

ELEXA HAND 72x72

Sotsu Medical Co., Ltd.

3-1-10-5F, Hakata-ku, Fukuoka-shi, Fukuoka Prefecture, Japan
Designed in Japan. Made in China.
©2025 SOTSU MEDICAL CO., LTD.

www.mytrex.es

Service clientèle de MYTREX Espagne et Portugal

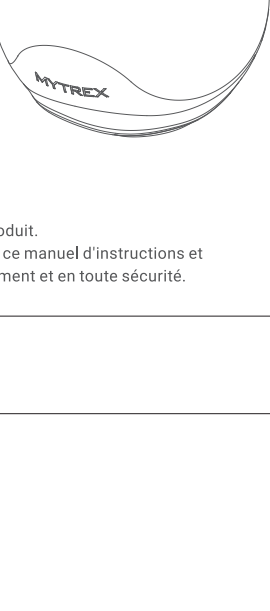
Du lundi au vendredi de 9h00 à 18h00

Produit distribué par : Innov8 Iberia S.L.
C/Olas Plaza, 2, 4, Sant Joan Despí, 08940 Barcelona
Service au client : tel: +34 93 43 474 95 92
e: info@innov8iberia.com

MYTREX

ELEXA HAND

Manuel d'instruction



Merci d'avoir acheté ce produit.

Veuillez lire attentivement ce manuel d'instructions et utiliser le produit correctement et en toute sécurité.

Précautions de sécurité

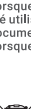
Cette section explique les précautions de sécurité importantes qui doivent être strictement respectées pour éviter tout dommage matériel à l'utilisateur ou à d'autres personnes, ainsi que tout dommage matériel.

À propos des étiquettes d'avertissement

Les symboles suivants sont utilisés pour indiquer la gravité des risques ou des dommages pouvant résulter d'une utilisation incorrecte :

 AVERTISSEMENT

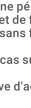
Indique un "risque de mort ou de blessure grave" en cas d'utilisation incorrecte du produit.

 ATTENTION

Indique un "risque de blessure mineure ou de dommage matériel" en cas d'utilisation incorrecte du produit.

 Interdit

Indique les actions qui sont strictement interdites.

 Obligatoire

Indique les actions "obligatoires" qui doivent être suivies à la lettre.

1

30

Spécifications du fabricant

Innov8 Iberia S.L. garantit ce produit pour une période de 3 ans dans toutes ses parties et contre tout défaut de fabrication et de fonctionnement à partir de la date de livraison au consommateur final et sans frais pour ce dernier.

La garantie ne sera pas valable dans les cas suivants :

Lorsque les données de garantie ou la preuve d'achat ne correspondent pas au produit.

Lorsque le produit a été utilisé dans des conditions autres que normales ou s'il a été utilisé sans tenir compte du manuel d'instructions qui accompagne le présent document de garantie.

Lorsque le produit a été ouvert ou modifié par un personnel non autorisé.

 Protection de l'environnement et élimination des déchets :

Les équipements électriques et électroniques (EEE) et les piles contiennent des matériaux, des composants et des substances qui peuvent être dangereux pour l'homme et l'environnement si l'élimination des déchets n'est pas effectuée correctement.

Les équipements électriques et électroniques et les piles doivent être marqués de ce symbole, ce qui signifie que ces produits ne peuvent pas être jetés avec les déchets ménagers ordinaires, mais doivent être séparés. À cette fin, toutes les villes ont mis en place des systèmes de collecte dans lesquels les équipements électriques et électroniques et les piles peuvent être remis gratuitement au centre de recyclage local ou à un autre type de système de collecte. Pour plus d'informations, veuillez contacter votre service technique local.

 AVERTISSEMENT

● Ne jamais utiliser ce produit en conjonction avec des dispositifs médicaux électroniques sans la mise au point des dispositifs médicaux électroniques par des personnes utilisant les dispositifs médicaux électroniques et ne laissez pas faire pendant que vous utilisez ce produit.

● Le non-respect de cette consigne peut entraîner des accidents ou des dysfonctionnements des dispositifs médicaux, susceptibles de provoquer des blessures corporelles graves.

● Dispositifs médicaux électroniques implantés, tels que les stimulateurs cardiaques.

● Dispositifs médicaux électroniques de maintien en vie, tels que les machines cardiopulmonaires artificielles.

● Dispositifs médicaux électroniques portables, tels que les électrocardiographes.

● Ne pas utiliser dans les cas suivants :

● Cela peut provoquer des accidents ou des problèmes de peau ou de corps.

● Personnes qui ne peuvent pas communiquer leurs intentions ou manipuler le produit de manière autonome.

● Personnes ayant subi une amputation ou susceptibles de l'être.

● Les personnes à qui un médecin a interdit de faire de l'exercice.

● Les personnes ayant des blessures ou des doigts sans vie.

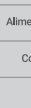
● Les personnes ayant des implants métalliques, tels que des vis.

● Les personnes ayant consommé de l'alcool.

● Les personnes qui ne peuvent pas lire la fièvre (38 °C ou plus).

29

2

 AVERTISSEMENT

● Ne pas utiliser dans les zones suivantes :

● Cela peut provoquer des accidents ou des problèmes de peau/corps.

● Zones autres que les mains et les doigts

● Zones présentant des muqueuses, telles que des plaies

● Zones ayant subi une chirurgie orthopédique

● Zones comportant des implants en métal, en plastique ou en silicone

● Ne le prenez pas si vous vous sentez mal, si vous êtes somnolent, si vous avez bu de l'alcool ou immédiatement après avoir mangé, en buvant, en fumant ou en conduisant. Cela pourrait provoquer des accidents ou des blessures.

● Ne pas utiliser le produit d'une autre manière que celle prescrite. Cela peut entraîner des accidents, des blessures ou des problèmes de santé.

● Ne laissez pas de métal entrer en contact avec le produit pendant son fonctionnement. Cela pourrait provoquer un choc électrique.

● N'utilisez pas, ne stockez pas et ne chargez pas le produit dans des salles de bains ou dans des endroits où il y a de l'humidité. Ne le placez pas non plus dans des endroits où il y a un risque d'être exposé à l'eau. Cela pourrait provoquer un choc électrique ou un incendie.

Capacité de charge maximale	30kg
Minuterie d'arrêt automatique	15 minutes
Environnement opérationnel	Température 5°C à 40°C, Humidité relative <80% RH
Pays de fabrication	Chine

*N'utilisez pas d'adaptateur d'une puissance supérieure à 2 A. (Utilisez un adaptateur secteur compatible USB disponible dans le commerce.)

Ce produit contient une batterie au lithium-ion. Lors de la mise au rebut de ce produit, veuillez respecter les réglementations locales en matière d'élimination des déchets.

 Recycle

3

28

Spécifications du produit

Marque	MYTREX
Nom du produit	ELEXA HAND
Numéro de modèle	MT-EH24B
Alimentation électrique nominale	DC5V / 1A(USB)
Consommation électrique	Environ 0,15 W
Batterie	Batterie Lithium-ion 350mAh, 3,7V
Adaptateur CA nominale	Adaptateur CA / port USB du PC, etc.
Adaptateur CA compatible	5V / 1A ou 5V / 2A*
Taille / Poids	Environ 46x67mm / 107g
Fréquence EMS	Environ 25Hz
Matériaux	Résine ABS, élastomère, TPU

 AVERTISSEMENT

● N'utilisez pas, ne stockez pas et ne chargez pas le produit dans des endroits exposés à la lumière directe du soleil ou à des températures élevées (à proximité d'un feu, d'une voiture sous un soleil brûlant, etc.). Cela pourrait provoquer un incendie, une surchauffe, des brûlures ou un dysfonctionnement.

● Ne pas stocker à la portée des nourissons ou des enfants et ne pas les laisser utiliser le produit. Ne pas utiliser sur des surfaces domestiques. Peut provoquer des accidents ou des blessures.

● Ne placez pas d'objets lourds sur l'appareil et ne le manipulez pas brutalement. Cela pourrait provoquer un choc électrique ou un incendie dû à un court-circuit.

● Ne rangez pas le produit dans des endroits instables. De même, ne laissez pas tomber le produit ou ses accessoires et ne les soumettez pas à des chocs violents. Vous risqueriez de vous blesser ou d'endommager le produit.

● Ne laissez pas de liquide, de métal, de corps étrangers ou de poussière adhérer aux ouvertures ou aux connecteurs de l'appareil et de ses accessoires. Cela pourrait provoquer des chocs électriques ou des incendies dus à des courts-circuits.

27

4

 AVERTISSEMENT

● Les personnes appartenant aux catégories suivantes doivent consulter un médecin avant d'utiliser le produit. Même si vous ne faites pas partie de ces catégories mais que vous avez des doutes sur l'utilisation du produit, veuillez consulter un médecin.

● Les personnes recevant un traitement dans un établissement médical.

● Les personnes souffrant de fatigue, de frissons, de fluctuations de la tension artérielle ou de faiblesse.

● Les personnes souffrant de lésions nerveuses ou d'une déficience sensorielle de la peau.

● Les personnes souffrant d'une déficience sensorielle due à des troubles circulatoires périphériques graves, tels que le diabète.

● Les personnes souffrant d'allergies.

● Les personnes souffrant de troubles oculaires tels que le glaucome, le décollement de la rétine ou la conjonctivite, ou des troubles auditifs tels que l'otite moyenne.

● Les personnes qui ont leurs règles.

● Les personnes souffrant de maladies de la peau (inflammations cutanées diverses, infections cutanées, irritations cutanées ou susceptibles aux ecchymoses).

● Cessez immédiatement l'utilisation si des douleurs ou des gênes telles que les symptômes suivants apparaissent pendant ou après l'utilisation. Si les symptômes persistent, consultez un médecin. Cela peut entraîner des accidents ou des problèmes de santé. Exemples : irritation de la peau, éruption cutanée, rougeur, démangeaison, brûlure, gonflement, prurit, engourdissement, palpitations, oppression thoracique, douleur corporelle ou autres anomalies physiques ou mentales.

● Pour les usagers novices ou les personnes âgées, commencez avec un niveau bas de EMS pendant un court laps de temps et augmentez progressivement le niveau à mesure que vous vous sentez à l'aise.

Comment nettoyer et stocker

Comment nettoyer

● Éteignez toujours l'appareil et débranchez le câble USB avant de le nettoyer.

● Ne jamais laver l'unité principale et le câble USB avec de l'eau.

● Essayez l'unité principale avec un chiffon doux et sec pour enlever la saleté.

Si la saleté est visible, trempez un chiffon doux dans un détergent neutre dilué dans de l'eau tiède, essorez-le bien et essuyez doucement la surface de l'unité principale.

● N'utilisez pas de solvants tels que l'alcool, le diluant ou le benzène. Cela pourrait entraîner des dysfonctionnements, des fissures ou des décolorations.

Comment stocker

● Lorsque l'appareil n'est pas utilisé, éteignez-le et débranchez le câble USB de l'adaptateur secteur ou d'une autre source d'alimentation avant de le ranger.

● Ne laissez pas le produit à proximité d'un feu, en plein soleil ou dans un environnement très humide, comme une salle de bain ou l'intérieur d'une voiture. Conservez l'appareil dans un endroit propre, bien ventilé, frais et sec.

● Conservez le produit hors de portée des enfants.

Si le produit n'est pas utilisé pendant une longue période, nettoyez l'unité principale, chargez-la complètement, puis rangez-la. En outre, faites fonctionner le produit une fois par mois et rechargez-le. S'il n'est pas rechargé pendant une longue période, il risque de ne plus pouvoir l'être.

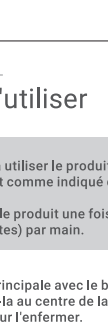
5

26

4

Appuyez sur le bouton d'alimentation (Off) et maintenez-le enfoncé pendant environ 2 secondes pour arrêter le fonctionnement pendant l'utilisation.

*Si environ 15 minutes s'écoulent ou si l'état d'arrêt de l'EMS (pas de stimulation) se prolonge pendant 1 minute, le produit s'éteint automatiquement.



Bouton d'arrêt

S'éteint automatiquement après 15 minutes ou Appuyer et maintenir enfoncé pour éteindre.

 AVERTISSEMENT

● Les personnes souffrant de maladies cardiaques, de troubles circulatoires, de diabète ou d'hypertension artérielle ou d'anomalies de la pression artérielle ou des vaisseaux sanguins (par exemple, les personnes ayant des antécédents d'accident vasculaire cérébral, d'infarctus, de maladies cardiaques, de thrombose, d'artérectomies, de diabète, d'insémination ou de varices).

● Les personnes souffrant de blessures, d'hématomes internes ou sujettes à des hémorragies internes.

● Les personnes présentant des anomalies osseuses telles que fractures, ostéoporose ou hernies.

● Les personnes souffrant de troubles respiratoires.

● Les personnes souffrant d'anomalies cardiaques ou nerveuses (telles que l'épilepsie).

● Les personnes souffrant de troubles fonctionnels.

● Les personnes atteintes de tumeurs malignes.

● Les personnes présentant des symptômes aigus de troubles des organes internes (gastrite, entérite, hépatite, etc.).

● Personnes souffrant d'entorses, de foulures ou de blessures similaires, contusions, coup de lapin, lésions de la colonne cervicale, arthrite rhumatoïde, arthrose, sténose spinale, hernie discale, goutte ou maladies aiguës (liées à la douleur).

25

6

 AVERTISSEMENT

● Les personnes qui suivent un traitement pour une maladie, qui ont des antécédents de maladie, qui ont subi une intervention chirurgicale.

● Les personnes souffrant d'engourdissement corporel

● Les personnes qui ont besoin de repos ou qui ont un handicap au niveau des membres.

● Sentiments d'inconfort ou anomalies corporelles.

● Les personnes ayant des tatouages à proximité du site d'utilisation.

● Cessez immédiatement l'utilisation si des douleurs ou des gênes telles que les symptômes suivants apparaissent pendant ou après l'utilisation. Si les symptômes persistent, consultez un médecin. Cela peut entraîner des accidents ou des problèmes de santé. Exemples : irritation de la peau, éruption cutanée, rougeur, démangeaison, brûlure, gonflement, prurit, engourdissement, palpitations, oppression thoracique, douleur corporelle ou autres anomalies physiques ou mentales.

● Pour les usagers novices ou les personnes âgées, commencez avec un niveau bas de EMS pendant un court laps de temps et augmentez progressivement le niveau à mesure que vous vous sentez à l'aise.

Comment utiliser

● Veillez à utiliser le produit d'une seule main, en le tenant comme indiqué dans ce manuel.

● Utilisez le produit une fois par jour (maximum 15 minutes) par main.

1

Placez l'unité principale avec le bouton de commande vers le haut et tenez-la au centre de la paume de votre main, en la saisissant pour l'enfermer.

● Pour plus de détails sur la poignée et chaque fonction, voir "Lire d'abord" (à partir de la page 19).



 AVERTISSEMENT

● Retirez tous les accessoires métalliques et conducteurs d'électricité du corps avant d'utiliser le produit. Il existe un risque de choc électrique.

● Vérifiez toujours que le produit n'est pas endommagé avant d'utiliser. Si vous détectez une anomalie, cessez immédiatement d'utiliser le produit et contactez le service clientèle.

● Pendant l'utilisation, ne laissez personne d'autre que l'utilisateur toucher les boutons de commande et veillez à ce que personne d'autre ne les touche. Cela pourrait provoquer des blessures ou des accidents liés à l'utilisation.

● Cessez d'utiliser le produit si l'unité principale ou les accessoires dégagent une odeur étrange ou une chaleur anormale. Cela pourrait provoquer des dommages ou un incendie.

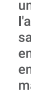
● Débranchez le câble USB de l'unité principale lorsque vous ne l'utilisez pas ou en cas d'urgence.

● En cas d'anomalie, éteignez immédiatement l'unité principale et débranchez le câble USB pendant la charge.

● N'utilisez pas le produit s'il se trouve dans un état anormal, tel qu'un dégagement de fumée, des bruits ou des odeurs étranges.

23

8

 AVERTISSEMENT

● Ne pas démonter, réparer ou modifier. Cela pourrait provoquer des blessures, des décolorations, des blessures ou un dysfonctionnement.

● N'édoulez pas l'unité principale et les accessoires avec de l'eau et ne les lavez pas avec de l'eau. Ne les touchez pas non plus avec des mains mouillées. Cela pourrait provoquer des chocs électriques, des courts-circuits, des brûlures et d'autres dangers.

● Ne pas manipuler avec des mains mouillées

Comment saisir



Saisir fermement comme si l'on pressait le silicone, pendant environ 3 secondes.

Conseil : il est plus efficace d'appliquer la force non seulement avec les mains, mais aussi avec les bras.

Desserrer la poignée pendant environ 3 secondes.

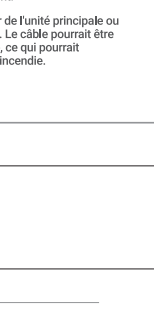
Répétez les étapes 1 et 2 pendant 1 à 2 minutes, dans une fourchette confortable.

9

22

Comment s'entraîner efficacement

Une fois que vous êtes habitué à la stimulation et à l'entraînement EMS, essayez ce qui suit.



Silicone

*Veillez à ne pas toucher la zone de conduction EMS uniquement du bout des doigts. Si la zone de contact entre la zone de conduction EMS et votre main est petite, le courant électrique peut ne pas circuler uniformément, ce qui peut provoquer une forte stimulation ou une douleur.

Si la stimulation EMS est trop douloureuse, diminuez le niveau EMS ou ajustez la position de manière à ce que la zone de conduction EMS ne touche que la paume de votre main, et non le bout de vos doigts.

 AVERTISSEMENT

● Les électrodes + et - sont disposées comme indiqué dans la figure ci-dessous dans la zone de conduction EMS (figure 1).

Lorsque les électrodes + et - entrent simultanément en contact avec la peau, l'électricité circule. En pressant les deux côtés de la zone de conduction EMS contre la paume de la main, on obtient une conduction efficace (figure 2). Si seule la zone de la zone de conduction EMS, ou si la zone de contact est petite, le courant électrique peut ne pas circuler uniformément, ce qui peut provoquer une forte stimulation ou une douleur. En outre, pendant l'utilisation, tenez toujours le produit d'une seule main et évitez d'utiliser les deux mains ou de toucher la main en cours d'utilisation.

(Figure 1) (Figure 2)

● Après l'utilisation de ce produit, la peau peut temporairement rougir en raison de la stimulation.

Cela disparaîtra avec le temps et n'est pas un problème. Si les symptômes ne s'améliorent pas, consultez un spécialiste.

11

20

ELEXA HAND

Lire d'abord ceci

À propos d'EMS

L'EMS (Electrical Muscle Stimulation) permet de stimuler les muscles de la main à l'aide de courants électriques.

Les niveaux d'EMS peuvent être sélectionnés parmi 5 niveaux.

Immédiatement après le début de l'utilisation ou pour les personnes à la peau sensible, il est recommandé de commencer par un niveau d'EMS inférieur et d'augmenter progressivement le niveau au fur et à mesure que la tolérance s'améliore.

● La stimulation EMS nécessite de l'humidité, comme l'eau.

Si le peau est sèche, il peut être difficile de sentir la stimulation EMS. Dans ce cas, humidifiez votre main avec de l'eau et essuyez l'excès d'humidité avant l'utilisation. Ne l'utilisez pas avec des mains mouillées. N'appliquez pas non plus de crème pour les mains ou tout autre produit hydratant avant l'utilisation. La sensation de la stimulation EMS peut varier d'une personne à l'autre.

● Retirez les accessoires (tels que bagues et bracelets, etc.) avant l'utilisation. Il y a un risque de choc important, de blessure ou de dommage.

 AVERTISSEMENT

● Utilisez uniquement le câble USB fourni. Ne l'utilisez pas avec d'autres produits. Cela pourrait entraîner des dysfonctionnements ou des accidents.

● Lors de l'utilisation, veillez à bien tenir le produit avant de l'allumer. Après utilisation, éteignez toujours l'appareil et posez-le. Il existe un risque de choc violent.

● Nettoyez régulièrement l'unité principale et les accessoires en éliminant tout débris. L'accumulation de poussière ou de saleté peut entraîner une détérioration ou un dysfonctionnement. Lors de votre utilisation, veillez à ce que la zone de conduction EMS ne soit pas souillée, car cela peut entraîner une dégradation des pièces.

19

12

Contenu de l'emballage

S'il manque des articles dans les colis, veuillez contacter le service clientèle.

Unité principale	ELEXA HAND	1 unité
Accessoires	Câble USB	1 unité
	Manuel d'instruction	1 unité

*Les illustrations de ce manuel sont fournies à titre indicatif uniquement et peuvent différer du produit réel.

*Les conceptions et les spécifications peuvent être modifiées sans préavis.

*Ce produit n'est pas un dispositif médical.

 Connecteur de charge Micro B

 Couvercle en caoutchouc

 Connecteur Type A

 Port USB

 Adaptateur AC (vendu séparément)

 Câble de charge USB (inclus)

3

Lorsque la charge est terminée, débranchez le câble USB.

*Pendant la charge, les voyants d'état clignotent et s'allument séquentiellement. Lorsque tous les voyants sont allumés, la charge est terminée.

*Après le chargement, débranchez le câble USB de l'unité principale et fermez le couvercle en caoutchouc du port de chargement.

A propos de la batterie

● Si le temps d'utilisation est extrêmement court même après la charge, il se peut que la batterie ait atteint la fin de sa durée de vie utile. (La durée de vie de la batterie peut varier en fonction des conditions d'utilisation et de stockage. Le nombre de cycles de charge/décharge est de 300 à 500.)

● La batterie n'est pas remplaçable.

13

18

1

Ouvrez le couvercle en caoutchouc du port de charge situé sur la surface inférieure de l'unité principale et branchez le connecteur Micro B du câble de charge USB fourni.

*Assurez-vous que les formes des connecteurs correspondent avant de les insérer.

*Ne pas tirer fort sur le couvercle en caoutchouc.

2

Branchez le connecteur de type A du câble USB sur le port USB de votre adaptateur secteur ou d'une autre source d'alimentation.

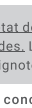
*Utilisez le port USB d'un ordinateur, la batterie d'un téléphone portable ou un adaptateur secteur disponible dans le commerce (5V/1A ou 5V/2A) pour l'alimentation électrique. N'utilisez pas d'adaptateur AC ou d'une puissance supérieure à 2 A. Évitez d'utiliser un chargeur rapide, car il peut entraîner des dysfonctionnements.

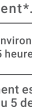
*Certains ordinateurs, batteries de téléphone portable ou adaptateurs secteur peuvent ne pas être compatibles avec le chargement.

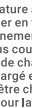
*L'unité principale ne peut pas être allumée pendant la charge.

Noms des pièces

Unité principale

 Boutons de commande

 Silicone



Surface inférieure

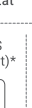
 Port de charge

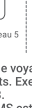


Boutons de commande

Bouton d'alimentation

Appuyez sur la touche et maintenez-la enfoncée pour l'allumer.

 On

 Off

+ bouton

+ bouton

Voyants d'état

Indicateur de niveau EMS (pendant le fonctionnement)*

Indication du niveau de la batterie (pendant la charge)

 Niveau 1

 Niveau 2

 Niveau 3

 Niveau 4

 Niveau 5

*En cours de fonctionnement, le voyant d'état affiche le niveau EMS (pendant le fonctionnement). Exemple : si trois voyants sont allumés, le niveau d'EMS est au niveau 3.

*Si un voyant d'état n'est pas allumé (pas de stimulation).

AVANT utilisation (Comment charger)

Lors de la première utilisation du produit ou lorsque le niveau de charge est faible, éteignez le produit avant de le recharger.

● Lorsque le niveau de la batterie est faible

Tous les voyants d'état doivent clignoter 5 minutes après le début du clignotement.

● Lignes directrices concernant les temps de chargement et de fonctionnement*

Temps de charge	2,5 heures	Durée de fonctionnement	Environ 68 heures
-----------------	------------	-------------------------	-------------------

*La durée de fonctionnement est une estimation basée sur l'utilisation du niveau 1 de l'EMS. Avec le niveau 5 de l'EMS, l'appareil peut être utilisé pendant environ 21 heures (à une température ambiante de 25 °C). Les durées de charge et d'utilisation peuvent varier en fonction du niveau de la batterie, des conditions de charge et de l'environnement d'utilisation. Veuillez noter que la durée d'utilisation peut être plus courte à des températures inférieures à 10 °C.

*La plage de température de charge recommandée est comprise entre 15 °C et 35 °C. Si le produit est chargé en dehors de cette plage, le temps de charge peut être prolongé ou ne pas être chargé du tout.

*Si le produit est chargé pour la première fois ou après une longue période d'inactivité, la durée de vie de la batterie peut être plus courte. Si il est rechargé et utilisé plusieurs fois, le fonctionnement normal sera rétabli.

15

16