

Viberect X3



BRUKERVEILEDNING

Viberect X3

Batteridrevet vibrator for menn

Brukerveiledning



Introduksjon

Viberect® er en håndholdt terapeutisk vibrator til bruk for penisereksjon ved erektil dysfunksjon (ED) og ejakulasjon. Vibrasjonsstimulering av penis er en enkel og ikke-invasiv metode for å stimulere nerver på lik linje med samleie eller manuell stimulering av penis, noe som aktiviserer nervemottakere i hudoverflaten på penis. Disse nervene kommuniserer med seksuelle sentra i hjernen og ryggmargen. Aktivisering og oppstart av seksuelle reflekser fra Viberect hjelper til å fremkalle penisereksjon og fasthet. Utstyret er utformet av urologer som har spesialisert seg på seksuell dysfunksjon for at menn skal kunne ha nytte av denne behandlingen i avslappende omgivelser hjemme.

Batteri

Batteriet i din Viberect® har ikke blitt ladet før levering. Det tar ca. 6-8 timer å lade batteriet til full kapasitet. Den røde batteriindikatoren slukkes når batteriet er fullt oppladet. For å sikre at utstyret alltid er klart, anbefaler vi at du lader igjen etter bruk. Ikke la utstyret stå til lading i mer enn 8 timer. Fullt oppladet batteri yter ca. 30 minutter med vibrering på medium styrke. Det tar ca. 6-8 timer å lade opp igjen et utladet batteri. **Sjekk at vibratoren er slått av før du lader den opp igjen.** La vibratoren ligge på siden under lading slik at tyngdekraften ikke gjør at de to armene kommer i kontakt med hverandre, noe som kan starte vibratoren. Bruk kun laderen som hører til vibratoren. **Ikke bruk utstyret mens det lader.**

Forsiktighetsregler

Viberec[®] er medisinsk utstyr kun til personlig bruk. Utstyret skal aldri deles på grunn av øket risiko for seksuelt overførbare sykdommer og infeksjoner.

Viberec[®] skal ikke brukes på hovne eller betente områder eller ved sprekker/sår i huden.

Viberec[®] skal ikke brukes lenger enn 10 minutter daglig for å unngå hudskader. Overbruk kan føre til hudirritasjoner og forbigående nummenhet.

Vibrasjonsstimulering kan forårsake overfladiske hudskader som bloduttredelser, småblødninger eller overfladiske gnagsår. Dersom noe av dette oppstår, avslutt vibrasjonen og oppsøk din lege. Ikke legg vibratoren i noen form for væske eller bruk den i våtrom. Hvis brukeren er ryggmargskadet, kan det oppstå autonom dysrefleksi (blodtrykksøkning, svette, hodepine) som et resultat av vibrasjonen. Hvis det skjer, avslutt behandlingen umiddelbart.

Hvis skaden din er over T6 spinal nivå, må du følge legens instruksjoner nøye for å unngå autonom dysrefleksi.

Autonom dysrefleksi oppleves som en brå, dunkende hodepine og en rask blodtrykksøkning som følge av overaktivitet i det autonome nervesystemet. Hvis spinalskaden din er over T6, kan kroppen ha mistet evnen til å kontrollere blodtrykket automatisk. Det anbefales at minst to vibrasjonsbehandlinger utføres i kliniske omgivelser før du bruker Viberec hjemme.

Viberec X3 – vibrator for menn

Advarsel

Hvis Viberec® forårsaker ereksjon som varer i mer enn 4 timer etter bruk av utstyret, oppsøk fastlege eller legevakt umiddelbart da dette kan dreie seg om **priapisme**, en tilstand som krever rask behandling. Unngå bruk av Viberec® ved temperaturer over 35C°.



Tilbehør og utskiftbare deler

1. Myke pads (inkludert) er utskiftbare og avtakbare. Nye pads kan bestilles og leveres i par.
2. Batterilader

Kontrollpanel

1. PÅ/AV knapp på panelet

Utstyret slås på og av ved å trykke på denne knappen på panelet. Hold knappen inne i 3 sekunder for å slå av.



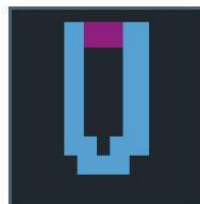
2. Frekvenskontroll

Ved å trykke på + eller – knappene på panelet styrer du ønsket frekvens fra 70Hz til maksimum 110 Hz. Blå LED lys indikerer 5Hz økning fra venstre mot høyre.



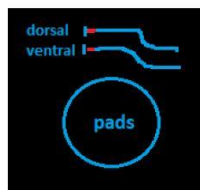
3. Batteriindikator

Et rødt LED lys viser at Viberect trenger opplading. Hvis ikke det lyser, har utstyret nok batterikapasitet til å brukes.



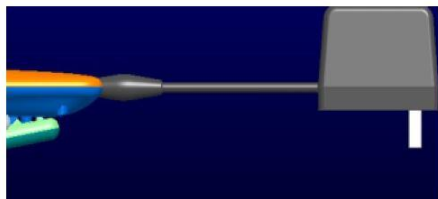
4. Putemodus knapp og indikator

Utstyret kan brukes på 3 områder: 1.vibrere kun oppsiden av penis (dorsal), 2. vibrere kun undersiden av penis (ventral), 3.vibrere begge sider (anbefalt for maksimal seksuell respons). Man kan enkelt bytte modus mens apparatet er på ved å trykke på putemodusknappen en gang, to ganger eller tre ganger for ønsket modus. LED lyset vil indikere modus.



5. Laderinngang

Du finner laderinngangen på baksiden av apparatet.



STEG FOR STEG INSTRUKSJON FOR Å FREMKALLE EREKSJON

Omtrentlig stimuleringsstid: 3-10 minutter

FOR OPTIMAL SEKSUELL RESPONS ER DET VIKTIG AT DU FØLGER INSTRUKSJONEN. DET KAN VÆRE NØDVENDIG MED FLERE BEHANDLINGER FØR DU LÆRER HVORDAN DU SKAL OPPNÅ FULL EFFEKT AV DITT VIBERECT® APPARAT.

STEG 1:

Velg et rolig, privat rom i ditt eget hjem, gjerne med dempet belysning. Soverommet er ideelt. Stående stilling er mest effektiv – du kan også sitte eller ligge.

STEG 2:

For best mulig resultat, anbefaler vi at du er så avslappet som mulig og fokuserer på seksuelle minner/fantasier eller bruker apparatet som en del av seksuelt forspill. Husk at det er vanskelig å oppnå en ereksjon hvis du er engstelig eller utålmodig.

STEG 3:

Avdekk penis og unngå at undertøy hindrer blodstrømmen. Hvis du ikke er omskåret, trekk forhuden tilbake slik at selve penishodet er synlig og de overfladiske nerveendingene her kan eksponeres for vibrasjonsstimuleringen.

Nå kan du gjøre følgende øvelse!

Brukerveiledning

- A.** Ta tak i penishodet med pekefinger og tommel; grepet ditt skal kun være på selve hodet og ikke lenger ned på ringen under penishodet (corona).



A

- B.** Strekk penis forsiktig opp til den når sin normale grense som vist i Fig B1. Strekk og slipp uten å miste grepet rundt penishodet. Etter flere strekk/slipp, hver med varighet i 2-3 sekunder, kan du føle at penis og bekkenmusklene trekker seg raskt sammen og gir en liten motstand som varer ca. 0,5 sekunder etter hvert strekk. Ikke overstrekk; du skal strekke til din normale erigerte lengde.

**STREKK....SLIPP.... STREKK....SLIPP....
...STREKK.... SLIPP.... (B1-B2).**



B1



B2

Viberect X3 – vibrator for menn

- C.** Denne strekkrefleksen er en helt normal og smertefri kropprefleks som kalles **bulbocavernosus refleks**. Idet du strekker penis til sin yttergrense, trekker den seg raskt tilbake. Denne bevegelsen er forårsaket av en reflekssammentrekning av bekkenmuskulaturen, inkludert lukkemuskulaturen rundt endetarmsåpningen og urinrøret. Mange trenger å gjenta øvelsen flere ganger for å lære teknikken.
- D.** Når du har lært deg teknikken, strekker du penis til sin normale lengde og slipper for å fremkalle refleksen flere ganger med 2-3- sekunders mellomrom. Dette er ikke en gniing av penis, men forsiktige strekk/slipp. Utfør dette i 2-3 minutter med 2-3 sekunders mellomrom. Så snart du utfører teknikken riktig, kan du forvente gradvis oppfylling av penis, spesielt i penishodet, samt fasthet i penis.

STEG 4:

Hold apparatet i din dominerende hånd, som vist under på bildet. Du kan bruke litt glidemiddel hvis du ønsker det.

STEG 5:

Slå på apparatet ved å trykke inn PÅ knappen. Apparatet er klart til bruk, men vil ikke gi noen vibrasjon før du kniper de to armene sammen med



hånden. **For å fremkalle ereksjon, start med en frekvens på 70-75 Hz (1-2 lys).**

STEG 6:

Hold penis forsiktig utstrukket ved hjelp av apparatet mens du stimulerer. Legg et økende press mot begge håndtakene og apparatet aktiveres.



STEG 7:

Skap kontakt mellom vibrasjonsputene og overflaten av utstrukket penis på begge sider. Fokuser på penishodet. Hold din penis utstrukket. Viberect® vil nå stimulere penis. Du kan øke trykket og følelsen ved å plassere hånd og grep nærmere den vibrerende delen av apparatet. Finn det stedet på penis som er mest følsomt for vibrering og bruk apparatet der. Du kan også simulere samleiebevegelser under stimuleringen.

Vær varsom med å trykke håndtakene for hardt sammen da dette kan skade apparatet eller penis.



STEG 8:

I løpet av stimuleringen kan du velge om du vil øke intensiteten ved å trykke på frekvensknappen

Viberec X3 – vibrator for menn

med den tommelen som holder det øverste håndtaket.

Start med den laveste frekvensen. Du kan også endre modus fra A (oppsiden), B(undersiden) eller C (begge sider).

STEG 9:

Hvis følelsen er for intens eller du ønsker å stoppe apparatet omgående, kan du enkelt løse grepet ditt og apparatet stopper med en gang. Du kan også redusere intensiteten ved å senke frekvensen.

STEG 10:

Fortsett med å stimulere skaftet og hodet på penis. **Fokuser mest på penishodet.** Hvis du opplever et område som er spesielt følsomt, hold apparatet der i ca. 3-10 minutter avhengig av kropp og situasjon. **Det er viktig at du slapper av så godt som mulig og fokuserer på seksuelle tanker. Seksuelle reflekser og nervebaner fungerer ikke i en anstrengte omgivelser.** Prosessen tar flere minutter og er IKKE umiddelbar! Du kan føle at penis sakte fylles med blod og blir fastere. Apparatet åpner seg gradvis for å gi plass til en mer erigert penis.

STEG 11:

Du kan enkelt deaktivere apparatet ved enten å slå det av eller bare slippe håndgrepet eller håndtrykket. Trykk på AV knappen i 3 sekunder og apparatet slår seg av. Når du har oppnådd optimal fasthet, slipp trykket og legg vekk apparatet. Nå kan du starte samleie ereksjonen er tilfredsstillende.

MERK: Ikke alle menn responderer på Viberec stimulering i starten. Det kan ta flere ganger før du blir komfortabel med å bruke apparatet.

Brukerveiledning til bruk for ejakulasjon ved ryggmargsskader:

Følgende innstillinger anbefales:

Frekvens: 100 Hz

Amplitude: 3 mm (konstant)

Innta en behagelig stilling før du slår på apparatet. Prøv å ligge på en fast madrass, en massasjebenk eller eventuelt på gulvet.

Fortsett vibrasjonen til ejakulering skjer eller maksimalt i 3 minutter etterfulgt av en pause på 1 minutt. Snakk med legen din dersom du ønsker flere anbefalinger om andre innstillinger.

Refleksbuen kan bli utmattet hvis du vibrerer med høy amplitude mer enn 1-2 ganger hver 7-10 dager eller i mer enn 3-5 minutter uten å hvile mellom hvert forsøk.

Graden av vellykkethet øker betydelig hvis stimuleringen utføres på penishodet av helsepersonell ved fertilitetsklinikken eller en øvet partner. Hold mot penishodet på høyeste innstilling i 2 minutter etterfulgt av hvile i 2 minutter, deretter stimulering i 2 minutter. Ha en steril kopp klar for å samle opp sædprøve.

TIPS TIL VELLYKKET EJAKULERING FOR MENN MED RYGGMARGSSKADER

Skrevet av David Buck, tennissvinner og talsperson for ryggmargsskadde:

«Jeg har brukt penilt vibrasjonssystem (PVS) for ejakulasjon i over 16 år. Når vi bruker penile vibrasjonssystemer ved ryggmargsskade, hjerneskade, slag eller MS, er det viktig at vi forstår hvordan vi reagerer på vibrasjonsstimulering. Vi kan bare ha vellykkete ejakuleringer med Viberec X3 en til to ganger per uke. Refleksbuen kan bli utmattet hvis du vibrerer med høy amplitude (intensitet) mer enn 1-2 ganger hver 7-10 dager eller i mer enn 3-5 minutter uten å hvile mellom hvert forsøk.

Når formålet med PVS er befruktning eller å samle sæd til fremtidig befruktning, anbefaler jeg alltid at du tar 10 hele dager fri fra all vibrasjonsstimulering for å sikre et positivt resultat den dagen din partner har eggøsning eller den dagen legene samler sæd.

Før du bruker PVS bør du alltid være så avslappet som mulig og i en stilling som utløser spastisitet i bena. Hvis du ikke er mobil eller bruker rullestol daglig, er den beste posisjonen å ligge flatt på ryggen slik at hoftebøyerne strekker seg ut. Hvis partneren din stimulerer hoftebøyerne med massasje mens du bruker PVS, kan det også hjelpe til å utløse spastisitet og gjøre deg mer følsom for PVS. Du kan i tillegg be partner om å dra fotbladet opp og strekke achillessenen for å utløse spastisitet mens du gjør PVS.

Hvis du bruker spasmedempende medisiner kan det påvirke din evne til vellykket ejakulering. Velg den tiden på dagen der kroppen din er minst påvirket av

spasmedempende medisin. I noen tilfeller kan medikamentnivået være for høyt til å oppnå resultater, uansett hvilken tid på døgnet der er.

Du bør alltid konsultere din lege først og hvis legen godkjenner redusert dose eller at du står over en dose, kan dette bety forskjellen mellom en vellykket og en manglende ejakulering. Kliniske studier viser at spastisitet kan minskes eller elimineres fra 2 til 24 timer etter hvert bruk. Dette er grunnen til at vi trenger nødvendig hvile mellom hvert forsøk på ejakulering med PVS.

Hvis du fortsatt ikke får det til, kan underlaget du ligger på være for mykt. Prøv derfor å ligge på en fast madrass, en massasjebenk eller eventuelt på gulvet. Du kan eventuelt plassere en hard skum pute eller lignende under setet for å strekke hofteløyerne mer enn 180 grader for å hjelpe kroppen til å bli mer spastisk.

PVS virker på en helt slapp penis og i noen tilfeller kan den virke bedre på slapp enn erigert penis. Etter en vellykket ejakulering kan vi ha så mye som 1 teskje sæd igjen i urinrøret og kan oppnå befruktning ved normalt samleie. Alternativt kan vår partner via vaginal eller oral sex utløse kontinuerlig ejakulering.»

Rengjøring

For å sikre at din Viberect® alltid er klar til bruk, anbefaler vi at du rengjør både de vibrerende putene og hele overflaten, samt lader batteriet etter hvert bruk.

Tørk utsiden av vibratoren med en tørr klut eller bruk litt desinfeksjonsmiddel. Ikke legg Viberect i noen form for væske.

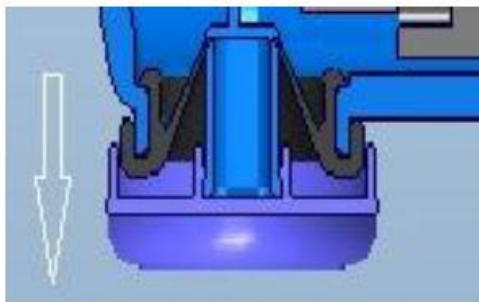
Det er viktig å rengjøre putene og apparatet for rester av krem og fuktighet etter hvert bruk med en ren tørr klut og tørke av med litt desinfeksjonsmiddel.

Fjerne og erstatte Viberect® myke puter

Dersom de myke putene på din Viberect viser tegn til slitasje, må de erstattes umiddelbart. Se spesielt etter tegn til slitasje på putens overflate og sjekk at formen på puteplatene er

intakt. Du trekker enkelt hver pute rett ut fra puteholderne på apparat som vist på bildet under. Plasser nye puter ved å feste de på puteholderne. Sjekk at apparatet er AV

når du erstatter puter. Kast gamle puter i en lukket søppelbeholder. Ekstra puter kan kjøpes i nettbutikken på www.quintet.no eller ved å ringe 55 98 15 55.



Brukerveiledning

Viberect X3 – vibrator for menn

Bruerveiledning

Viberect X3 – vibrator for menn

Kundeservice

Vi er glade for alle henvendelser vedrørende Viberect X3 – vibrator for menn, og vil gjerne hjelpe deg på beste måte. Ta derfor gjerne direkte kontakt med oss i Quintet AS.

Postadresse Postboks 97 Bønes, 5849 Bergen

Besøksadresse Fjellsdalen 1, 5155 Bønes

Telefon 55 98 15 55

Telefaks 55 98 15 56

E-post post@quintet.no

Hjemmeside www.quintet.no

Ved behov for forbruksmateriell, problemer med systemet eller råd, send en e-post til **post@quintet.no**.

Besøk vår hjemmeside **www.quintet.no** eller ring oss på 55 98 15 55.

Quintet AS har siden start i 1999 arbeidet for å tilby kvalitetsprodukter, faglig kompetanse og god veiledning og service. Vi er Miljøfyrtårnsertifisert, som betyr at vi har gjennomgått en miljøanalyse og oppfylt definerte bransjekrav. Dette er et norsk, offentlig sertifikat støttet av Miljøverndep. Våre produkter er CE-godkjente, som betyr at de overholder kravene i EU/EØS sine direktiver til sikkerhet og helse og kan markedsføres og brukes innen dette området.



Bruerveiledning

Quintet AS spesialiserer seg på hjelpemidler for inkontinens, bekkenbunnstrening, smertelindring, muskelrehabilitering og seksuell helse. Les gjerne mer på **www.quintet.no**



Quintet AS Postboks 97 Bønes, 5849 Bergen.
Tlf.: (+47) 55 98 15 55. Faks: (+47) 55 98 15 56.
E-post: post@quintet.no. Hjemmeside: www.quintet.no