

1. Generel information
2. Indstigning og sikring af ben
3. Betjeningsguide
4. Ben indstigningshjælp
5. Symmetri træning
6. Start/stop for bentræner
7. Hastighed
8. Motor styrke
9. Aktiv tilstand
10. Træningsperiode
11. Start/stop for armtræner
12. Fremad/tilbage
13. Spasmekontrol
14. Træningsanalyse
15. Program



Generel information

Alle funktioner kan indstilles med fjernbetjeningen. Displayet hjælper dig til at bruge enheden.

Når du bruger enheden vil hvert trin blive vist på displayet. For hver gang du trykker på en knap, vil det blive bekræftet med én lyd.

Værdien der vises på displayet kan variere en smule fra den rigtige værdi. Værdierne kan ikke bruges til en diagnostisk vurdering, men er kun vejledende.

I tilfælde af lav temperatur (under 0°C) kan værdierne være misvisende men dette vil ikke forårsage nogen skade.

Indstigning og sikring af benene

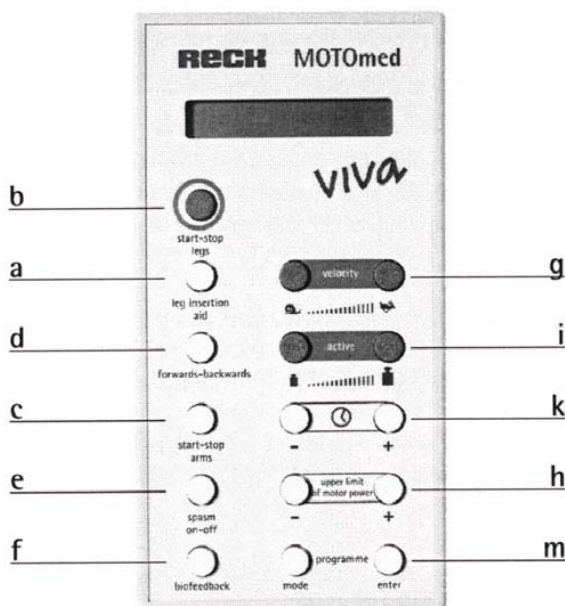
For nemt at placere dine fødder i, eller fjerne dem fra fodskålene, kan du bruge indstigningshjælpen, der er på fjernkontrollen.

Placer dine fødder korrekt i fodskålene. Dette betyder at hælene skal være helt tilbage. Velcrostropperne vinkles rundt om ankel leddet og fikseres til strop krogen på ydersiden af fodskålen. Hvis du har de selvbetjente fodholdere (art.nr. 00506), så behøver du ikke at fikse foden med velcrobåndet. Sørg for at håndtaget er helt låst fast, hvilket bekræftes med et lille klik. Hvis der er benfiksering (art.nr. 00502) kan du fikse velcro stropperne rundt om dine underben. Dette hjælper med at holde benene i neutral position, således at de ikke falder ud til siden eller ind mod midten.

På nogle typer kørestole kan det være en fordel eller nødvendighed at fjerne kørestolsstøtten, således at de ikke kommer i vejen for pedalerne.

Betjenings guide

Fjernkontrollen på MOTomed viva1 er fremstillet med farver for hver af de 3 betjeningsniveauer for at sikre enkel og nem betjening.



A: Indstigning hjælp

Hvis du foretrækker at sætte dine fødder i, eller fjerne dem fra fodskålene i den laveste position, kan Indstigningshjælp bruges.

Tryk på knappen "Indstignings hjælp" indtil fodskålen (fx højre) stopper ved laveste position. Stop ved at slippe knappen. Nu kan du indsætte dit ben i fodskålen og sikre det.

Så snart den første fod er indstillet, tryk igen på knappen "indstigningshjælp" og hold den nede indtil den anden fodskål stopper ved laveste position. Indsæt din anden fod i fodskålen og spænd den fast.

Knappen "Indstigningshjælp" giver dig yderligere mulighed for at stoppe fodskålen i en hvilken position du måtte ønske. Pedalerne stopper så snart du slipper knappen. Hvis trykket fra den første indstigning bliver for hård og positionen ikke kan bevares, vil pedalen bevæge sig væk fra valgte position. Efter at trykket er løsnet vil pedalen automatisk gå tilbage til valgte position.

B: Start/stop for ben

Tryk på den røde knap "start/stop" ben for at starte eller stoppe pedalbevægelserne.

Opvarmningsfase

MOTOmed viva1 starter altid med en nænsom opvarmningsfase. MOTOmed viva1 fortsætter derefter ud fra de valgte indstillinger.

Ved brug af forindstilling "KLINIKKEN", vil MOTOmed viva1 tilpasse sig brugeren. Efter opvarmningsfasen vil omdrejningerne automatisk øges til dit eget mobilitetsniveau.

Ved brug af forindstilling "HJEMME", husker MOTOmed viva1 indstillingerne ved sidste træning (Træningsparametrene: antal omdrejninger, grænsen af motor styrke, tidsindstilling osv.). Du kan nu betjene din viva1 med kun ét tryk (start/stop) og du behøver ikke andre knapper til individuelle indstillinger for hver efterfølgende træningssession. Så snart du trækker stikket ud vil alle disse værdier dog være tabt. Hvis du ønsker at ændre dine indstillinger under opvarmningsfasen, behøver du blot at trykke på overensstemmende knapper.

Tid 2 min

Hastighed 30 rpm

Distance 0,7 km

Efter få sekunder vil følgende skiftende blive vist under træningen: Træningsperiode i minutter (min), omdrejningsantal pr. minut (rpm) og den teoretiske distance i kilometer (km). "Effekt" vil vises hvis du er aktiv, og et tal efter "effekt" viser den relative styrke i det aktive arbejde. "Symmetri" vil også vises hvis du er aktiv. (Se nedenunder). "Tonus" vil vises hvis maskinen kan "mærke" at det er modstand, f.eks øget tonus eller spasticitet. Efter "tonus" vil det stå et tal, f.eks "Tonus 1,7 Nm". Dette viser hvor kraftig tonusen er. Disse informationer vil skifte med et interval på nogle sekunder. Ved at trykke på knappen "hold display" (knappen længst ned til venstre), så fastholdes displayet – og det vil ikke skifte.. Ved at trykke på knappen igen, så vil displayet igen skifte.

Symmetri træning

Under aktiv cykling, hvor du bruger egen muskelkraft, vil symmetritræningsfunktionen vise hvor meget hvert ben "har arbejdet". Ud fra denne information kan du træne og bruge lige meget styrke i begge ben ved at være mere bevidst om den kraft du tilfører. Bemærk venligst at viste værdier ikke kan bruges til en diagnose. Ved spasmer og ufrivillige muskel-sammentrækninger, vil viste værdier være ukorrekte. Vi anbefaler afslapning af muskler ved passiv træning før du fortsætter med aktiv træning ved egen styrke.

Så snart "Symmetri" vises på skærmen, tryk da på knappen "hold display" (knappen længst ned til venstre) for at fastholde displayinformationerne og for at påbegynde symmetritræningen. Hvis du ønsker at ændre displayinformationerne igen, tryk da igen på den samme knap og du vil have afsluttet symmetritræningen.

Hvis displayet er låst på "Symmetri", og du holder op med at være aktiv – så vil "Passiv" vises i displayet. Så snart du begynder at cykle aktivt igen, vil symmetrifunktionen igen være aktiv.

Slut på træning

Hvis du trykker på den røde "start/stop" knap under træningen vil MOTOmed viva1 stoppe med at bevæge pedalerne. Pedalernes position vil bevares nogle minutter ved afslutningen af din træning. MOTOmed viva1 gå i standby mode når den kobles fra.

G: hastighed

For ændring af hastigheden, kan omdrejningshastigheden sænkes til én omdrejning pr. minut ved at trykke på knappen med "snegle"-ikonet. Ved tryk på "hare"-ikonet kan du accelerere antallet af omdrejninger til maksimalt 60 omdrejninger pr. minut.

Hastighed 23 rpm

Så snart hastigheden er ændret vil fjernkontrollens display vise antallet af omdrejninger i få sekunder.

H: Motor styrke

Du kan begrænse motor kraften (fra 2 – 17 Nm for bentræner og 2 – 9 Nm for armtræner) ved at trykke på knappen "Motorstyrke" .

Motor styrke 10 Nm

Ændring af motor styrke (= motor styrke begrænsning).

a: Mindske motorstyrken: hvis der er risiko for skade på knogler, sener, led eller ligamenter (fx i tilfælde af osteoporose, forkortning af sener, muskelkontrakturer) ved høj motor styrke, anbefales det af begrænse motor styrken før træningen.

b: Øge motorstyrken: Hvis du ikke er så mobil og den indstillede motor styrke er for lille til at bevæge dine ben. Du bør øge den øvre grænse for motor styrken hvis bevægelsen ikke er jævn eller hvis spasme kontrollen ændrer rotationsretning ca. 4 gange.

Med knappen "Motorstyrke" kan du indstille en ekstra grænse for den automatiske tilpasning af MOTOmed spasmekontrol.

I: Aktiv tilstand

Så snart du træner ved egen kraft vil MOTOmed viva1 automatisk gå i aktiv tilstand. Du kan begynde den aktive træning for hver bevægelse uden nogle indstillinger. Vælg en motor hastighed der gør det muligt at accelerere til indstillet hastighed ved egen kraft (f.eks. ca. 15 omdrejninger pr. minut).



Modstand: 6 Nm

Ved at trykke på aktiv knappen (lille eller stor vægt), vil du kunne indstille modstanden fra 1 til 12 Nm. I tilfælde af svage muskler kan du indstille modstand fra 1-4 Nm og i tilfælde af meget stærke muskler fra 4-12 Nm.



Max. Modstand

Du kan lave isokinetisk træning med maksimal modstand. MOTOmed viva1 er ikke programmeret til permanent aktiv træning med høj modstand. Overbelastning kan føre til beskadigelse.

Servocyklingsfunktion under aktiv træning: I tilfælde af at indstillet aktiv modstand er "1 Nm", vil servocyklingsfunktionen være meget følsom. Du kan nu ændre fra passiv til aktiv træning. Den laveste aktive impuls vil blive registreret, forstærkes og hastigheden kan accelereres mærkbart. Servocyklingsfunktion forstærker musklernes styrke. Det kan beskrives på samme måde som et forstørrelsesglas vil forstærke menneskets syn.

K: Træningsperiode

Tid-knapperne + eller - gør det mulighed for dig at indstille en nøjagtig træningsperiode. Du kan vælge op til maksimal 120 minutter.

A grey rounded rectangular button with a black border and a slight drop shadow, containing the text "Tid: 10 min" in bold black font.

Tid: 10 min

A grey rounded rectangular button with a black border and a slight drop shadow, containing the text "Kontinuerlig drift" in bold black font.

Kontinuerlig drift

Hvis du ikke ønsker at indstille en træningsperiode, kan du sætte perioden til 0 minutter (kontinuerlig). Nu vil MOTOmed viva1 køre kontinuerligt indtil du stopper manuelt.

C: start/stop arm (kun såfremt armtræner er installeret)

Du kan tænde og slukke for armtræner på knappen "Start/stop Armtræner."

Armtrænerens funktioner og betjening med fjernkontrollen er de samme som betjening af bentræneren (undtaget er indstigningshjælpen).

D: Frem/tilbage

A grey rounded rectangular button with a black border and a slight drop shadow, containing the text "Skift af retning" in bold black font.

Skift af retning

Du kan ændre retning af fodskålene med knappen "frem/tilbage"

Ved at trykke på knappen vil pedalerne langsomt stoppe, og efter en kort pause vil de accelerere langsomt i modsat retning indtil tidligere hastighed er nået. Dette kan afværge en evt. spasme.

E: Spasmekontrol

Ved at trykke på knappen "Spasmekontrol" kan du tænke eller slukke for Spasmekontrollen.

Tip: Spasmekontrol er aktiveret fra fabrikken. I nogle tilfælde anbefales det dog at slå den fra. Venligst rådfør dig med din læge eller terapeut før dette gøres eller kontakt din ProTerapi produktspecialist.

Spasme til

Spasme fra

Det nuværende valg er nu vist på displayet

Spasme fundet

Spasmekontrol – MOTOmed viva1 genkender din basis tonus i løbet af træningseancen. Spasmekontrollen tilpasses automatisk din basis muskel tonus med optimal følsomhed. Dette betyder ekstra sikkerhed for dig, specielt hvis din basis muskel tonus ændres under bevægelsestræning.

Hvis spasmekontrollen er aktiveret og en spasme opstår under træningen vil denne modstand automatisk blive opdaget . Motoren stopper skånsomt og pedalerne stopper.

Vigtigt: Nu vil Spasmekontrollen søge efter en bevægelsesretning i henhold til terapeutiske principper der kan løsne spasmen. Denne proces gentages indtil spasmen er løst gennem retnings skift.

Du kan indstille følsomheden for den automatiske spasmekontrol ved at trykke på knappen "Motorstyrke". "-" betyder at spasmekontrollen bliver mere følsom, "+" betyder at det skal en kraftigere spasme til før spasmekontrollen aktiveres. Dette betyder at den automatiske tilpasning ikke kan overskride den indstillede motorstyrkes værdi.

F: Træningsanalyse

Træningsanalyse

Efter endt træning, vil det automatisk komme en opsummering af den bevægelse eller det arbejde der er udført.

Tid: viser varigheden af træningsseancen.

Distance: viser den teoretiske distance i kilometer.

Tot.arbejde: Viser effekten af det aktive arbejde der er udført

Arbejde: Opsummerer arbejdet, svarende til energiforbruget i Kjoule.

St-tonus: Viser starttonus

Sn-tonus: Viser gennemsnitstonus

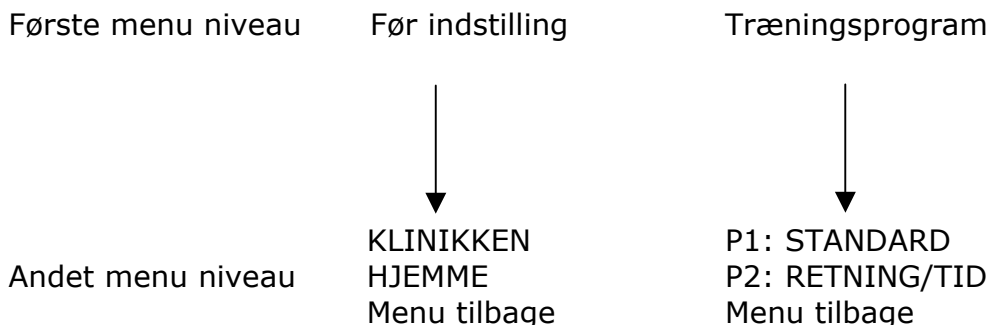
Sl: Viser sluttonus.

Træningsanalysen kan genkaldes ved at trykke på "Biofeedback". Dette kan gøres indtil en ny træningsseance er i gang.

M: Program

Gennem denne funktion vil du være i stand til at vælge indstillinger for forskellige individuelle behov, ved at bruge menu indstillingerne.

Menu struktur



Generel betjeningsguide

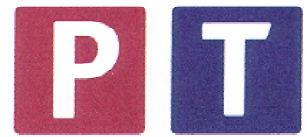


Mode

Programmer



Enter



Tryk én gang på knappen "mode". Dette er det første betjeningsniveau. Ved at trykke på denne knap igen, vil du ændre menu options (før indstilling og træningsprogram).

For at skifte til andet menu niveau, tryk da på "Enter" for ønsket menu option. Også på dette niveau kan du ændre de forskellige menu options ved at trykke på "mode" knappen. For at indstille en ny menu option, tryk da på "Enter" . Når dette er gjort vil det fremgå af displayet.

Indikationsstilen på displayet hjælper på den følgende måde: Menu options med store bogstaver kan indstilles eller ændres med "Enter" knappen. Hvis du trykker "Enter" knappen med menu punkter med små bogstaver kan du ændre menu niveau.

Du kan afbryde programmeringen til enhver tid ved at trykke på enhver knap.

Før indstillinger

KLINIKKEN

Indstil: tryk 1 x "mode", 2 x "Enter"

Med indstillingen KLINIKKEN vil MOTOmed viva1 starte med en kort opvarmningsfase. Samtidig vil brugerens mobilitet/fleksibilitet blive analyseret og enheden vil automatisk finde det antal af omdrejninger der er passende for brugeren. Brugeren kan ændre disse indstillinger til enhver tid.

HJEMME

Indstil: tryk 1 x "Mode", 1 x "Enter", 1 x "Mode", 1 x "Enter".

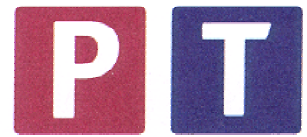
Denne indstilling gemmer sidste parametrene fra sidste træning og begynder næste seance med samme indstillinger. Du kan tænde eller slukke pedal bevægelser ved at trykke på én knap (rød funktionsknap: "start/stop"), uden at skulle indstille dine personlige parametre. Du kan selvfølgelig til enhver tid ændre disse indstillinger. Disse indstillinger er muligt for både arm- og bentræner.

Bemærk venligst:

Efter at have afbrudt på stikkontakten, vil alle data gå tabt.

Menu tilbage:

Ved at bekræfte dette display kan du gå tilbage til første menu niveau, til før indstillinger.



Træning (træningsprogrammer)

P1: STANDARD

Indstil: Tryk 2 x "Mode", 2 x "Enter"

Alle parametre (hastighed, grænse for motor styrke, tid indstilling osv.) kan indstilles individuelt på fjernkontrollen.

P2: RETNING/TID

Indstil: Tryk 2 x "Mode", 1 x "Enter", 1 x "Mode", 1 x "Enter"

Dette program ændrer automatisk rotationsretning hvert 3. minut.

Menu tilbage

Ved at bekræfte dette display kan du gå tilbage til første niveau af træningsprogrammer

Alle parametre (hastighed, grænse for motor styrke, tidsindstilling osv.) kan indstilles individuelt på fjernkontrollen efter dine behov.