

# Guide utilisateur

## Kranus Edera

Ce guide utilisateur a pour but d'assurer une utilisation sûre de Kranus Edera. Veuillez lire attentivement ces informations et suivre les instructions qui y figurent. En outre, l'équipe d'assistance Kranus se tient à votre disposition pour toute demande aux heures de service indiquées sur [www.kranushealth.com](http://www.kranushealth.com).

### Objectif

Le programme Kranus Edera est destiné à l'auto-traitement des patients souffrant de dysfonction érectile d'étiologies diverses. Il se compose d'un entraînement cardiovasculaire, d'exercices du plancher pelvien et d'un soutien psychologique/de sexothérapie.

Les exercices dirigés effectués dans le cadre du programme Kranus Edera sont déterminés par les patients eux-mêmes.

Kranus Edera n'est pas destiné à remplacer les traitements par des prestataires de soins de santé ou à fournir des informations pour la prise de décisions diagnostiques ou thérapeutiques.

### Mode de fonctionnement

Kranus Edera est une application destinée à traiter la dysfonction érectile.

Kranus Edera comprend des sessions d'exercices dirigées qui se déroulent dans l'environnement choisi par l'utilisateur, par exemple au domicile de l'utilisateur. Les utilisateurs passent environ 1,5 à 2,5 heures par semaine sur le programme. L'utilisation via des applications mobiles (iOS et Android) est possible. Pour les exercices de plancher pelvien de base, Kranus Edera est utilisé pendant l'exercice pour afficher un compte à rebours en fonction du temps passé/du programme. Lors

des séances de physiothérapie, Kranus Edera est utilisé pendant l'exercice pour afficher des contenus vidéo guidés. Lors de l'entraînement cardiovasculaire, Kranus Edera est utilisé pour enregistrer les séances d'entraînement et indiquer le temps restant de la séance d'entraînement. Pour les exercices mentaux, l'application est utilisée pour écouter des exercices audios.

Le traitement des données à caractère personnel est conforme au règlement général sur la protection des données (RGPD) de l'UE. Vous trouverez de plus amples informations sur la protection des données dans la politique de confidentialité, à l'adresse <https://www.kranushealth.com/fr/politique-confidentialite-app/>.

### Conditions d'utilisation

Vous avez besoin d'un smartphone ou d'une tablette utilisant le système d'exploitation Android ou iOS d'Apple. Les versions de système d'exploitation prises en charge sont indiquées sur notre site Internet, à l'adresse <https://www.kranushealth.com/fr/compatibilite/>. Vous aurez également besoin d'une adresse e-mail pour vous inscrire au programme.

Vous n'avez pas besoin de connaissances informatiques particulières pour utiliser le programme.

### Population de patients

- Hommes âgés de plus de 18 ans
- Diagnostic de dysfonction érectile

### Quand ne faut-il pas utiliser Kranus Edera (contre-indications) ?



Si l'utilisateur présente les critères d'exclusion suivants, l'utilisation de Kranus Edera est à éviter.



1. Contre-indications absolues avec CIM (Classification Internationale des Maladies) :
  - Crises d'angine de poitrine (I20.0 Angor instable)
  - Patient ayant subi un infarctus du myocarde (I25.20 Infarctus du myocarde ancien : survenu entre 29 jours et moins de 4 mois plus tôt)
  - Insuffisance cardiaque (I50.13, I50.14 Dysfonction ventriculaire gauche ou insuffisance cardiaque NYHA III-IV)
  - Arythmies cardiaques (I49 Arythmies cardiaques à risque élevé)
  - Atteintes valvulaires (I08 Valvulopathies sévères)
  - Infarctus aigu du myocarde (I21) ou infarctus cérébral (I63) au cours des 6 dernières semaines
2. Critères d'exclusion absolus sans CIM :
  - Incapacité de participer physiquement au programme
  - Âge inférieur à 18 ans
3. Critères d'exclusion relatifs avec CIM :
  - - Pression artérielle supérieure à 170/100 mmHg (I10 Hypertension)
  - - Maladies du muscle cardiaque (I42 Myocardiopathies)
4. Contre-indications relatives sans CIM :
  - Aucune

### Fréquence d'utilisation

En fonction de l'activité à effectuer, la fréquence d'utilisation varie entre des exercices à effectuer quotidiennement à plusieurs fois par semaine. Au total, une durée d'utilisation hebdomadaire de 1 à 2,5 heures est à prévoir.

### Âge minimum

L'âge minimum pour utiliser Kranus Edera est de 18 ans. Aucune donnée n'est disponible pour les patients de moins de 18 ans.

### Consignes de sécurité et effets secondaires

Si votre état s'aggrave soudainement, contactez votre médecin.

L'effet thérapeutique de Kranus Edera dépend de différences individuelles. Il est donc possible que, malgré votre participation, vous n'obteniez pas d'effet thérapeutique.

Tout incident grave survenu en lien avec le produit doit être signalé au fabricant et à l'autorité régionale compétente. Kranus Edera propose un formulaire à cet effet, dans les paramètres de l'application.

Vous trouverez d'autres moyens de nous contacter dans les mentions légales de Kranus Edera, dans la rubrique « Mentions légales et protection des données » de la section « Compte » de l'application, ou sur la page d'accueil de Kranus Health.

Aucune interaction n'est connue à ce jour.

### Informations en cas d'urgence

Kranus Edera n'est pas destiné à traiter les cas d'urgence. En cas d'urgence, veuillez contacter votre médecin traitant ou composer un numéro d'urgence valide dans votre pays.

#### France

SAMU 15

Police 17

Pompiers 18

Urgence et secours européen 112

### Fabricant

Kranus Health GmbH

Westenriederstr. 10

80331 Munich

[www.kranushealth.com](http://www.kranushealth.com)



### Version du logiciel

Vous pouvez consulter la version actuelle du logiciel de Kranus Edera dans la rubrique « À propos de Kranus Edera ».

### Date de dernière mise à jour des informations

08/01/2024

### Informations complémentaires

Pour toute question technique, vous pouvez contacter l'équipe d'assistance Kranus. Nous nous ferons un plaisir de vous aider par téléphone ou par e-mail, à l'adresse [support@kranus.fr](mailto:support@kranus.fr). Si vous souhaitez recevoir ce guide utilisateur en version papier, veuillez nous envoyer un e-mail avec votre adresse postale à l'adresse e-mail ci-dessus. Nous vous enverrons une version papier dans un délai de sept jours ouvrables.



\_\_\_\_\_

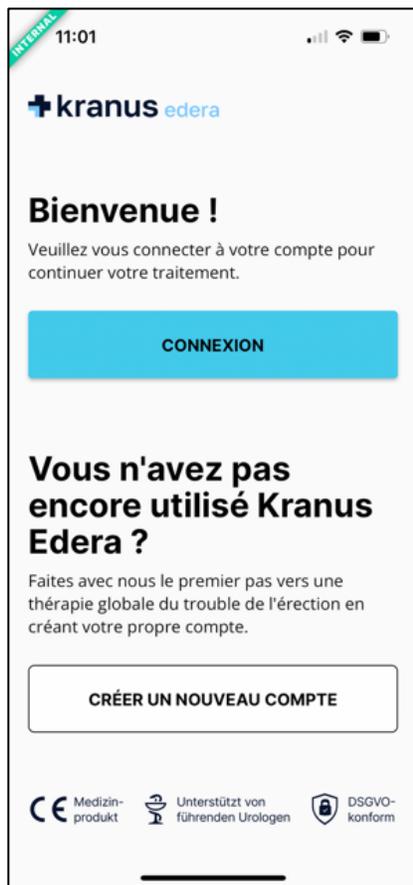
\_\_\_\_\_

Symbole	Explication
	Kranus Edera est un dispositif médical conforme à la règle 11 de l'annexe VIII du règlement européen 2017/745 (MDR).

	Fabricant du dispositif médical.
	Se référer au guide utilisateur.
	Date de publication de la version actuelle.
	Code de référence du fabricant.
	Numéro de version du logiciel.
	Numéro d'identification unique du dispositif (Unique Device Identifier ou UDI en anglais).
	Ce symbole désigne les informations importantes pour la sécurité.



## Instructions du logiciel



### 1. Inscription

Vous devez tout d'abord vous inscrire. Si vous possédez un compte, vous pouvez vous connecter directement.



11:03

INTERNET

←

1. Créer un compte



### Créez un compte.

Je bénéficie de la couverture santé suivante :

- Assurance Maladie avec mutuelle
- Assurance Maladie sans mutuelle
- Indépendant

CONFIRMER

Sélectionnez la couverture santé qui vous concerne et validez.

11:04

INTERNET

←

Inscription

### Inscription

E-mail

Mot de passe

Confirmer le mot de passe\*

Votre mot de passe doit contenir **au moins 8 caractères, au moins 1 lettre minuscule, au moins 1 lettre majuscule, au moins 1 caractère spécial et au moins 1 chiffre**. Veuillez n'utiliser **aucune donnée personnelle** comme votre date de naissance, etc.

\*Les deux mots de passe doivent correspondre

J'accepte les conditions générales (CGU) de Kranus Health GmbH pour l'utilisation de l'application et j'ai pris connaissance de la clause de rétractation. [CGU et clause de rétractation](#)

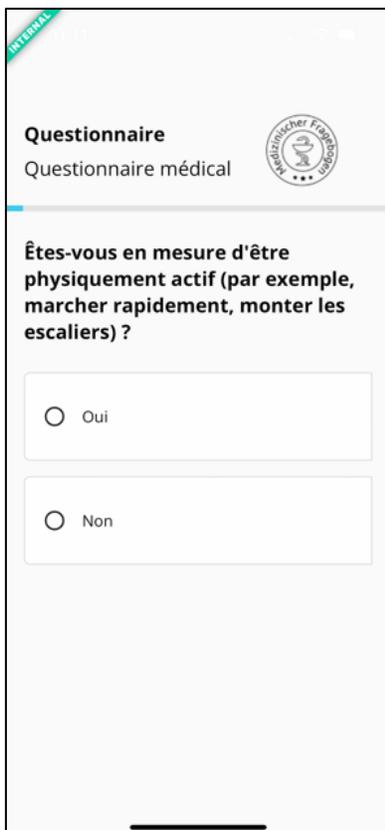
J'accepte les conditions générales (CGU) de Kranus Health GmbH pour

S'INSCRIRE

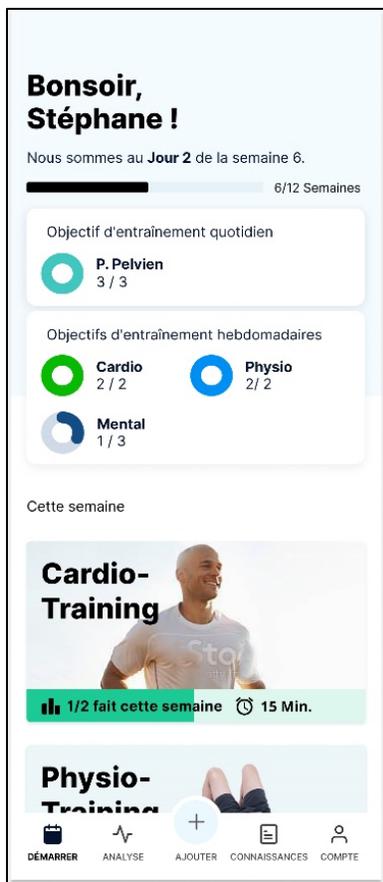
Précisez votre email et votre mot de passe et inscrivez-vous.  
Vous devez accepter les conditions générales d'utilisation (CGU).



Après votre inscription, vous recevrez un email à l'adresse email que vous avez indiquée lors de l'inscription. Cet email contient un lien de vérification de votre adresse email.



Vous y êtes presque. Répondez aux questions de notre questionnaire médical qui détermine si vous êtes apte à suivre notre programme.



## 2. Aperçus du jour et de la formation

L'application démarre dans l'onglet « Démarrer ».

Vous avez ici un aperçu de vos progrès quotidiens et hebdomadaires.

En déroulant la page, vous pouvez accéder à la section « Connaissances » et aux différents types d'exercices à faire de manière quotidienne ou hebdomadaire. Une brève description est donnée, précisant la fréquence de l'exercice et la durée estimée de l'entraînement.

Lorsque vous cliquez sur un entraînement, vous serez redirigé vers une page spécifique à l'entraînement choisi.

En bas de chaque page, vous trouverez différents onglets. Pour accéder à un onglet, il suffit de cliquer dessus.



Une fois que vous avez sélectionné un entraînement (ici travail du plancher pelvien), vous serez redirigé vers sa page spécifique. Vous y trouverez des instructions textuelles et vidéos.

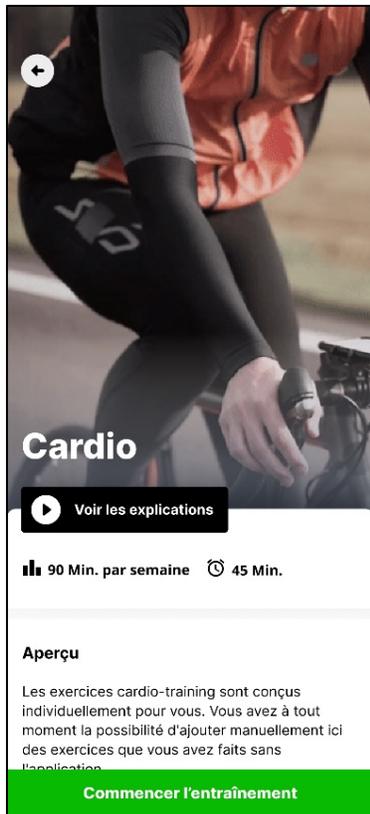
Après les avoir consultées, vous pouvez démarrer la séance d'entraînement. Lors d'une séance, vous recevrez également des instructions sur la manière de réaliser correctement les exercices.



Dans la page physio, vous trouverez un aperçu des exercices et pouvez commencer l'entraînement physio hebdomadaire.



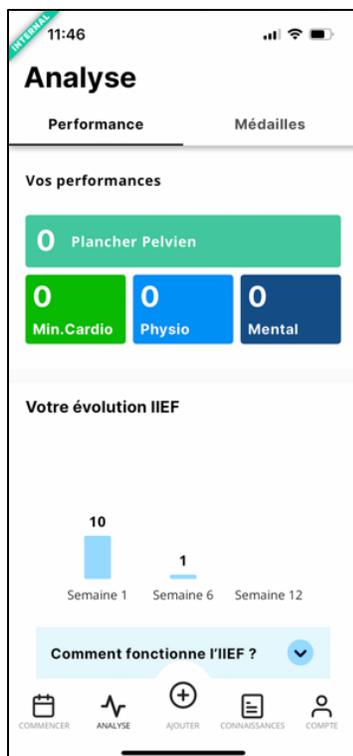
Lorsque vous effectuez un entraînement cardio, la première étape est de choisir le sport préféré.



Vous pouvez ensuite démarrer un entraînement dans la page cardio. Durant la séance, vous verrez un chronomètre indiquant le temps restant.



Dans la section thérapie mentale et sexuelle, vous trouverez des exercices de relaxation auto-guidés et de la sexothérapie, disponibles à travers des séquences audios.



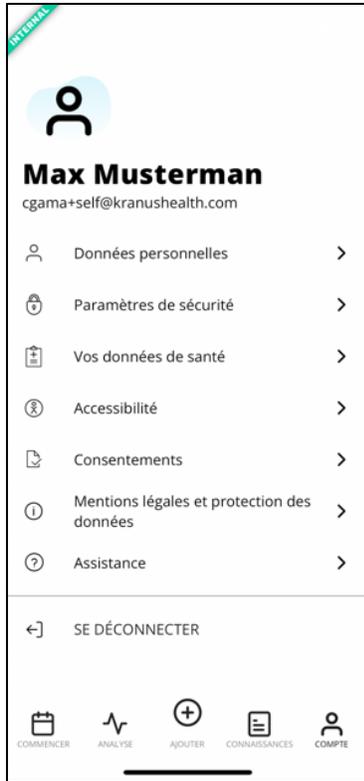
### 3. Section « Analyse »

Dans l'onglet « Analyse », vous trouverez un aperçu de vos performances globales ainsi que de vos récompenses.



### 4. Section « Connaissances »

Dans l'onglet « Connaissances », vous trouverez l'ensemble de la section des connaissances. Chaque semaine, un nouveau thème est abordé, sur lequel vous apprendrez tous les jours quelque chose de nouveau.



## 5. Section « Compte »

Dans l'onglet « Compte », vous pouvez consulter vos données personnelles, ajuster les paramètres de sécurité, exporter vos données de santé, contacter notre service support et vous déconnecter de l'application.