא המיקום של החיישנים או של פדי האלקטרודות הנדבקות מעצמן מתוצרת ASTrode™.



הסירו את הכיסויים המגנים מן האלקטרודות.

מקמו תמיד את החיישנים או האלקטרודות מתוצרת ASTrode™ כך שאם תמתחו קו ביניהם, קו זה יחצה את המקום הבעייתי. זכרו שהגוף הוא תלת מימדי. לפיכך, תהיינה דרכים רבות למתוח קו דרך הבעיה. קיים מסוימים יהיו טובים יותר מאחרים. המיקום הנכון של האלקטרודה הוא זה שעובד! אולם, זה שעובד יכול להשתנות בכך שהוא עובד טוב ביום אחד ואינו יעיל ביום אחר. בעת שהבעיה מתחילה להיפתר, מיקום האלקטרודה ידרוש כוונן תמידי.

כאשר משתמשים בחיישנים, זכרו שיש לכם פרק זמן של שתי שניות כדי להעבירם, בין 10 שניות של טיפול. אחזו את החיישנים אנכית לעור ולחצו בחוזקה על מנת להבטיח הולכה חשמלית טובה. טפלו תחילה באזור גדול יותר מן האזור הבעייתי בצורת "X". דוגמא לכך יכולה להיות טיפול בכל שטח הגב במקרה של כאב גב. הדבר יכול להיעשות על ידי הנחת חיישן אחד על הכתף הימנית וחיישן שני על הירך השמאלי ולאחר מכן חיישן אחד על הכתף השמאלית המחובר לירך הימנית. כאשר הדבר מתאים, הראש, הזרוע או הרגל מטופלים גם כן תחילה, לפני שמתמקדים על אזור הכאב.

לאחר הטיפול ב"X" גדול, טפלו בזוויות שונות קרוב יותר, וישירות על אזור הכאב. דוגמא למהלך זה לטיפול בכאב ברך תהיה קודם לכן לעשות X גדול על ידי טיפול בירך הפנימית העליונה ומעבר כלפי מטה אל כף הרגל החיצונית, ליד העקב, ולאחר מכן מעבר מן הירך מטה לכף הרגל הפנימית, ליד העקב. השלימו בעזרת X קטן יותר, או צרו צורת "כוכב" קרוב אליו, ישירות סביב הברך. עליכם לערוך ניסויים עד אשר תמצאו את מיקום האלקטרודות הטוב ביותר. היוועצו תחילה עם הרופא שלכם ולאחר מכן היוועצו מופעם לפעם, תסייענה לכם.

אחת מ"סדרות" הטיפולים היא בין 10-6 סטימולציות של 10 שניות, כל אחת מזווית שונה (ראו הוראות לדוגמא). לכן, סדרה שלמה אחת לא צריכה לקחת יותר משתי דקות. העריכו מחדש את הכאב וטווח התנועה בין כל סידרה.

חשוב במושגי סימטריה. חשוב על הטיפול באזורים הקשורים הממוקמים למעלה, למטה, משמאל ומימין. טפלו בשני הצדדים של גופכם. הדבר חיוני לגבי בעיות של ראש ורגליים. הנטייה הטבעית שלנו להגן על ברכ פגועה יכולה ליצור בעיות שיתפתחו בברך השנייה. טיפול בברך "טובה" יכול להיות נחוץ על מנת להשיג תוצאות או להעלות את אורך החיים של אותן תוצאות. לכן חיבור שתי הברכיים עשוי לסייע. הדבר נעשה על ידי הנחת אחד החיישנים או הפדים של ערוץ אחד על כל ברך והעברתם למקומות שונים אחדים.

לעיתים הכאב יהגר כתגובה לריפוי. עקבו אחריו. השתמשו באותה גישת טיפול המתוארת מעלה עבור המיקום החדש של הכאב. במקרים נדירים, הטיפול יכול להגביר את הכאב בצורה זמנית. אם הכאב אכן מתגבר, טיפול מתמשך יניב בדרך כלל תוצאות טובות. כאב מתגבר נוצר בדרך כלל בשל השפעות הטיפול על צרכיו של הגוף לפצות על הכאב. לדוגמא, חולשה של שרירים בצד אחד של הגב יביא לעיתים קרובות להיצרות של הצד ההפוך. אם השרירים המתוחים גורמים לכאב, והטיפול מתרכז באזור הכאב בלבד, הצד השני ימצא דרכים אחרות לפצות. זוהי הסיבה שתמיד כדאי לטפל באזור רחב יותר מסביב לאזור הכאב.

אל תניחו את האלקטרודות קרובות מידי זו לזו. לדוגמא, הנחתם האחת לצידה של השנייה, משני צידי עמוד השדרה, אינו מיקום טוב עבור בעיות גב. בדוגמא דו-ממדית זאת, הזרם רק מתחת לפני העור אל האלקטרודה השנייה ולא יחדור לאזור הדורש טיפול. במקרה כזה, טוב יותר להניח חיישן אחד ליד עמוד השדרה ואת השני בחלק ההפוך של הגוף, על הצד, ליד החזית. לאחר מכן העבירו את החיישנים לצד השני לאחר 10 שניות. מיקום אלקטרודות אפשרי אחר לכאב גב הוא הנחה של כל אלקטרודה בצד אחר של הגוף (בין הכתפיים לירכיים) בגובה הכאב.

### אלקטרודות מכסף נדבקות מעצמן מתוצרת AS-Trode™

השימוש באלקטרודות אלה נעשה באותה דרך שבה משתמשים בחיישנים, מלבד שלאורך זמן ממושך יותר. לתוצאות אופטימליות, יש להעביר את מיקומן של האלקטרודות מכסף AS-Trode™ סביב לאזור הבעיית. בעת שבחיישנים ניתן להשתמש בכל פעם במשך 10 שניות, אותה פרוצדורה, אולם בשימוש באלקטרודות AS-Trode™, צריכה לקחת פרק זמן של לפחות 5-10 דקות עבור כל מיקום. מטופלים מסוימים עלולים להזדקק לשעה שלמה או יותר של טיפול בכל סטימולציה יומית. לשם לכך, נחוצות אלקטרודות AS-Trode™. אולם, אם סטימולציה קצרה מספיקה, על תמישיו את הטיפול. זכרו, הרבה יותר זה לא תמיד הטוב ביותר כאשר משתמשים בטכנולוגיית Alpha-Stim! טיפול קצר בעזרת חיישנים הוא גם דרך טובה לקבוע את המיקומים האופטימליים לטיפול ארוך יותר בעזרת האלקטרודות הנדבקות מעצמן מתוצרת AS-Trode™.

### מתי להפסיק?

כאשר אתם משתמשים בחיישנים, העריכו מחדש את הכאב שלכם בעזרת סולם ה-10-0 לאחר כמה סדרות טיפול של 2 דקות. בשל בעיות פשוטות, מומלץ להעריך מחדש לאחר כל סדרת טיפול. השתמשו בקריטריונים המקוריים. הפסיקו כאשר הכאב נעלם במלואו או כאשר חל שיפור לאחר כמה סדרות טיפול. המשך הטיפול באזור עלול לגרום להישנותו של הכאב! אם הכאב נעלם, הרבה יותר טוב להפסיק את הטיפול לאותו יום אפילו אם טיפלתם במשך שתי דקות בלבד.

אם אתם לא מזהים יותר כאב אולם חשים נוקשים, הדבר אומר שיש להפסיק את הטיפול להיום. Alpha-Stim® לא יפחית תחושת הנוקשות שנשארה לאחר הטיפול. בדרך כלל נוקשות לאחר כאב תעלם מעצמה.

למרות שרוב המטופלים יגיבו מיידית לטיפול, אצל כמה מהם ההשפעות תתאחרנה ותשתפרנה במהלך יום או יומיים לאחר הטיפול. מטופלים אלה יחוו הקלה לאחר שעה עד שלוש שעות מרגע הטיפול ואפילו למחרת בבוקר. מטופלים אחדים יחוו השפעה משולבת, הממשיכה להשתפר עם הזמן. במטופלים החווים השפעות מאוחרות קשה יותר לטפל משום שלא קיים היזון חוזר מידי המסייע לקבוע מהו מיקום האלקטרודות הטוב ביותר. בדרך כלל, מטופלים החווים השפעות מאוחרות כתוצאה מטיפול במכשיר Alpha-Stim® הם בעלי השפעות מאוחרות לגבי סמים מרדמיים. אם רופא השיניים שלכם צריך לחכות יותר מ-10 דקות לאחר שהוא הזריק לכם סם מרדים לפני ביצוע טיפול השיניים, ככל הנראה אתם חווים השפעה מאוחרת וכך גם לגבי הטיפול ב-Alpha-Stim®. יומן טיפול יסייע לכם לנתח את התקדמותכם, אם אתם חווים השפעה מאוחרת.

### מעקב

רוב המטופלים צריכים לנסות לפחות 5 טיפולים לפני שהם מעריכים את תגובתם לטיפול ב-Alpha-Stim® 100. הדבר יסייע לכם להבין שההשפעות הן מצטברות. כמו הטיפול באנטיביוטיקה וברוב התרופות האחרות, החולה צריך ליטול כמה מנות למשך תקופת זמן מסוימת על מנת להשיג תוצאות. למרות שהתוצאות תורגשנה בדרך כלל במהלך הטיפול הראשון או אחריו, אורך הימים של התוצאות יכול להיות מוערך רק לאחר סדרה של טיפולים. בכמה מקרים, התוצאות דורכות במקום באותה תקופת זמן ללא קשר לטיפול. למשל, תזכו לשני ימי הקלה בלבד, לא משה באיזה שילוב שיטות טיפול נקטתם. בכמה מקרים של פתולוגיה חמורה, היעילות תהיה קצרת ימים בלבד.

### טיפים לתוצאות מוגבלות או ירודות

בעת שמכשיר ה-Alpha-Stim® 100 יעיל ביותר כאשר משתמשים בו נכון (יותר מ-25% שיפור בסימנים ותסמינים), לפחות ב-90% מן המטופלים המשתמשים בו לטיפול בכאבים, חרדה ודיכאון, וב-80% מן המטופלים המשתמשים בו לנדודי שינה, הדבר לא יעבוד עבור כל אחד. אולם, אם ההקלה בכאב אינה מיידית, חשוב על טיפול באזור הבסיסי של הכאב באמצעות הגדרות עוצמה חלשות יותר של 1-2 (200-100  $\mu$ A) בעזרת אלקטרודות AS-Trode™, לתקופת זמן של 60 דקות או יותר. אם יש צורך, ניתן להשתמש לכל אורך היום. 1.5 Hz יכול להביא לתוצאות טובות יותר אצל כמה מטופלים אשר בהם הטיפול בעוצמה של 0.5 Mz נכשל, אולם זה נדיר. יכול להיות שיווצר צורך לטפל בכל אזורי הכאב, בכל מקום בגוף, על מנת להשיג תוצאות. בסופו של דבר, אם Alpha-Stim® 100 לא עובד טוב עבורכם, צרו קשר עם Alpha-Med באמצעות המפיץ המוסמך מטעם Alpha-Stim® כדי לקבל תמיכה טכנית.

10. **כיבוי המכשיר** – כאשר אתם משתמשים בטיימרים המתמשכים או בטיימרים של החיישנים, עליכם לכבות את המכשיר לאחר השימוש כדי למנוע התרוקנות קלה של הסוללה. בתום הפעלת הטיימרים למשך זמן של 10,20 ו-60 דקות, Alpha-Stim® 100 יכבה את עצמו אוטומטית.

11. **נתקו והסירו את האלקטרודות** – הניחו בזירות את האלקטרודות אל תוך הכיסוי המגן שלהם ושימו אותם בחזרה בתיק האוטם שסופק לצורך כך. אם אתם מנהלים יומן, רשמו את רמת הכאב שלכם כעת ואת פרק הזמן עד שכאב חוזר.

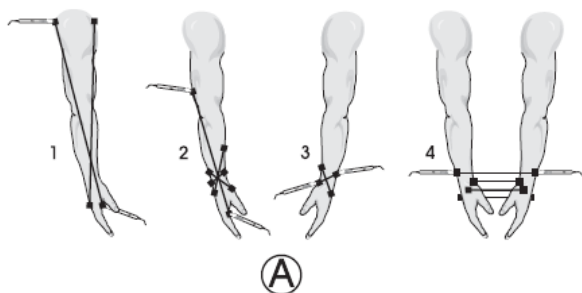


ההוראות לדוגמא הבאות הן קווים מנחים בטיפול ב-Alpha-Stim®. אלה הן בעצם דוגמאות של אותה גישה, המיושמות על חלקים שונים בגוף. זמני הטיפול הכוללים עוסקים בהנחת החיישנים לפרק זמן של 10 שניות והם מוערכים בהתבסס על זמן הטיפול המקסימאלי הדרוש להשלמת סדרה אחת של הנחת חיישנים עבור אזור מסוים. להלכה, סדרה אחת של טיפול בחיישנים תהיה בממוצע, כשתי דקות. למרות שהטיפול ארוך יותר בשימוש באלקטרודות הדבקות מעצמן של ASTrode™, אותה גישה מיושמת לגבי קביעת אזור הטיפול.

זכרו שהגישה היא לשרטט קו דמיוני בין החיישנים, קו החוצה את חלק הגוף הכואב. שני שרטוטים דו מימדים אינם תחלופה מתאימה למטופלים שהם בעצם תלת מימדים. הניחו את החיישנים על הצדדים הפוכים של הגוף, כגון קדימה ואחורה עבור כאב גב. כמו בכל תחום בחיים, ישנה עקומת למידה. היו יצירתיים ותייגו מן המכשיר החדש ורב העוצמה שלכם המיועד לשלוט בכאב שלכם.

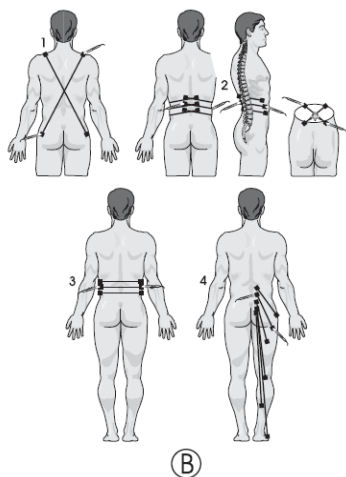
זכרו לדרג את הכאב שלכם בסוף 0-10 לפני הטיפול, ובכל 1 או 2 דקות במהלך הטיפול בעזרת החיישנים. עצרו כאשר הכאב חלף או כאשר עוצמתו פחתה, אולם אינכם חשים יותר בהקלה לאחר שתי דקות נוספות של שימוש בחיישנים. רשמו גם כל שיפור במגוון התנועות וכל סימן ותסמין אחר.

כמעט תמיד טוב יותר להשתמש ב-Alpha-Stim® ב-0.5 Hz, בעוצמה הנוחה המקסימאלית (בדרך כלל 6 עבור החיישנים). הרטיבו את לבד האלקטרודות לעיתים קרובות על ידי שימוש ב-Alpha Conducting Solution™. אם משתמשים ב-AS-Trodes™ לתקופת זמן נוספת (יותר משעה אחת), השתמשו בכמות הזרם המינימאלית ביותר, אולם לא פחות מ-1 (100 μA). הגברת הטיפול בכאב על ידי CES (הנחת אלקטרודות הנצמדות לאוזן בעזרת קליפ) ישירות לאחר טיפול בכאב, יכולה לחזק ולהאריך את השפעות הטיפול בכאב.



**דוגמא A: כאב זרוע**

1. סמנו X גדול לטיפול באזור שמן חזית הכתף שלכם עד לאחורי כף ידכם, ומאחורי כתפכם לקדמת (כף היד) זרועכם. 20 שניות.
2. השלימו מ-40 שניות ועד לדקה אחת X קטן יותר הקרוב יותר ישירות מסביב לכתף, מרפק, פרק כף היד, היד או אזור כאב אחר.
3. עבור תסמונת התעלה הקרפלית (CTS) ופגיעת מאמץ חוזרנית (RSI), טפלו מתחת למרפק ועד לקרומים שבין האצבעות בנוסף לטיפול המקומי במרפק.
4. טפלו באזור המתאים לאזור הכאב בזרוע השנייה במשך 20-40 שניות.
4. חברו את שתי הזרועות שלכם על ידי מיקום חיישן אחד על גבי כל זרוע בכמה מקומות סימטריים המקיפים את אזור הכאב, במשך 40 שניות עד לדקה אחת.

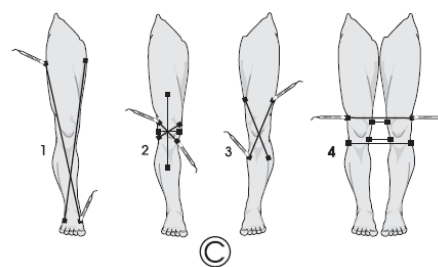


**דוגמא B: כאב גב**

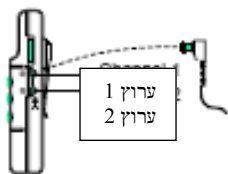
1. ציירו X גדול על ידי חיבור מן הכתף הימנית העליונה אל הירך השמאלית או הגב התחתון, לאחר מכן חברו את הכתף השמאלית לירך הימנית. 20 שניות.
2. מקמו את אחד החיישנים כ-2 ס"מ סמוך לעמוד השדרה (מרכז הגב) בגובה הכאב, ואת החיישן השני לצד ההפוך, בקדמה, ליד הצד. הפכו את הצדדים על מנת לשרטט "X" אופקי. חזרו על התהליך על ידי שרטוט "X" נוסף אופקי למעלה ו-"X" נוסף מתחת לאזור הכאב. דקה אחת.
3. טפלו בגבכם מצד לצד, בכל צד של הגוף, דרך אזור הכאב, ולאחר מכן, שוב, מעט מעל ומתחת לאזור הכאב. 30 שניות.
4. אם אתם סובלים מכאב גב תחתון המקריין לרגל, חברו מקומות שונים סביב הגב התחתון שלכם, כ-2 ס"מ מעמוד השדרה (מרכז הגב), עם הרגל שלכם במרווח של 10-15 ס"מ מן המיקום האחרון, הרחוק ביותר מחוץ לרגל שלכם (או הדביקו היכן שהכאב מקריין).

**דוגמא C: כאב רגל**

1. ציירו X גדול על ידי חיבור מן ירך הפנימית העליונה אל החלק החיצוני של הרגל שלכם, לאחר מכן חברו את הירך שלך לחלק הפנימי של הרגל שלכם. 20 שניות.
2. השלימו מארבעים שניות ועד דקה "X" קטן יותר הקרוב יותר ישירות מסביב לירך, ברך, עקב, רגל וכל אזור כאב אחר.
3. טפלו באזור המתאים לאזור הכאב ברגל השנייה. 20 שניות.
4. חברו את שתי הרגליים על ידי מיקום חיישן אחד על גבי כל אחת מהן בכמה מקומות סימטריים המקיפים את אזור הכאב. 40 שניות.



**ניצד להשתמש במכשיר ה-Alpha-Stim® 100 לשליטה בחרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה**



1. **נקו את העור** - נקו את עור תנוכי האוזניים שלכם בקפידה והניחו לו להתייבש לפני הנחת האלקטרודות. השתמשו בסבון עדין ובמים או במטליות לחות לתינוקות.
2. **חברו את האלקטרודות הנצמדות לאוזן למכשיר Alpha-Stim® 100** - חברו את החיבור בצורת L של האלקטרודות הנצמדות לאוזן או לכל אחד משני שקעי היציאה של מכשיר Alpha-Stim® 100. השקע העליון הוא עבור ערוץ 1, והתחתון הוא עבור ערוץ 2.
3. **חברו את פדי האלקטרודות לאלקטרודות הנצמדות לאוזן** - קודם לכן נקו וייבשו את קצוות קליפי האוזן ולאחר מכן הפרידו את ארבעת פדי האלקטרודה הנצמדת לאוזן מן הכיסוי המגן שלהם וחברו אותם לפני האלקטרודה הנצמדת לאוזן (כפי שהם ארוזים במקור). **החליפו את פדי האלקטרודה הנצמדת לאוזן לאחר כל טיפול**, אם אתם משתמשים במכשיר Alpha-Stim® 100 בטיפול רפואי, נקו את הקליפים בקפידה עם אלכוהול לפני החלפת פדי האלקטרודה הנצמדת לאוזן בין המטופלים.
4. **הרטיבו את האלקטרודות** - הרטיבו כל אחד מפדי האלקטרודות בעת חיבורם לקליפי האוזן בעזרת 2 או 3 טיפות של Alpha Conducting Solution™ (ACS). היפטרו מן הטבעת אשר מסביב לבקבוק ה-ACS לאחר הפתיחה על מנת לאטום אותו בחוזקה ולמנוע



- נזילה.
5. הניחו את האלקטרודות על האוזניים – הצמידו את האלקטרודות לכל תנוך אוזן קרוב ללסת, וכמה שיותר גבוה על התנוך. אתם חייבים תמיד להשתמש בשתי אלקטרודות הנצמדות לאוזן על מנת לגרום לסגירתו של המעגל החשמלי.
  6. כווננו את הטיימר- מומלצות 20-60 דקות, אלא אם הרופא שלכם הורה לכם אחרת. מטופלים היכולים לשאת הגדרת עוצמה של 2 (200 מיקרו אמפר) או פחות, ידקקו בדרך כלל ליותר מ-20 דקות.
  7. כווננו את התדר- השתמשו תמיד ב-0.5 Hz כאשר אתם משתמשים באלקטרודות הנצמדות לאוזן.
  8. כווננו את העוצמה והפעילו את המכשיר- וודאו כי בקרת העוצמה מכוונת תמיד על 0. הפעילו את המכשיר. ה-LCD יחל לספור לאחור. הגבירו את העוצמה באיטיות עד אשר אתם חשים תחושה של עקצוץ נעים (ישנם מטופלים אחדים שאינם חשים דבר וזה נורמאלי). במידה והעקצוץ הופך ללא נעים או אם אתם חשים תחילתה של סחרחורת או בחילה, הפחיתו את העוצמה מיד. הפחתת העוצמה תביא להקלה מיידית של כל אחת מן התחושות הלא נעימות אשר אינן דרושות בהכרח להשפעה אופטימאלית. כמה מטופלים חווים הרגשת "כבדות
- בחלק המוקדם של הטיפול. אם הדבר קורה, הטיפול צריך להתמשך במשך שתי דקות לפחות לאחר שהתחושה "נמוגה" ותחושת קלילות תופסת את מקומה, אפילו אם זה לוקח יותר מ-60 דקות.
9. בדקו את הסוללה- וודאו כי אתם משתמשים בסוללה חדשה וטובה כגון זאת המסופקת עם היחידה. החליפו את הסוללה כאשר הצג מורה שהסוללה התרוקנה. כאשר הצג מורה על סוללה ריקה, מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 מפסיק את הסטימולציה עד להתקנת סוללה חדשה. אל תשתמשו בסוללות נטענות.
  10. הירגעו- שבו או שכבו והניחו למכשיר Alpha-Stim® 100 להרגיע אתכם.
  11. כיובי אוטומטי של המכשיר- בתום הטיפול המכשיר יכבה את עצמו בצורה אוטומטית.
  12. ניתוק או הסרת האלקטרודות הנצמדות לאוזן- השתמשו בכל יום במהלך השבועיים הראשונים, לאחר מכן שלוש פעמים בשבוע או בהתאם להוראות הרופא שלכם.

### טיפוח בעור

1. הניחו את האלקטרודות על עור יבש, נקי וללא פגם בלבד.
2. לפני שאתם מניחים את האלקטרודות ולאחר שאתם מסירים אותן, רחצו את העור בעזרת סבון עדין ומים או נקו אותו בעזרת מטליות לחות לתינוקות. שטפו והניחו לו להתייבש כליל.
3. יש להיטיט שיער עודף במקום הדבקת האלקטרודות אולם אין לגלחו.
4. אם מתפתחים גירויים בעור, הפסיקו את השימוש והתייעצו עם הרופא שלכם.

### למה לצפות?

הפחתת כאבים ו/או חרדה מורגשים בדרך כלל במהלך טיפול, אולם אפשר לחוש אותם גם כעבור שעות, לפעמים עד יום אחד לאחר הטיפול. שליטה בדיכאון ו/או נדודי שינה בדרך כלל מורגשת אחרי שבוע עד שלושה שבועות מתחילת הטיפול היומי. כאשר הושגה שליטה במצב, השימוש ב-Alpha-Stim® במשך שלוש פעמים בשבוע בדרך כלל מספיק על מנת לתחזק את התוצאות הטובות.

מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 משאיר את המטופל במצב ערני תוך הבאתו למצב של רוגע. טיפול אחד של 20 דקות הוא בדרך כלל כל מה שנחוצ לשליטה יעילה על חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה לפחות לתקופה של יום אחד. ניתן להשתמש במכשיר גם כתוספת לטיפול בתרופה ו/או כתוספת לפסיכותרפיה. מטופלים החווים קשיים בהירדמות, צריכים להשתמש ב-Alpha-Stim® לפחות שלוש שעות לפני השינה שאם לא כן, הערנות המוגברת עלולה להפריע לשינה.

לאחר הטיפול אין בדרך כלל מגבלות פיזיות על המטופלים, כך שרובם יכולים לחזור מיידית לפעילויותיהם הרגילות. כמה מטופלים עשויים לחוות הרגשת אופוריה או רוגע העלולה לפגום זמנית ביכולות המנטאליות ו/או הפיזיות שלהם לבצע משימות העלולות להיות מסוכנות, כגון, הפעלת רכב ממונע או ציוד כבד, עד לכמה שעות לאחר הטיפול.

כיום, ישנם יותר מ-125 מחקרים על בני אדם הבודקים את השימוש בסטימולציה גולגולתית בריפוי בחשמל לטיפול בהפרעות חרדה, דיכאון, ו/או נדודי שינה, ו-29 מחקרים על בעלי חיים. כתוצאה ממחקרים אלה, לא דווח על אף השפעה משמעותית כתוצאה מתופעות לוואי. עשויות להופיע תחושות של כאבי ראש מזדמנים מוגבלים, חוסר נוחות, גירוי עורי תחת האלקטרודות או סחרחורת. אם ישנה תחושה של כבידות, המשיכו את הטיפול במשך לפחות שתי דקות לאחר מכן, עד שתחושתו בהרגשת קלילות. מטופלים אחדים יכולים לראות הבזקי אור בשל סטימולציה של עצב הראיה. מטופלים אחדים עשויים לחוש טעם מטאלי של סתימות דנטאליות. אף אחד מן הסימפטומים הללו אינו מזיק.

### מידע על המרשם

**הצהרת תאימות לנהלים אירופאים:** מכשיר Alpha-Stim® הוא מכשיר רפואי מקטגוריית IIa, מסוג B. הוא נבדק עצמאית על ידי גופים חיצוניים על מנת להבטיח התאמתו לסטנדרטים בתחום תאימות אלקטרומגנטית ובטיחות ציוד רפואי.

**אזהרה:** להוציא בארה"ב, מכשיר זה ניתן לרכישה ברחבי העולם ללא צורך במרשם רופא, אך עם זאת אנו ממליצים להיוועץ עם מומחה רפואי מוסמך במקרה של בעיה רפואית חמורה, או היעדר תגובה, או בעת שימוש במכשיר רפואי נוסף או טיפול תרופתי.

**התוויות:** טכנולוגיית טיפול בחשמל באמצעות גירוי גולגולתית Alpha-Stim® CES לתפקוד ולפיקוח מחמירים ומתמשכים על-ידי הקהילה הרפואית הבינלאומית. ממצאים עדכניים מראים כי מכשיר Alpha-Stim® מהווה טיפול יעיל ורב-תכליתי לטיפול במגוון תסמונות הקשורות בכאב ולבקרה של חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה, או לחילופין להקלה קצרת-טווח של תסמיני כאב, חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה. במקרים רבים לא נדרש כל טיפול נוסף מעבר לטיפול זה עבור הסימפטומים אשר צוינו לעיל. תוצאות של בקרת כאב יעילה נצפו ברמת מובהקות במהלך הגירוי ו/או כתוצאה ממנו, באזורי הגוף הפגועים, באזורים סמוכים ובאזורים רחוקים ממוקד הכאב. כמו בכל התערבות רפואית, אנשים עשויים להגיב באופן שונה לטיפול; כך גם במקרה של טיפול בעזרת מכשיר Alpha-Stim®. יעילות התוצאה עשויה להשתנות בהתאם לסוג הבעיה ולבריאות הכללית של המטופל, וכן לשיטת הטיפול.

**התוויות נגד:** Alpha-Stim® עשוי להשפיע על תפקוד קוצבי-לב (בפרט קוצבי-לב מלאכותיים). אין להפעיל הגירוי ישירות באזור העיניים או מעל לסינוס קרוטידי (הממוקם בחלק העליון של הצוואר, מתחת לאוזן ומאחורי הלסת).

**אמצעי זהירות:** לשימוש חיצוני בלבד. אין לאפשר שימוש או מגע של ילדים במכשיר ללא השגחת מבוגר. אין להפעיל מיכון בעל פוטנציאל סיכון או נהיגה ברכב במהלך, או במקרים מסוימים מספר שעות לאחר הטיפול. יש לנקוט באמצעי זהירות במקרים בהם שימוש במשככי כאבים מסוג אחר הינו אסור, כמו במסגרת ניסיון לשמר את הסימפטומים של הכאב למטרת אבחון, או במקרים בהם אנשים עלולים לעשות שימוש לרעה במשככי כאבים. רמת בטיחות הגירוי טרם נקבעה לשימוש על-ידי נשים בהיריון. קיימים דיווחים על ירידת לחץ-דם בעקבות שימוש ב-CES, כך שיש לנקוט באמצעי

זהירות בעת שימוש ב-Alpha-Stim® בשילוב טיפול תרופתי ללחץ-דם גבוה.

**תופעות לוואי:** תופעות הלוואי לרוב קלות וחולפות מעצמן. בקרב כ-4,541 מטופלים נצפו תופעות לוואי בתנאים מבוקרים, חופשיים, ולא מבוקרים, אולם תחת פיקוח רפואי וסביר בנוגע לאופן השימוש, תופעות לוואי אשר נצפו כתוצאה משימוש ב-CES היו סחרחורת (6 מקרים, 13%), גירוי עורי/ כוויות כתוצאה מהשימוש באלקטרודות (5 מקרים, 11%) וכאבי ראש (9 מקרים, 0.20%). טיפול ממושך ב-CES ברמות זרם חשמלי גבוהות מהמומלץ עלול לגרום לסחרחורת או לבחילה אשר עשויים להימשך שעות ועד מספר ימים. טיפול בסמוך לשנת-לילה עלול לגרום לבעיות שינה בשל ערנות מוגברת. מומלץ להשתמש ב-CES לכל הפחות שלוש שעות לפני השינה. תגובות מנוגדות כגון ריגוש יתר, חרדה מוגברת ונדודי שינה עשויים גם הן להתרחש.

אם מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 אינו מסייע לכם לשלוט על כאבכם, החרדה שלכם, הדיכאון שלכם ו/או נדודי השינה בתוך שלושה שבועות, התייעצו עם הרופא שלכם.

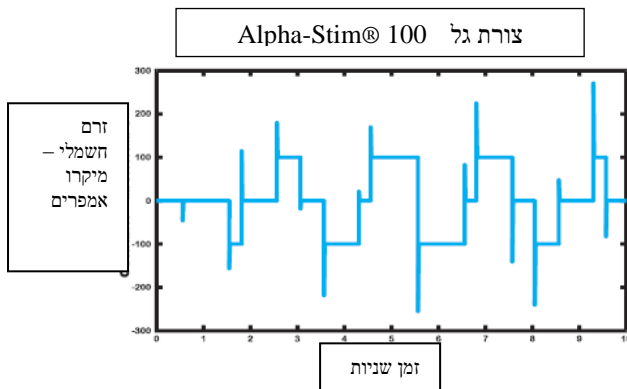
## מפרט טכני

### חשמלי

מקור כוח  
הגדרות טיימר  
זרם חשמלי  
תדר  
צורת גל

סוללה אחת של 9 וולט (כלולה). החליפו בסוללות חד פעמיות (מומלץ סוללות אלקליין). אל תשתמשו בסוללות נטענות.  
חיישן (10 שניות לחילופין עם שני שניות הפסקה) 10,20,60 דקות ומתמשך (□)  
ניתן להתאמה בכל עת  
10-600  $\mu$ A, 0.5, 1.5 או 100 Hz (פולסים בשנייה)  
גלים מלבניים אסימטריים דו קוטביים, 50% עומס עבודה, 0 נטו זרם (ראה תרשים גרפי)

### מכני



גובה  
רוחב  
עומק  
משקל  
תיק נשיאה  
גובה  
רוחב  
עומק  
משקל משלוח  
עם היחידה

13.5 ס"מ  
6.4 ס"מ  
3.3 ס"מ  
156 גרם עם סוללה  
20.8 ס"מ  
26.9 ס"מ  
4.6 ס"מ  
0.91 ק"ג

### אביזרים

Alpha-Stim® 100 ארוז בשלמות וכולל ערכה אחת של 4 אלקטרודות הנדבקות מעצמן מסוג כסף AS-Trode™, (הטובות לשימוש של בין שבועיים עד חודש ימים לערך), חוטי אלקטרודות, שני חיישנים, אלקטרודות נצמדות לאוזן, 256 פדי אלקטרודות נצמדות לאוזן, 100 פדי אלקטרודות חיישן, בקבוק של 15 ml של Alpha Conducting Solution™ (ACS), סוללה של 9 וולט, תיק נשיאה, ועלון מאויר למשתמש. זהו כל הנחוץ לתחילת השימוש במכשיר ה-Alpha-Stim® 100 מיידי. החליפו את החוטים המוליכים, פדי האלקטרודות הנצמדות לאוזן והנדבקות מעצמן רק במוצרים חדשים מורשים של Alpha-Stim® ו-AS-Trode™.

## אחסון וניקוי

הסירו את הסוללה כאשר אתם מאכסנים את מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 לתקופת זמן ארוכה (של יותר מחודש ימים). השתמשו תמיד בתיק הנשיאה כדי לשאת את Alpha-Stim® 100. כאשר אינו בשימוש, מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 וכל האביזרים שלו צריכים להיות מאוחסנים בתיק הנשיאה המסופק ביחד עם המכשיר. Alpha-Stim® 100 והאביזרים שלו, צריכים להיות מאוחסנים ויש להשתמש בהם בטווח טמפרטורות של 0-36 מעלות צלזיוס, בלחות יחסית של 90% או פחות, ובלחץ אטמוספירי של 0.9-1.1 atm. ניקוי מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 נעשה על ידי ניקוי פני השטח בעדינות, מידי פעם, בעזרת מטלית, כאשר הוא מלוכלך. השתמשו בסבון עדין ובמים. שימוש בפתרונות ניקוי אחרים עלול להזיק לקופסת המכשיר. לעולם אל תתיזו חומר ניקוי ישירות על המכשיר. ניתן להשתמש באלכוהול איזופרופיל 70% בחיישנים ובאלקטרודות הקליפ על מנת לחטא אותם בין הטיפולים.

## פתרון בעיות

### פתרונות אפשריים

### בעיה

אין תחושה של הזרם החשמלי.  
אין תוצאות.  
הערה: הדבר נורמאלי אצל מטופלים אחדים. נסו להגביר את העוצמה או להרטיב את האלקטרודות. גונו את מיקום האלקטרודות. טפלו גם באזורים אחרים של הכאב. נסו 1.5 Hz, או 100 Hz, או 0.5 Hz עם יעיל. בצעו טיפול לעיתים קרובות יותר ו/או למשך זמן ארוך יותר בעוצמה נמוכה. נסו 5-10 טיפולים. התייעצו עם הרופא שלכם.  
האלקטרודות לא נדבקות היטב.  
החיישנים אינם מעבירים זרם חשמלי.  
אין הספק חשמלי.

החליפו את האלקטרודות AS-Trode™. הניחו את פדי הלבד של האלקטרודה על גבי משטח נקי ויבש.  
השתמשו בעוד Alpha Conducting Solution™.  
החליפו את הסוללות אם הסמל "סוללות חלשות" או "סוללות מרוקנות" מופיע. נסו להגביר את העוצמה. בדקו את החוטים המוליכים ואת האלקטרודות: וודאו כי כל החיבורים נמצאים במקומם.

מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 אינו חסין בפני משתמשים.

על מנת לקבל שירות, אנא צרו קשר תחילה עם Alpha Med, המפיץ המורשה של Alpha-Stim® שלכם כדי להתייעץ ולקבל מספר הרשאה במקרה של פניה (RAN). לאחר אישור מ-Alpha Med, אתם יכולים לשלוח את כל האיברים, ארוזה באריזתה המקורית ל-Alpha Med בדואר רשום או במשלוח מבוטח כאשר דמי המשלוח שולמו מראש. אנא צרפו העתק מן הקבלה שלכם ורשמו את תיאור הבעיה. אנא אל תשכחו לרשום כתובת למשלוח בחזרה, את מספר הטלפון שלכם ואם יש ברשותכם, מספר פקס וכתובת הדואר האלקטרוני שלכם.

**אחריות מוגבלת לחמש שנים**

בעת שלדעתה של חברת 'EPI' Electromedical Products International, Inc. ("EPI"), יצרנית מכשירי Alpha-Stim®, מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 ("המוצר") הוא בדרך כלל יעיל להקלת כאבים, חרדה, דיכאון ו/או נדודי שינה, מדע הרפואה אינו מדע מדויק והתוצאות האינדיבידואליות עלולות להשתנות. לפיכך, EPI אינה מספקת תעודת אחריות לגבי היעילות של מוצריה על מטופל מסוים. Electromedical Products International, Inc מעניקה אחריות לרוכש המקורי (ולא לאף אחד אחר) כי כל מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 חדש הוא נטול פגמים, בכל מה שקשור לאופן ייצורו ולחומרים ממנו הוא עשוי, בשימוש רגיל, לתקופה של חמש שנים מיום הרכישה המקורי, מלבד האיברים. יש למלא את כתב האחריות הרשום ולהחזירו ל-Alpha Med על מנת ליתן לו תוקף.

איברים כגון סוללות ואלקטרודות אינם כלולים בכתב האחריות ונמכרים "כמות שהוא", משום שהם עשויים להינזק בקלות לפני השימוש ובמהלכו.

במהלך תקופת האחריות, האחריות היחידה של EPI תהיה, לדעת EPI, להחליף או לתקן את מכשיר ה-Alpha-Stim® 100 ללא עלות. על מנת להעניק לכתב האחריות זה כיסוי, על הרוכשים ליצור תחילה קשר עם Alpha Med, המפיץ המורשה של Alpha-Stim® 100, באמצעות טלפון, דואר, פקס או דואר אלקטרוני, כדי לקבל מספר הרשאה חוזר (RAN). על הרוכשים להיות בעלי העתק הקבלה המקורית על מנת להוכיח כי המוצר אכן מכוסה עדיין על ידי האחריות. ההחזרה המורשית יכולה להישלח ל-Alpha Med, ארוזה היטב עם כל האיברים, בתוך תיק הנשיאה באריזתה המקורית, באמצעות דואר רשום או משלוח מבוטח אשר דמי המשלוח שולמו מראש. Alpha Med – EPI לא תהינה אחראיות במקרה של אריזה לא מתאימה או משלוח לא מתאים. אם EPI תקבע כי אכן מדובר בפגם המכוסה על ידי האחריות, המוצר המתוקן או המוחלף יישלח בחזרה, כאשר דמי הדואר והביטוח שולמו מראש, בזמן הסביר האפשרי. אם EPI תקבע, לפי שיקול דעתה הבלעדי, כי המוצר אינו מכיל פגם שמקורו באופן הייצור או בחומרים, EPI תחזיר את המוצר והרוכש ישא בהוצאות דמי המשלוח והביטוח.

כתב אחריות זה מבוטל מיידית באם נעשה במוצר שימוש לרעה, נגרם לו נזק כתוצאה מתאונה, נזק כתוצאה מהעברה, הזנחה, אסונות טבע, או נזק כתוצאה מאי ציות להוראות ההפעלה, או תיקון/פירוק על ידי כל אדם אחר מלבד EPI.

Electromedical Products International, Inc ו-Alpha-Med לא תהינה אחראיות לכל נזק ישיר, עקיף, מיוחד, נסיבתי ותוצאתי, אובדן הכנסות או הוצאות רפואיות שנגרמו כתוצאה מכל פגם, כשל, תקלה, או אחר של המוצר, ללא התחשבות בצורה שבה כל פעולה חוקית או צודקת יכולה להיות מובאת כנגד EPI או Alpha Med (כגון חוזה, הזנחה או אחר). באף מקרה, אחריותה של EPI או Alpha Med תחת כל עילת תביעה בנוגע למוצר, לא תעלה על מחיר הרכישה של המוצר.

**מיוצר על ידי:**



Electromedical Products international, Inc.  
 2201 Garrett Morris Parkway  
 Mineral Wells, Texas 76067-9034 USA  
 Tel. 1-800-367-7246 in the USA and CANADA  
 Tel: +940-328-0788, Fax +940-328-0888  
 E-Mail: alpha-stim@epii.com

**יבואן ומפיץ מורשה:**



**אלפא מד**

רח' זלמן שז"ר 16, נתניה 42493 ישראל  
 טל: 1-700-70-00-70 נייד: 052-5677240 פקס: 057-7943701  
 אתר: [www.alpha-med.co.il](http://www.alpha-med.co.il) דוא"ל: [info@alpha-med.co.il](mailto:info@alpha-med.co.il)

אין לשכפל, להתיק, לצלם, להקליט, לתרגם, לאחסן, במאגר מידע, לשדר או להקליט, בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי או מכני, או אחר – כל שהוא מהחומר שבמדריך זה, בין לשימוש פנימי ובין לשימוש מסחרי אלא ברשות מפורשת בכתב מהחברת אלפא-מד.  
 © כל הזכויות שמורות.