

UB-510

Wrist Blood Pressure Monitor



OPERATION MANUAL (English)

Manuel d'utilisation (French)

Manual de funcionamiento (Spanish)

Manual de Operações (Portuguese)

Manuale d'uso (Italian)

Bedienungsanleitung (German)

Kullanım Kılavuzu (Turkey)

دليل التشغيل (Arabic)

ഓപ്പറേഷൻ മാനുവൽ (Malayalam)

操作手冊 (Chinese)

AND
A&D Medical



Operation Manual

Index

- 1. Getting Started
 - Set Components 2
 - Device Description 2
 - Installing the batteries 3
- 2. Measurement
 - Fastening the Cuff 4
 - Measuring your Blood Pressure 4
 - Memory Recall 5
 - Tips for accurate Measurements 6

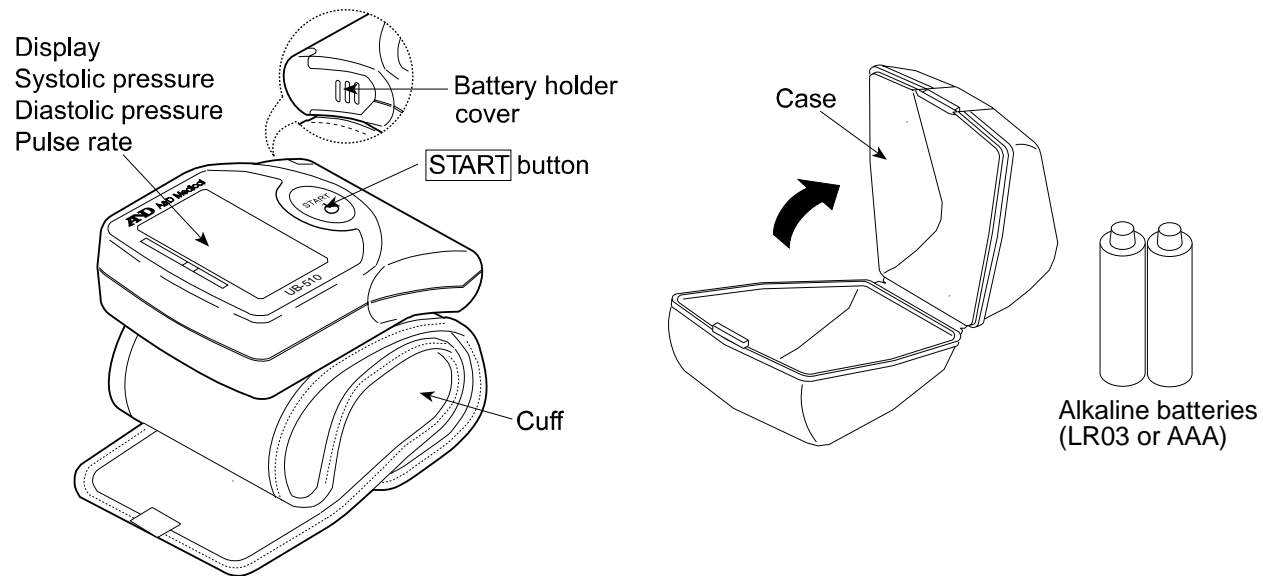
Getting Started

1. Set Components

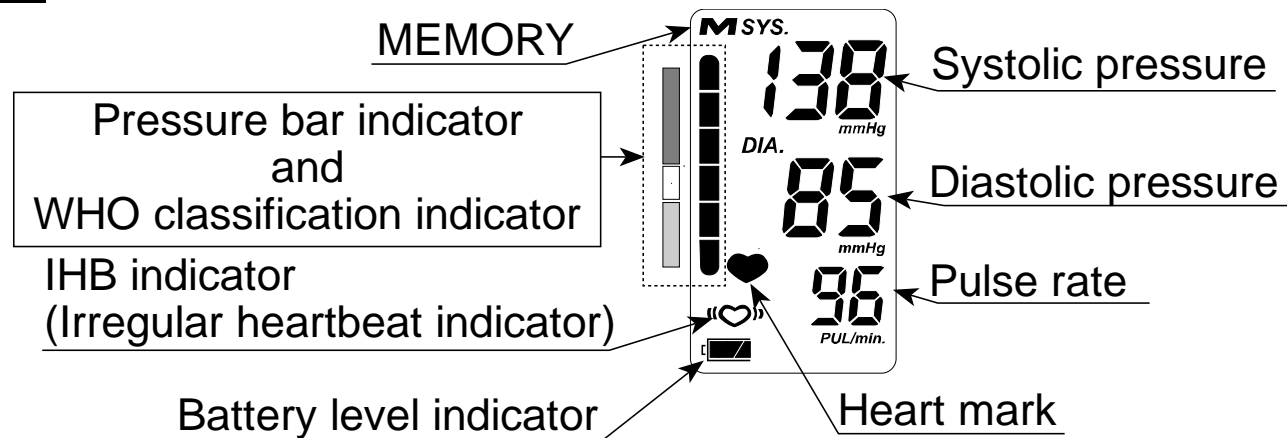
This package contains the following items:

- Blood Pressure Monitor
- Batteries (AAA) x 2
- Carrying Case
- Instruction Manual
- Operation Manual

2. Device Description

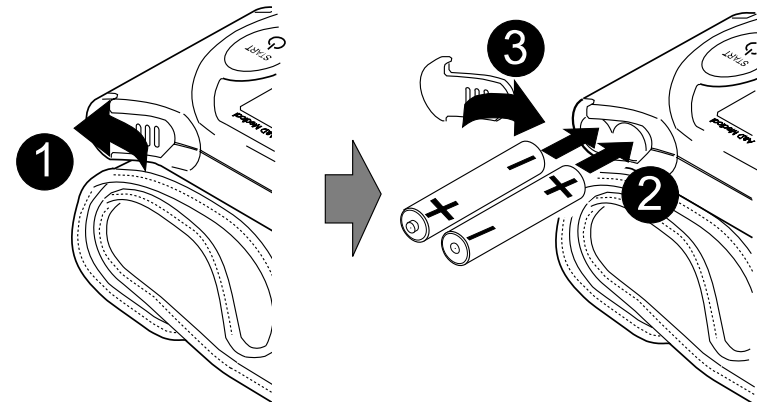


Display Description



3. Installing the Batteries

1. Slide the battery cover as shown to remove it from the device.
2. Insert two AAA / LR03 size batteries in the battery compartment, with the positive (+) and negative (-) terminals matching those indicated on the battery compartment.
3. Slide back the battery cover to close.

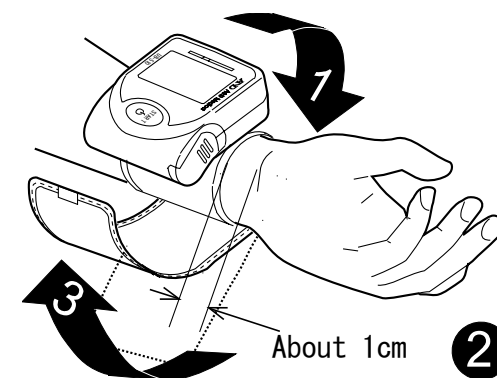


Measurement

1. Fastening the Cuff

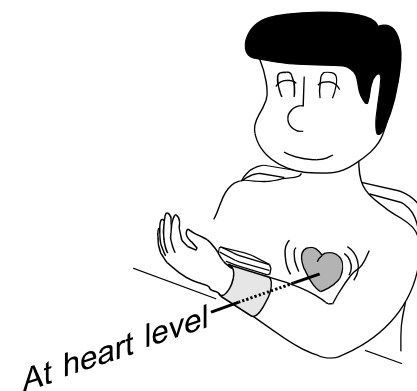
1. Wrap the cuff around your wrist about 1 cm above your hand as shown in the figure on the right.
2. Fasten the cuff tightly using the velcro strip.

Note: For accurate measurements, fasten the cuff tightly and perform the measurement on a bare wrist.



2. Measuring your blood pressure

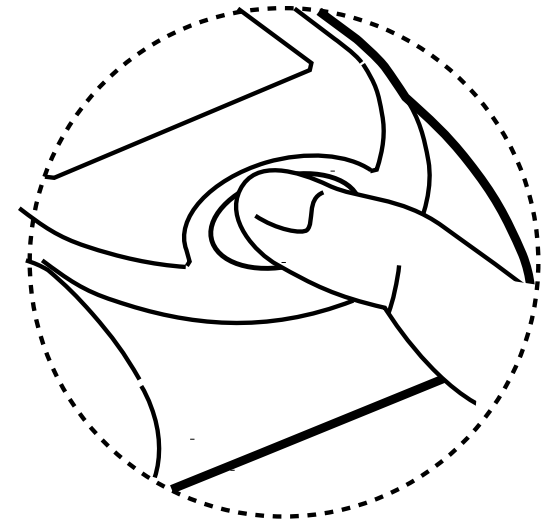
1. Sit on a chair with your feet flat on the floor. Put your arm on a table and relax your posture.
The cuff should be about the same level as your heart.
2. Press the START button to start the measurement.
3. Keep quiet and still until the measurement is complete.



3. Memory Recall

This blood pressure monitor memorizes measurement data (Systolic, Diastolic and Pulse value) automatically after each measurement is complete.

- Total No. of memory: 30 sets
 - When the memory reaches maximum capacity, it deletes the oldest memory data.
 - All the memory data will be erased when the batteries are removed from the monitor.
1. Press the START button and keep the button depressed for approx. 3 seconds until the “n01” mark appears on the display.
 2. Stop depressing the button.
 3. All the data shall be displayed automatically. (Newest data will be displayed first)



4. Tips for Accurate Measurements

Before measurement

- 1) Measure blood pressure at the same time each day; blood pressure fluctuates throughout the day.
- 1) Relax for five to ten minutes before taking your measurement.
- 2) Sit in a relaxed position.
- 3) Properly fasten the cuff on your arm as described above.

During the measurement

- 1) Do not talk.
- 2) Keep quiet and stay calm for the entire process.
- 3) Keep the cuff at heart level.

After the measurement

- 1) Do not become alarmed after each measurement result.
- 2) Consult your physician and avoid self-diagnosis.

Several factors that increase your blood pressure



Quick movement



Sudden change in ambient temperature



Excitement



Alcohol or smoking



Obesity



Lack of sleep

For more details, please read the instruction manual included in the package.



Manuel d'utilisation

Index

1. Prise en main	
- Composants	2
- Description de l'appareil	2
- Installation des piles	3
2. Mesure	
- Fixation du brassard	4
- Mesure de la tension artérielle	4
- Mémorisation	5
- Conseils pour des mesures précises	6

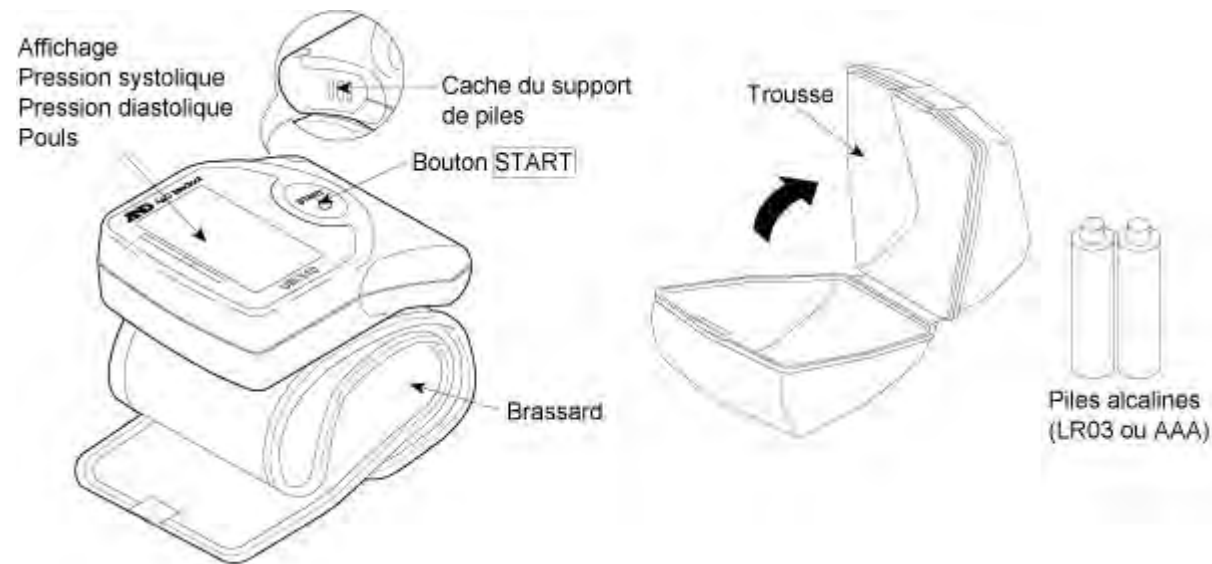
Prise en main

1. Composants

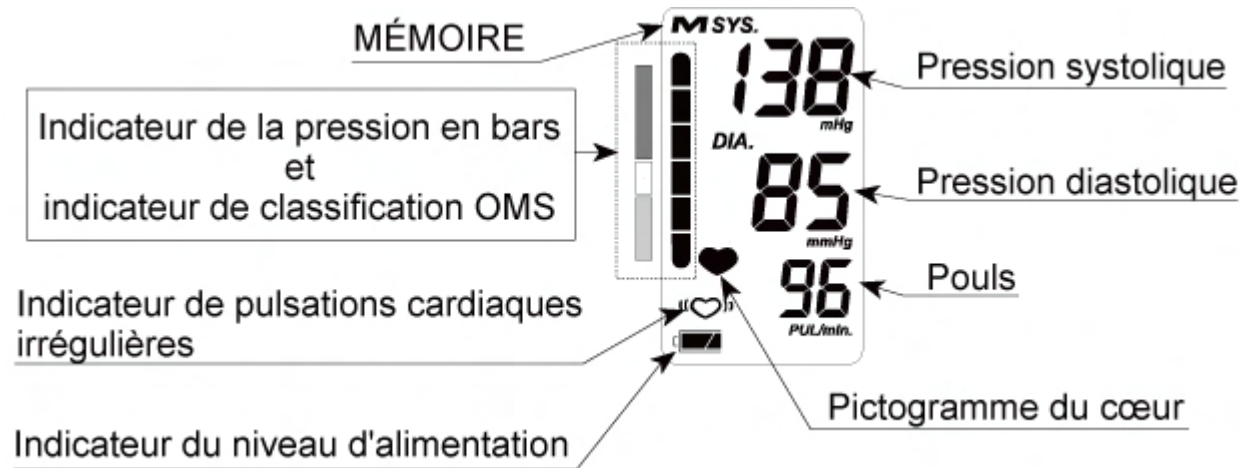
L'emballage contient les éléments suivants :

- Un tensiomètre
- 2 piles (AAA)
- Une trousse pour le transport
- Un mode d'emploi
- Un manuel d'utilisation

2. Description de l'appareil

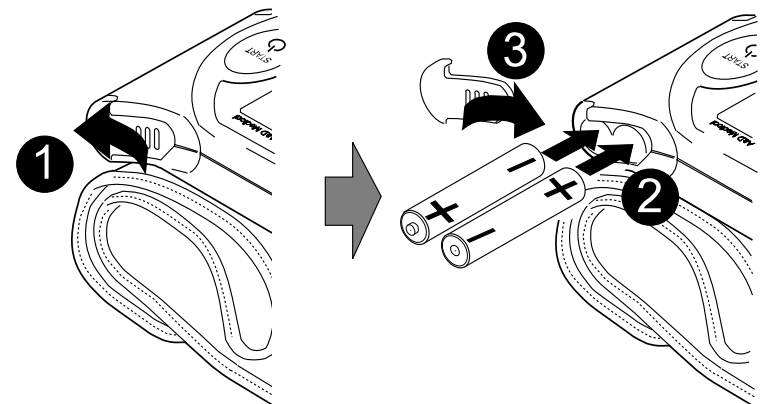


Description de l'affichage



3. Installation des piles

1. Faites coulisser le cache des piles comme indiqué afin de le retirer de l'appareil.
2. Insérez deux piles AAA ou LR03 dans le compartiment, en veillant à ce que les bornes positive (+) et négative (-) correspondent aux indications du compartiment.
3. Remplacez le cache des piles.

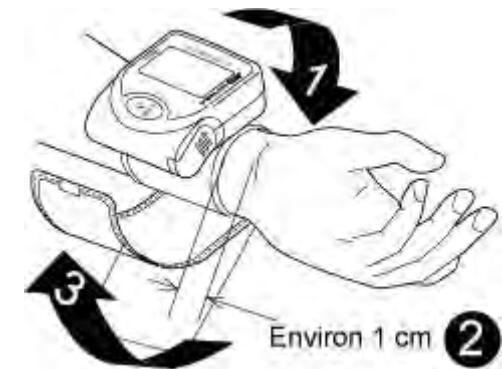


Mesure

1. Fixation du brassard

1. Enroulez le brassard autour du poignet à environ 1 cm au-dessus de la main, comme indiqué sur la figure ci-contre.
2. Serrez le brassard et fixez-le à l'aide de la bande Velcro.

Remarque : pour des mesures précises, serrez le brassard et procédez à la mesure à même la peau.



2. Mesure de la tension artérielle

1. Asseyez-vous sur une chaise, les pieds bien à plat sur le sol. Posez votre bras sur une table et détendez-vous.
Le brassard doit être à peu près au niveau du cœur.
2. Appuyez sur le bouton START pour commencer la mesure.
3. Restez calme et immobile jusqu'à la fin de la mesure.

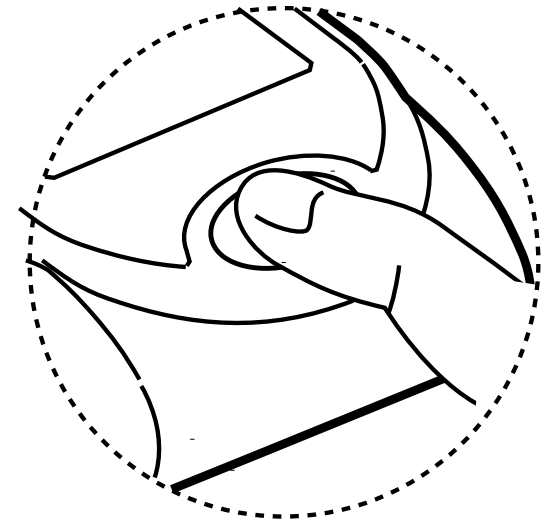


3. Mémorisation

Ce tensiomètre mémorise automatiquement les données de mesure (valeur systolique, diastolique et pulsations) après chaque mesure.

- Nombre total de mémorisations : 30
- Lorsque la mémoire est pleine, elle efface les données mémorisées les plus anciennes.
- Toutes les données mémorisées sont effacées lorsque vous retirez les piles du tensiomètre.

1. Appuyez sur le bouton START et maintenez-le enfoncé environ 3 secondes jusqu'à ce que « n01 » apparaisse sur l'affichage.
2. Relâchez le bouton.
3. Toutes les données doivent s'afficher automatiquement. (Les données les plus récentes s'affichent en premier)



4. Conseils pour des mesures précises

Avant la mesure

- 1) Prenez votre tension au même moment chaque jour, car elle varie au cours de la journée.
- 2) Détendez-vous cinq ou dix minutes avant de prendre la mesure.
- 3) Asseyez-vous confortablement.
- 4) Fixez correctement le brassard sur votre bras comme indiqué ci-dessus.

Au cours de la mesure

- 1) Ne parlez pas.
- 2) Restez calme pendant tout le processus de mesure.
- 3) Maintenez le brassard au niveau du cœur.

Après la mesure

- 1) Ne paniquez pas après chaque résultat de mesure.
- 2) Consultez votre médecin et évitez l'auto-diagnostic.

Quelques facteurs qui élèvent votre tension artérielle



Un déplacement rapide



Un changement soudain de température ambiante



L'agitation



L'alcool ou le tabac



L'obésité



Le manque de sommeil

Pour plus de détails, veuillez lire le mode d'emploi fourni.



Manual de funcionamiento

Índice

1. Introducción	
- Componentes del conjunto	2
- Descripción del dispositivo	2
- Instalación de las pilas	3
2. Medición	
- Ajuste de la manga	4
- Medición de la presión sanguínea	4
- Memoria	5
- Consejos para una medición precisa	6

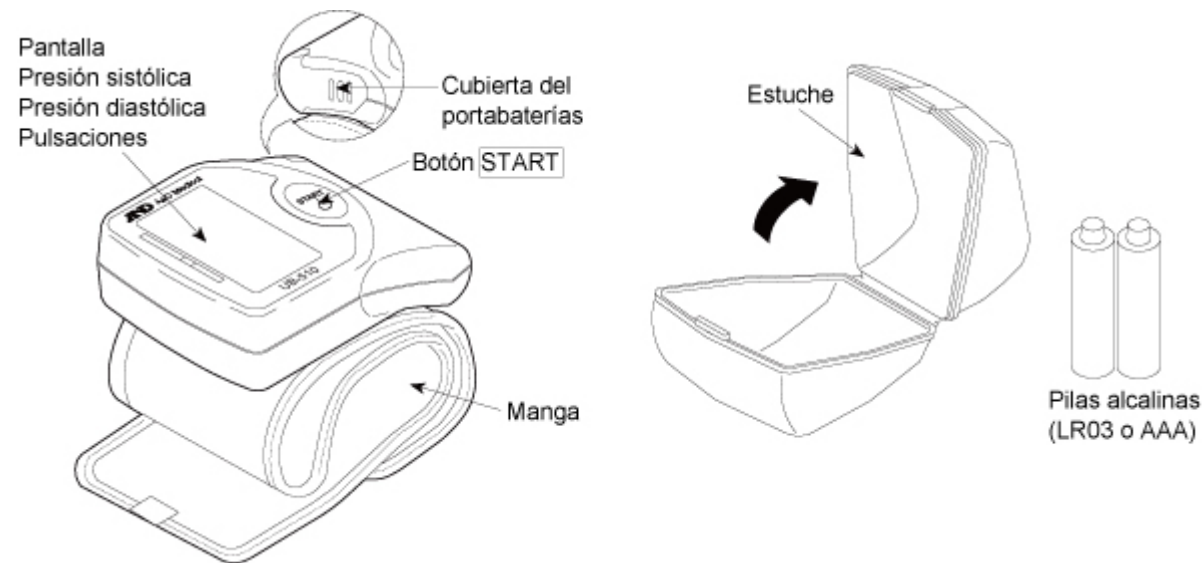
Introducción

1. Componentes del conjunto

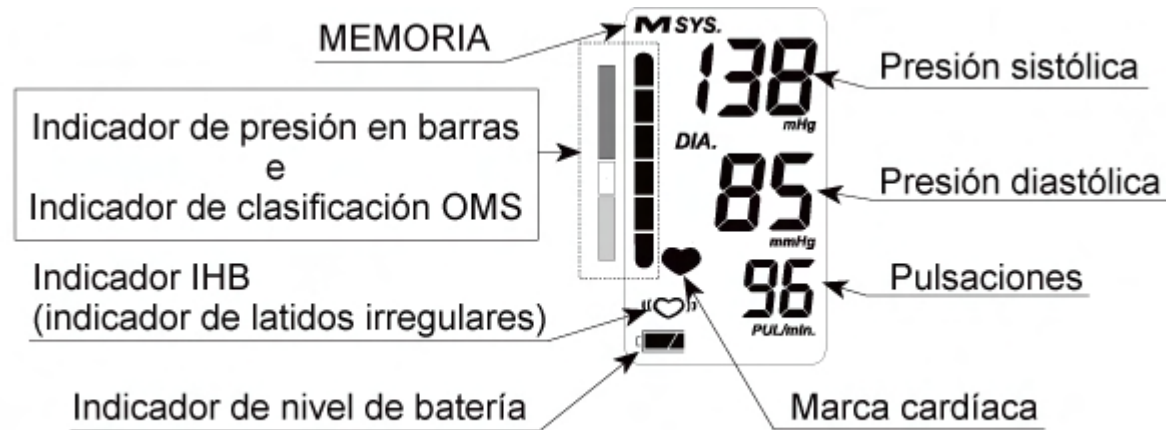
Este paquete contiene los siguientes elementos:

- Dispositivo de control de la presión sanguínea
- Pilas (AAA) x 2
- Estuche de transporte
- Manual de instrucciones
- Manual de funcionamiento

2. Descripción del dispositivo

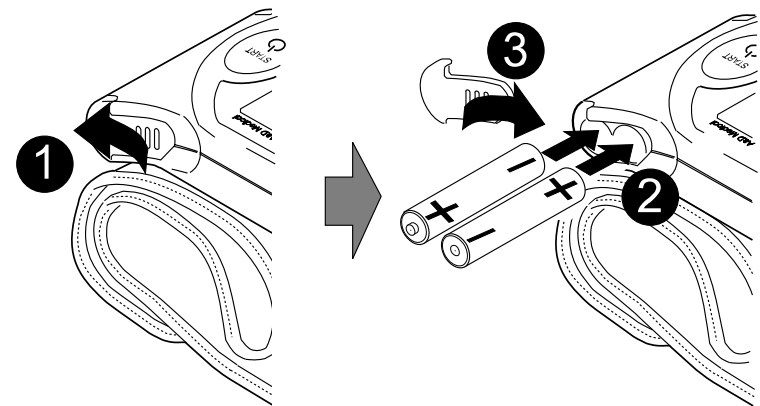


Descripción de la pantalla



3. Instalación de las pilas

1. Desplace la cubierta de las pilas tal como se muestra para retirarla del dispositivo.
2. Inserte dos pilas AAA / LR03 en el compartimento de las pilas asegurándose de que los polos positivo (+) y negativo (-) coincidan con los indicados en el compartimento de las pilas.
3. Vuelva a colocar la cubierta de las pilas y ciérrela.



Medición

1. Ajuste de la manga

1. Enrolle la manga alrededor de la muñeca aprox. 1 cm por encima de la mano tal como se muestra en la figura de la derecha.
2. Ajuste la manga firmemente con la cinta de velcro.

Nota: Para lograr mediciones precisas, ajuste la manga firmemente y haga la medición sobre la muñeca desnuda.



2. Medición de la presión sanguínea

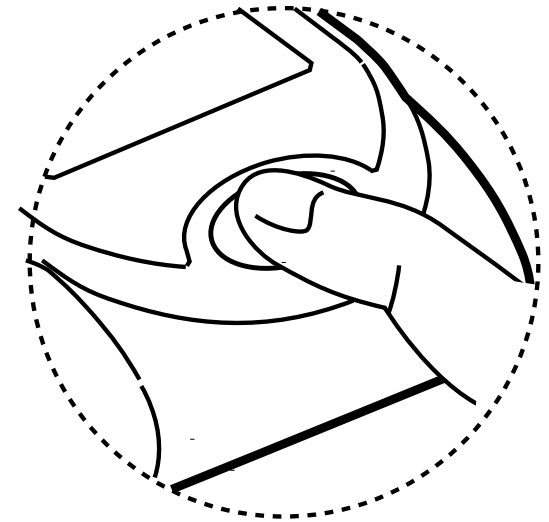
1. Siéntese en una silla con los pies planos sobre el suelo. Coloque el brazo sobre una mesa y relaje la postura.
La manga debe estar aproximadamente al mismo nivel de su corazón.
2. Pulse el botón START para iniciar la medición.
3. Manténgase inmóvil y en silencio hasta que finalice la medición.



3. Memoria

Este dispositivo de control de la presión sanguínea memoriza los datos de medición (Sistólica, diastólica y pulsaciones) automáticamente tras finalizar cada medición.

- Nº total de memoria: 30 grupos
 - Cuando la memoria alcance la capacidad máxima, se borrarán los datos de memoria más antiguos.
 - Todos los datos de memoria se borrarán cuando las pilas se extraigan del dispositivo de control.
1. Pulse el botón START y manténgalo pulsado durante aproximadamente 3 segundos hasta que la marca "n01" aparezca en la pantalla.
 2. Suelte el botón.
 3. Se mostrarán todos los datos automáticamente. (Se mostrarán primero los datos más recientes)



4. Consejos para una medición precisa

Antes de la medición

- 1) Mida la presión sanguínea a la misma hora cada día; esta fluctúa a lo largo del día.
- 2) Relájese durante cinco o diez minutos antes de realizar la medición.
- 3) Siéntese en una postura relajada.
- 4) Ajuste correctamente la manga en su brazo tal como se ha descrito anteriormente.

Durante la medición

- 1) No hable.
- 2) Manténgase tranquilo y en silencio durante todo el proceso.
- 3) Mantenga la manga al nivel del corazón.

Tras la medición

- 1) No se alarme tras cada resultado de la medición.
- 2) Consulte a un médico y no se autodiagnostique.

Existen varios factores que pueden aumentar la presión sanguínea



Movimientos bruscos



Los cambios repentinos de la temperatura ambiental



Excitación



Alcohol o tabaco



Obesidad



Falta de sueño

Para obtener más detalles, lea el manual de instrucciones incluido en el paquete.



Manual de Operações

Índice

1. Instruções preliminares	
- Componentes do conjunto	2
- Descrição do aparelho	2
- Instalação das pilhas	3
2. Medição	
- Colocação da braçadeira	4
- Medição da pressão arterial	4
- Recuperação dos dados da memória	5
- Sugestões para obter medições precisas	6

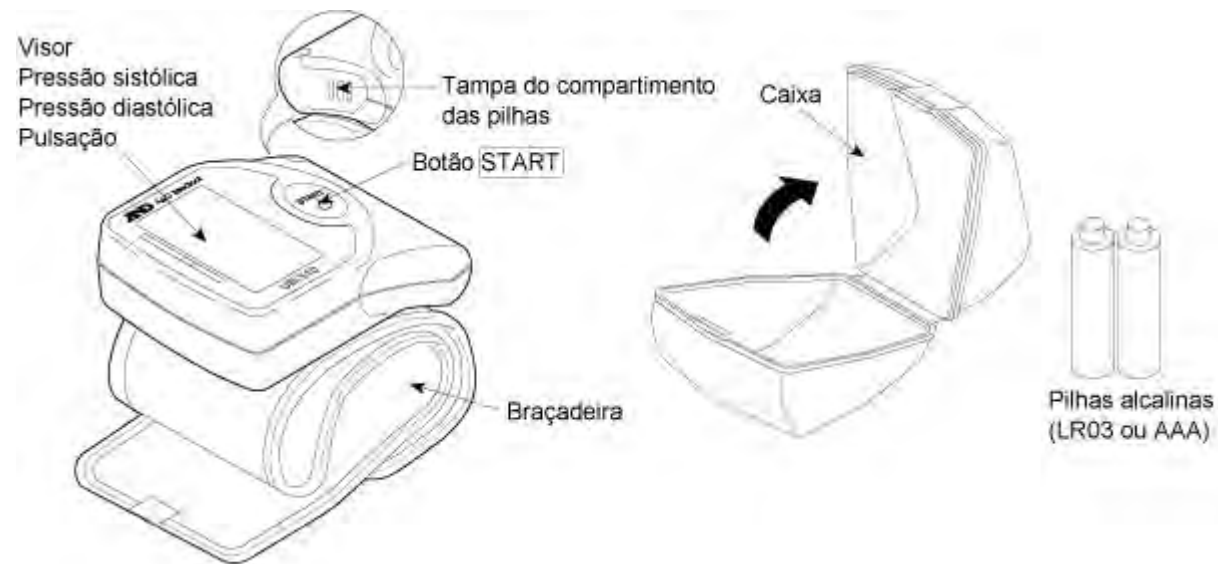
Instruções preliminares

1. Componentes do conjunto

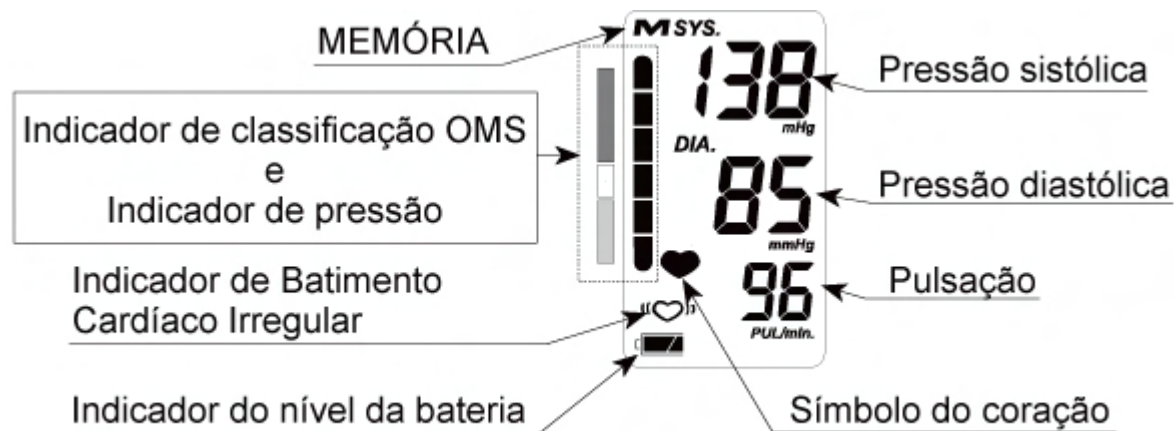
A embalagem contém os seguintes itens:

- Monitor de pressão arterial
- Pilhas (AAA) x 2
- Caixa de transporte
- Manual de Instruções
- Manual de Operações

2. Descrição do aparelho

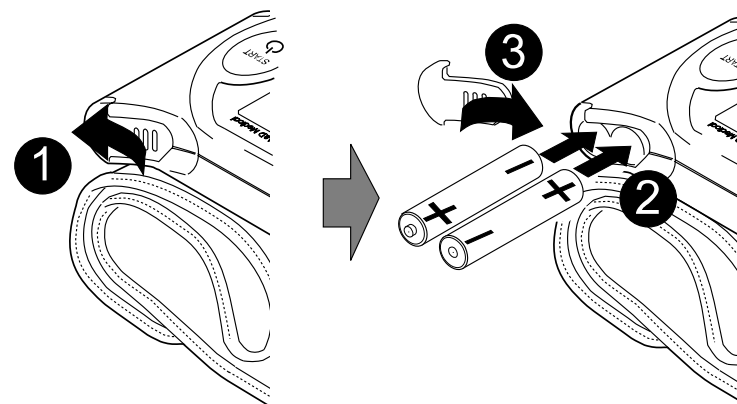


Descrição do visor



3. Instalação das pilhas

1. Empurre a tampa das pilhas como mostrado para a retirar do aparelho.
2. Insira duas pilhas AAA / tamanho LR03 no compartimento das pilhas, fazendo corresponder os terminais positivo (+) e negativo (-) com os indicados no compartimento das pilhas.
3. Empurre a tampa do compartimento das pilhas para fechá-la.



Medição

1. Colocação da braçadeira

1. Coloque a braçadeira em redor do punho, cerca de 1 cm acima da mão, como mostrado na figura à direita.
2. Aperte bem a braçadeira usando a tira de velcro.

Nota: Para obter medições precisas, aperte bem a braçadeira e realize a medição num punho sem roupa.



2. Medição da pressão arterial

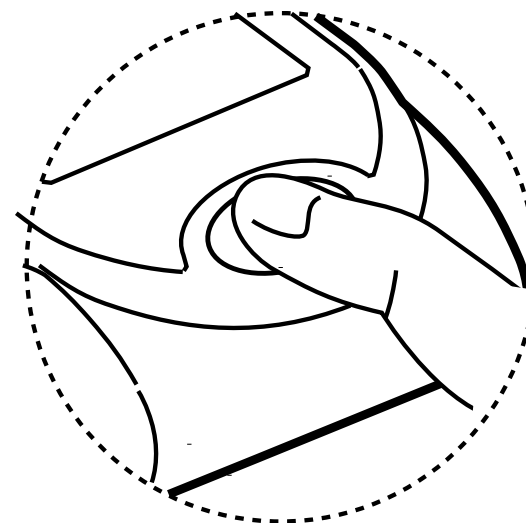
1. Sente-se numa cadeira com os seus pés pousados no chão. Coloque o braço em cima da mesa e relaxe a postura. A braçadeira deverá estar mais ou menos ao mesmo nível do seu coração.
2. Prima o botão START para iniciar a medição.
3. Mantenha-se calado(a) e imóvel até a medição estar concluída.



3. Recuperação dos dados da memória

Este monitor da pressão arterial memoriza os dados da medição (o valor sistólico, diastólico e do pulso) automaticamente, após cada medição estar concluída.

- Nº total de memória: 30 séries
 - Quando a memória atinge a capacidade máxima, os dados mais antigos na memória são apagados.
 - Todos os dados da memória serão apagados quando as pilhas são retiradas do aparelho.
1. Mantenha o botão START premido durante cerca de 3 segundos até o símbolo “n01” aparecer no visor.
 2. Solte o botão.
 3. Todos os dados serão apresentados automaticamente. (Os dados mais recentes são mostrados primeiro)



4. Sugestões para obter medições precisas

Antes da medição

- 1) Meça a pressão arterial todos os dias à mesma hora; a pressão arterial altera ao longo do dia.
- 2) Relaxe durante cinco a dez minutos antes de medir a pressão arterial.
- 3) Sente-se numa posição descontraída.
- 4) Prenda bem a braçadeira ao braço, tal como descrito acima.

Durante a medição

- 1) Não fale.
- 2) Mantenha-se calado(a) e calmo(a) durante todo o processo.
- 3) Mantenha a braçadeira ao nível do coração.

Após a medição

- 1) Não fique preocupado(a) após o resultado de cada medição.
- 2) Consulte o seu médico e evite o auto-diagnóstico.

Vários factores que fazem aumentar a pressão arterial



Movimentos rápidos



Alteração repentina da temperatura ambiente



Agitação



Álcool ou tabaco



Obesidade



Dormir pouco

Para mais informações, leia o manual de instruções incluído na embalagem.

Copyright: A&D Company Limited, Tóquio, Japão



Manuale d'uso

Sommario

1. Operazioni preliminari	
- Accessori in dotazione	2
- Descrizione del dispositivo	2
- Installazione delle batterie	3
2. Misurazione	
- Applicazione del bracciale	4
- Misurazione della pressione sanguigna	4
- Richiamo delle memorie	5
- Suggerimenti per effettuare misurazioni esatte	6

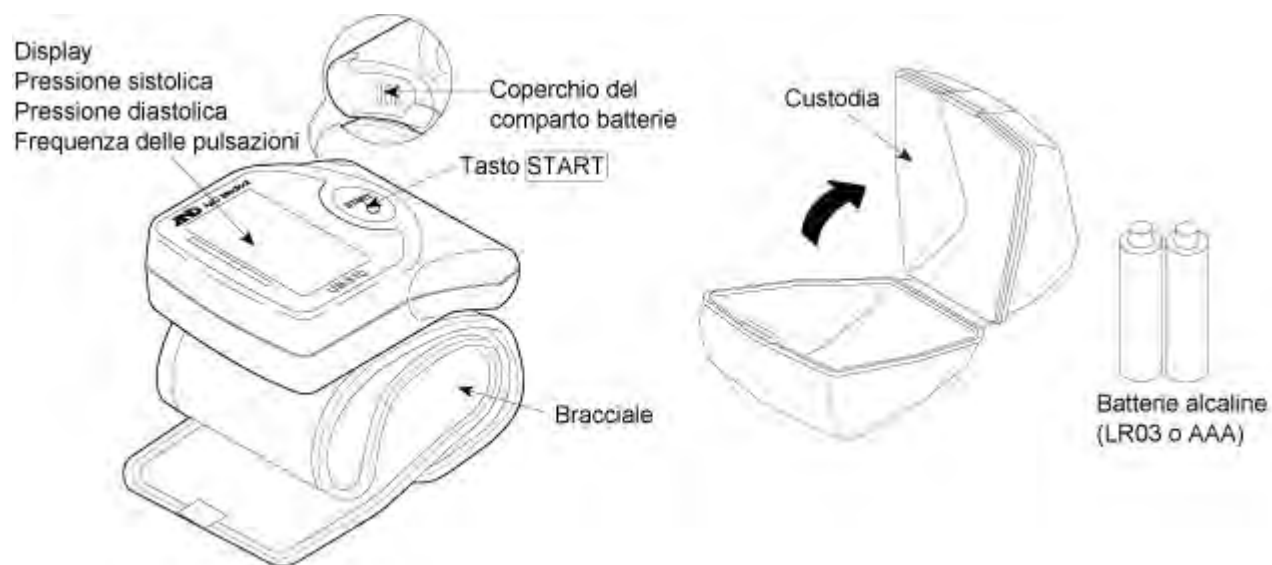
Operazioni preliminari

1. Accessori in dotazione

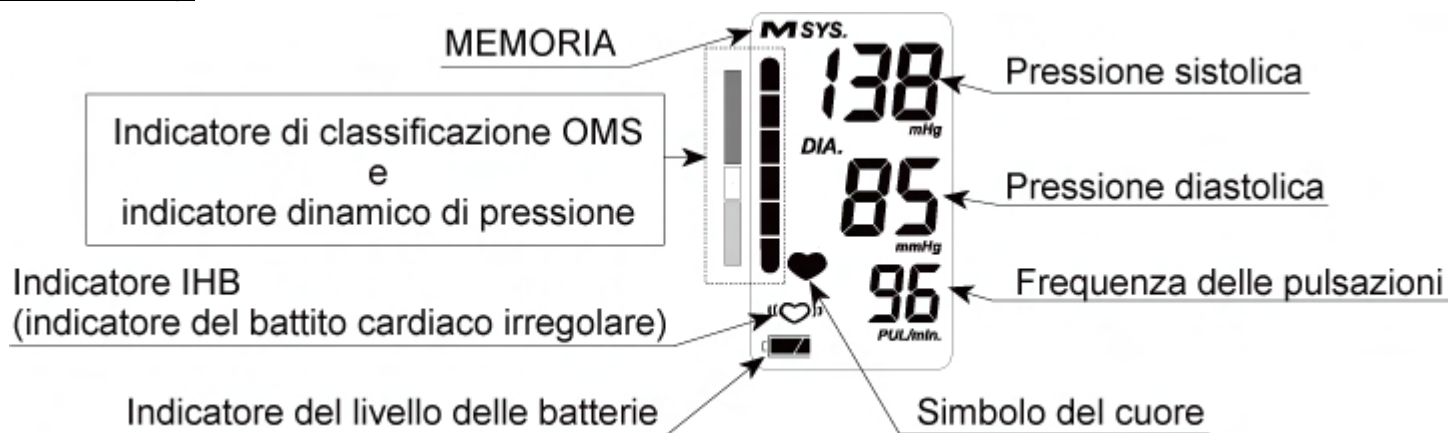
Questa confezione contiene i seguenti accessori:

- Misuratore elettronico della pressione arteriosa automatico da polso
- Bracciale completo di tubo prolunga
- 2 Batterie (tipo AA)
- Custodia di trasporto - Manuale di istruzioni
- Manuale operativo

2. Descrizione del dispositivo

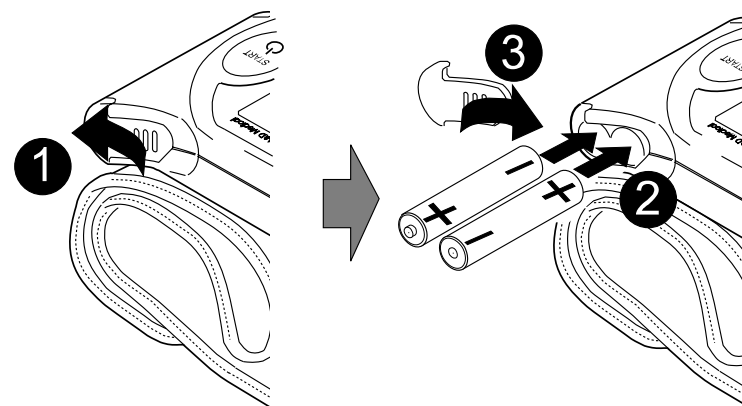


Descrizione del display



3. Installazione delle batterie

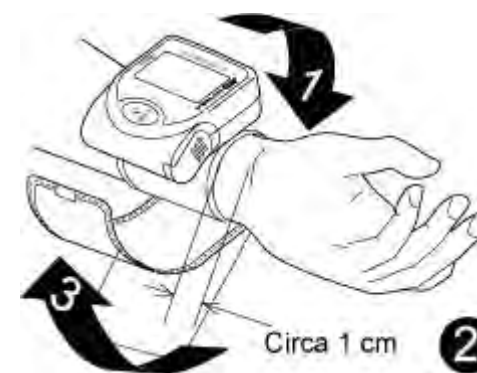
1. Per rimuovere il coperchio del comparto batterie dal dispositivo, farlo scivolare come mostrato.
2. Inserire due batterie tipo AAA/LR03 in modo da far combaciare i terminali positivo (+) e negativo (-) con le rispettive polarità indicate nel comparto batterie.
3. Riapplicare il coperchio di chiusura del comparto batterie.



Misurazione

1. Applicazione del bracciale

1. Avvolgere il bracciale attorno al polso circa 1 cm al di sopra della mano come mostrato nella figura a destra.
 2. Avvolgere il bracciale strettamente bloccandolo con la striscia di velcro.
- Nota: per garantire misurazioni precise, avvolgere il bracciale strettamente ed eseguire la misurazione direttamente a contatto con la pelle del polso.



2. Misurazione della pressione sanguigna

1. Sedersi su una sedia con la pianta dei piedi ben appoggiata sul pavimento.
Adagiare il braccio su un tavolo e assumere una postura rilassata.
Il bracciale deve risultare all'incirca alla stessa altezza del cuore.
2. Premere il tasto START per avviare la misurazione.
3. Rimanere tranquilli e immobili fino al termine della misurazione.

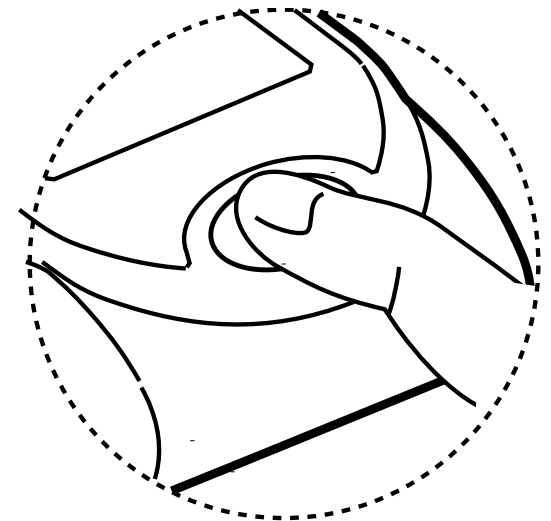


3. Richiamo delle memorie

Al termine di ogni misurazione, il misuratore elettronico memorizza automaticamente i valori della pressione arteriosa (sistolica, diastolica e pulsazioni).

- Capacità totale della memoria: 30 misurazioni
- Quando la memoria ha esaurito la sua capacità, i dati meno recenti vengono cancellati.
- La rimozione delle batterie comporta l'eliminazione dallo strumento di tutti i dati memorizzati.

1. Tenere premuto il tasto START per circa 3 secondi, fino alla visualizzazione del simbolo "n01" sul display.
2. Rilasciare il tasto.
3. Tutti i dati vengono visualizzati automaticamente (i dati più recenti sono visualizzati per primi).



4. Suggerimenti per effettuare misurazioni esatte

Prima della misurazione

- 1) Misurare la pressione sanguigna ogni giorno alla stessa ora, in quanto i valori della pressione tendono a variare nel corso della giornata.
- 2) Prima di effettuare la misurazione, rilassarsi per cinque o dieci minuti.
- 3) Sedersi in posizione comoda e rilassata.
- 4) Applicare il bracciale al braccio secondo le indicazioni sopra descritte.

Durante la misurazione

- 1) Evitare di parlare.
- 2) Rimanere tranquilli ed evitare di agitarsi durante l'intera procedura di misura.
- 3) Mantenere il bracciale all'altezza del cuore.

Dopo la misurazione

- 1) Evitare allarmismi ad ogni risultato di misurazione.
- 2) Consultare il proprio medico ed evitare l'autodiagnosi.

Diversi fattori possono portare a un innalzamento della pressione sanguigna



Movimenti rapidi



Improvvisi sbalzi di temperatura



Forti emozioni



Fumo e alcolici



Obesità



Mancanza di sonno

Per ulteriori informazioni, leggere il manuale di istruzioni in dotazione con lo strumento.



Bedienungsanleitung

Inhalt

1. Erste Schritte

- Bestandteile 2
- Gerätebeschreibung 2
- Batterien installieren 3

2. Messen

- Manschette anlegen 4
- Blutdruck messen 4
- Speicheraufruf 5
- Tipps zur genauen Messung 6

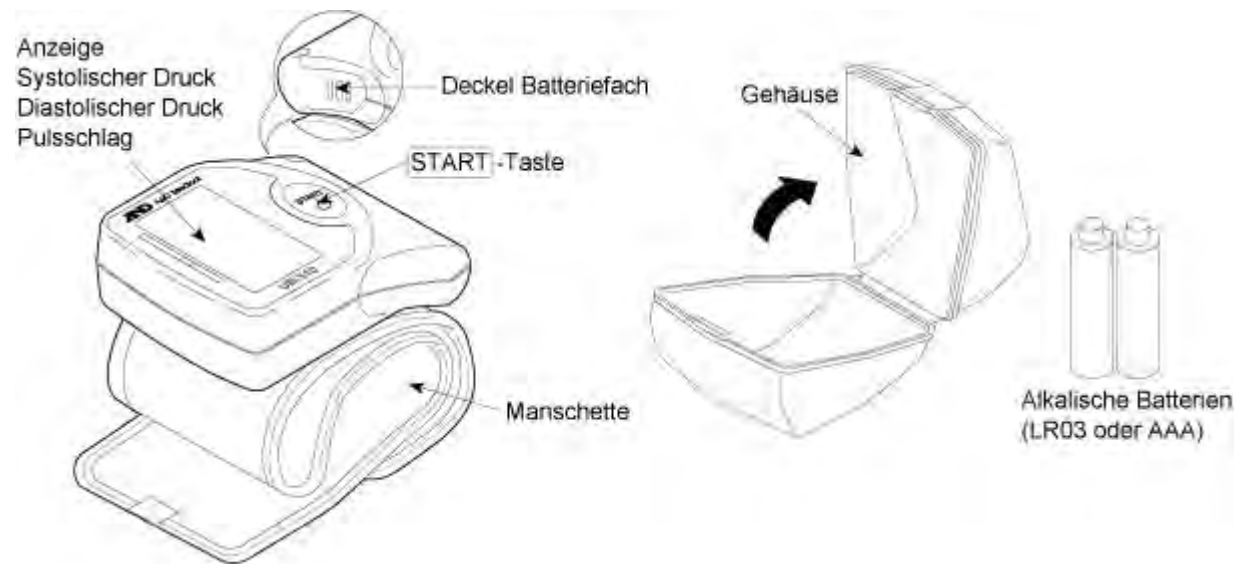
Erste Schritte

1. Bestandteile

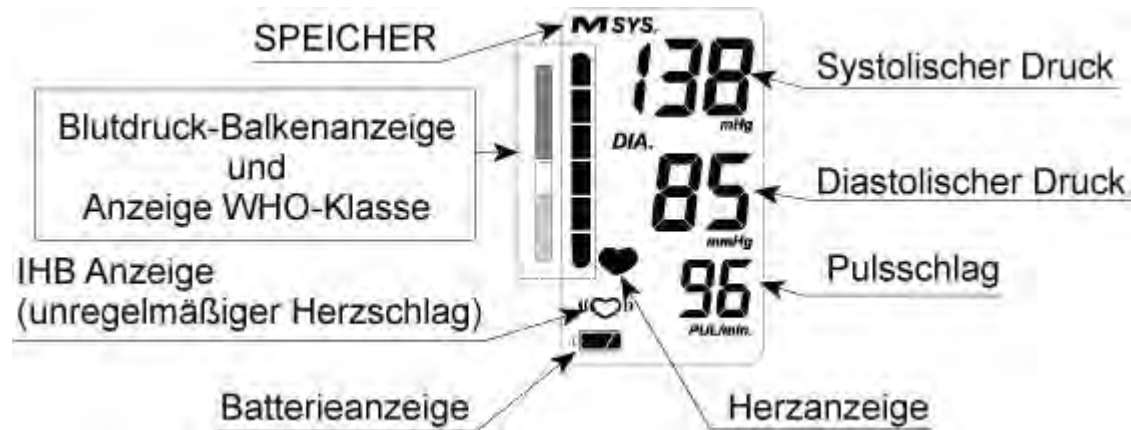
In diesem Paket sind folgende Artikel enthalten:

- Blutdruckmessgerät
- 2x AA-Batterien
- Aufbewahrungsbehälter
- Betriebsanleitung
- Bedienungsanleitung

2. Gerätebeschreibung

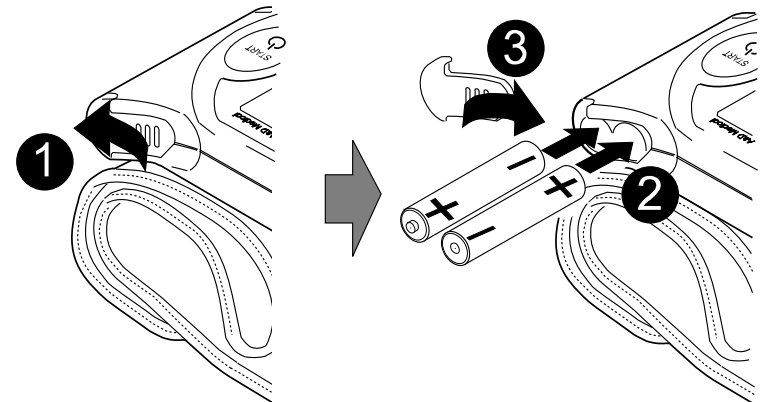


Anzeigebeschreibung



3. Batterien installieren

1. Schieben Sie den Batteriedeckel am Gerät wie abgebildet zurück.
2. Legen Sie zwei AAA / LRO3 Batterien in das Batteriefach; achten Sie darauf, dass die positiven (+) und negativen (-) jeweils mit der Anzeige auf dem Batteriefach übereinstimmen.
3. Schieben Sie zum Schließen den Batteriedeckel wieder zurück.



Messen

1. Manschette anlegen

1. Legen Sie die Manschette ca. 1 cm über Ihrem Handgelenk an, wie in der Abbildung rechts zu sehen.
2. Verschließen Sie die Manschette eng anliegend mit dem Klettband.

Hinweis: Für genaue Messergebnisse müssen Sie die Manschette eng um den nackten Unterarm schließen.



2. Blutdruck messen

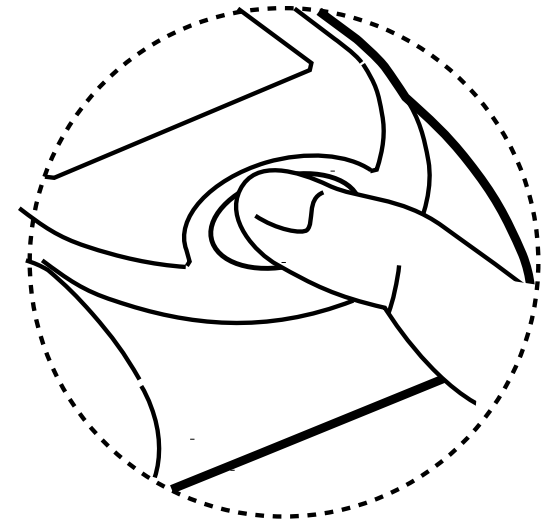
1. Setzen Sie sich auf einen Stuhl mit den Füßen flach auf dem Boden. Legen Sie Ihren Arm auf einen Tisch und sitzen Sie bequem. Die Manschette sollte sich auf Höhe Ihres Herzens befinden.
2. Drücken zum Starten der Messung auf START.
3. Bewegen Sie sich nicht bis zum Ende der Messung.



3. Speicheraufruf

Dieser Blutdruckmesser speichert die gemessenen Daten (systolisch, diastolisch und Pulswerte) automatisch nach dem Ende jeder Messung.

- Gesamtspeicheranzahl: 30 Messungen
 - Wenn der Speicher seine Höchstkapazität erreicht hat, werden die ältesten Speicherdaten gelöscht.
 - Bei einem Entnehmen der Batterien aus dem Gerät, werden alle gespeicherten Daten gelöscht.
1. Drücken Sie auf START und halten die Taste ca. 3 Sekunden gedrückt bis „n01“ angezeigt wird.
 2. Lassen Sie die Taste los.
 3. Es werden automatisch alle Daten angezeigt. (Die neuesten Daten werden als erste angezeigt)



4. Tipps zur genauen Messung

Vor Messbeginn

- 1) Messen Sie den Blutdruck täglich um dieselbe Uhrzeit, er verändert sich im Laufe des Tages.
- 2) Entspannen Sie sich vor einer Messung ca. fünf bis zehn Minuten.
- 3) Sitzen Sie bequem.
- 4) Befestigen Sie die Manschette korrekt an Ihrem Arm, wie oben beschrieben.

Während der Messung

- 1) Sprechen Sie nicht.
- 2) Bleiben Sie während des ganzen Prozesses ruhig sitzen, ohne zu sprechen.
- 3) Halten sie die Manschette auf Höhe des Herzens.

Nach der Messung

- 1) Lassen Sie sich durch Messergebnisse nicht aus der Ruhe bringen.
- 2) Suchen Sie Ihren Arzt auf und stellen Sie keine Selbstdiagnosen.

Verschiedene Faktoren, die zu erhöhtem Blutdruck führen



Für weitere Einzelheiten lesen Sie bitte die Betriebsanweisung, die dieser Packung beiliegt.



Kullanım Kılavuzu

İçindekiler

1. Başlangıç	
- Setteki Parçalar	2
- Aletin Parçaları	2
- Pillerin takılması	3
2. Ölçme	
- Bilekliği Takma	4
- Tansiyonu Ölçme	4
- Hafızadaki Ölçüm Sonuçlarına Bakma	5
- Tansiyonu Doğru Ölçmek için İpuçları	6

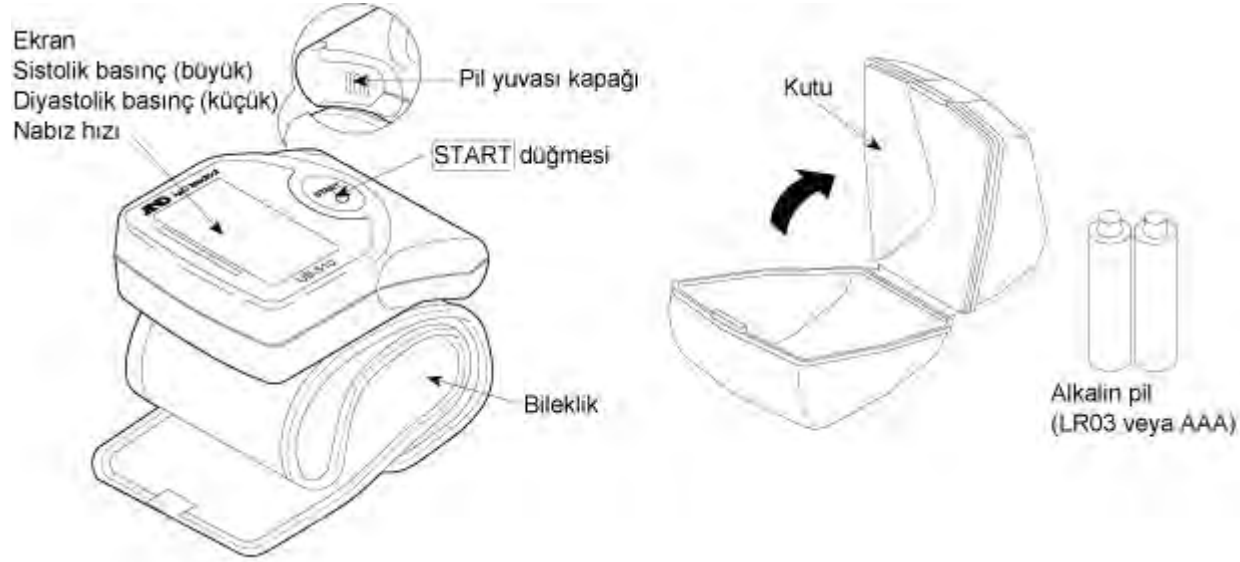
Başlangıç

1. Setteki Parçalar

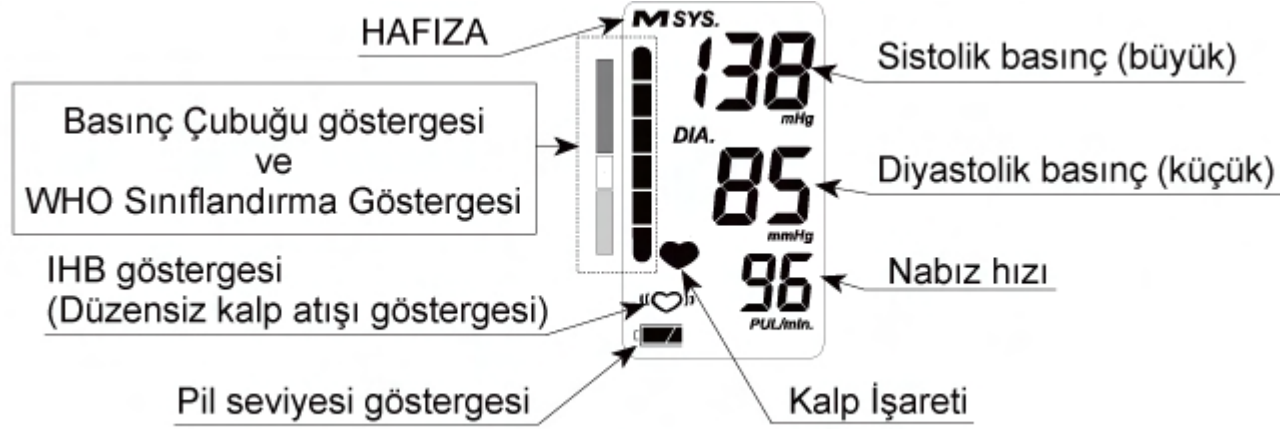
Bu pakette aşağıdaki parçalar bulunur:

- Tansiyon Ölçme Aleti
- 2 adet (AAA) pil
- Taşıma Kutusu
- Talimat Kılavuzu
- Kullanım Kılavuzu

2. Aletin Parçaları

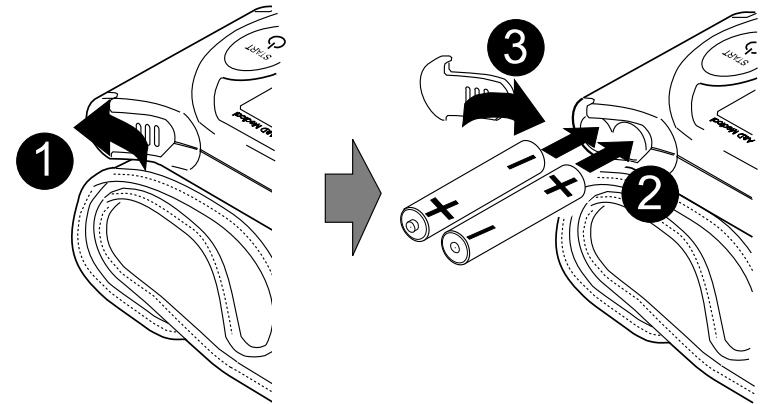


Ekranla ilgili Açıklamalar



3. Pillerin takılması

1. Pil kapağını aletten çıkarmak için gösterilen şekilde çekin.
2. Pil bölmesine iki adet AAA / LR03 pil yerleştirin; piller pil bölmesinde bulunan pozitif (+) ve negatif (-) kutuplara göre takılmalıdır.
3. Kapatmak için pil kapağını yerine oturtun.



Ölçme

1. Bilekliği Takma

1. Bilekliği elinizin 1 cm yukarısında bileğinizin etrafına, sağ taraftaki resimde gösterildiği şekilde, sararak takın.
2. Bilekliği cırt-cırtlı bandı kullanarak sıkı şekilde takın.

Not: Ölçüm sonuçlarının doğru olması için, bilekliği sıkıca takın ve ölçümü doğrudan bileğinizin üzerinden yapın.



2. Tansiyonu ölçme

1. Ayaklarınız yerde olacak şekilde bir sandalyeye oturun. Kolunuzu bir masa üzerine koyun ve rahat oturun.

Bileklik, yaklaşık olarak kalbinizle aynı seviyede olmalıdır.

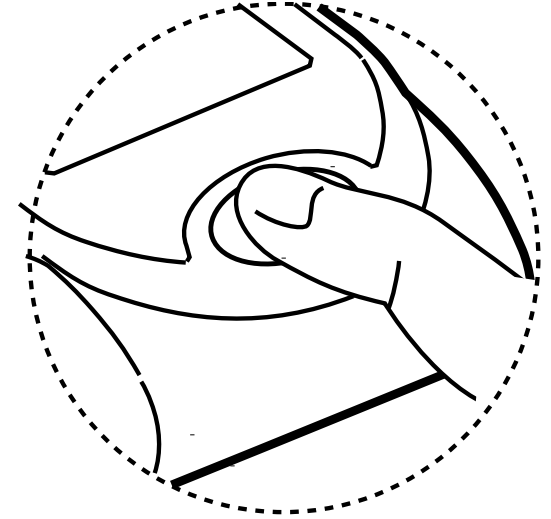
2. Ölçümü başlatmak için START düğmesine basın.
3. Ölçüm tamamlanana kadar sessiz ve hareketsiz durun.



3. Hafızadaki Ölçüm Sonuçlarına Bakma

Bu tansiyon aleti, her ölçümden sonra ölçüm sonuçlarını (Sistolik (büyük tansiyon), Diyastolik (küçük tansiyon) ve Nabız değeri olarak) hafızaya alır.

- Hafızadaki toplam kayıt sayısı: 30 set
 - Hafıza dolduğunda hafızadaki en eski bilgiler silinir.
 - Piller tansiyon aletinden çıkarıldığında hafızadaki tüm bilgiler silinir.
1. START düğmesine basın ve ekranda "n01" işareti çıkana kadar düğmeyi yaklaşık 3 saniye basılı tutun.
 2. Düğmeye basmayı durdurun.
 3. Tüm bilgiler, otomatik olarak ekranda görünür. (Ekranda önce en yeni olan bilgiler görünür)



4. Tansiyonu Doğru Ölçmek için İpuçları

Tansiyonu ölçmeden önce

- 1) Tansiyonunuzu her gün aynı saatte ölçün çünkü tansiyon gün içinde farklılık gösterebilir.
- 2) Tansiyonunuzu ölçmeden önce beş veya on dakika dinlenin.
- 3) Rahat şekilde oturun.
- 4) Bilekliği kolunuza yukarıda belirtilen şekilde takın.

Tansiyonu ölçerken

- 1) Konuşmayın.
- 2) Tansiyon ölçümü sırasında sessiz ve sakin durun.
- 3) Bilekliği kalp seviyesinde tutun.

Tansiyonu ölçtükten sonra

- 1) Sonuçları gördükten sonra endişelenmeyin.
- 2) Doktorunuza danışın ve kendi kendinize teşhis koymayın.

Tansiyonunuzun yükselmesine neden olabilecek bazı durumlar



Daha ayrıntılı bilgi için paketin içinde bulunan talimat kılavuzunu okuyun.

Thank you! 谢谢您
Danke. ありがとうございます。
Obrigado! Merci! ありがとう
Gracias! Grazie!
eyvallah!
أكل اراكش
نشكرك على شراء شاشة المراقبة المصنوعة من قبل الشركة A&D.

دليل التشغيل

الفهرس

1. البدء
 - 2 - مجموعة المكونات
 - 2 - شرح الجهاز
 - 3 - تحميل البطاريات
2. القياس
 - 4 - تثبيت لفافة ال معصم
 - 4 - قياس ضغط دمك
 - 5 - استدعاء الذاكرة
 - 6 - إرشادات عن عمليات القياس بدقة

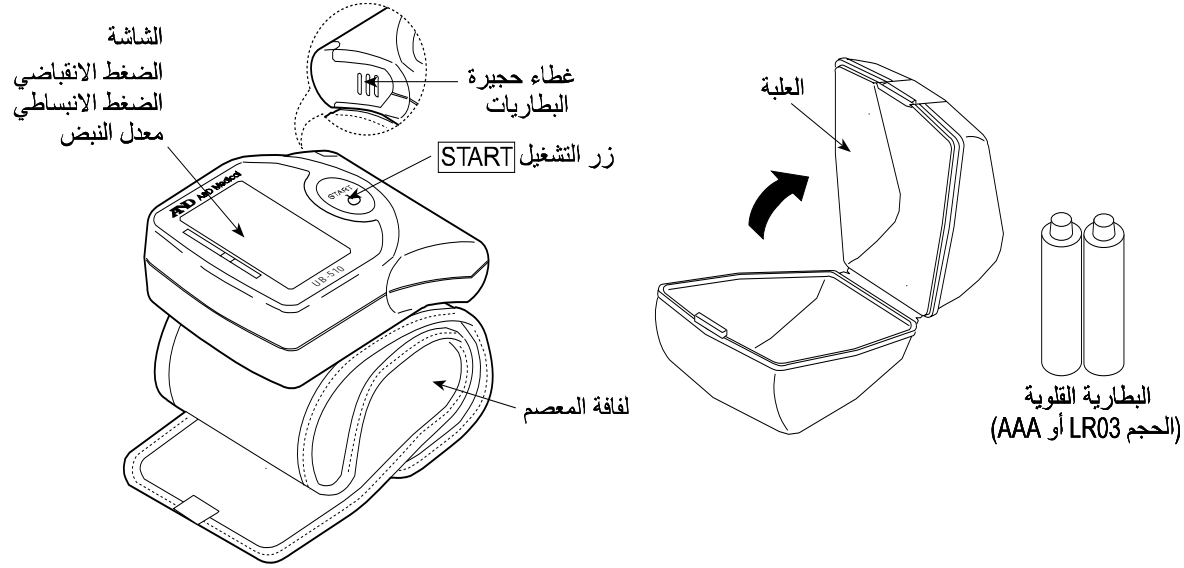
البدء

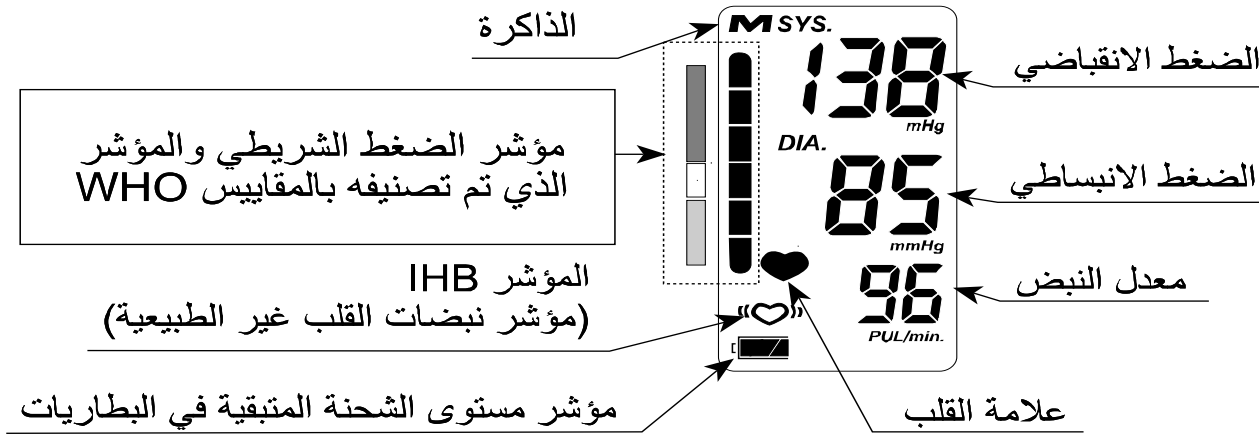
1. مجموعة المكونات

توجد المكونات التالية في هذا الصندوق:
- شاشة مراقبة ضغط الدم
- دليل التعليمات

- بطاريات من الحجم (AAA)، عدد 2
- كيس حفظ المجموعة

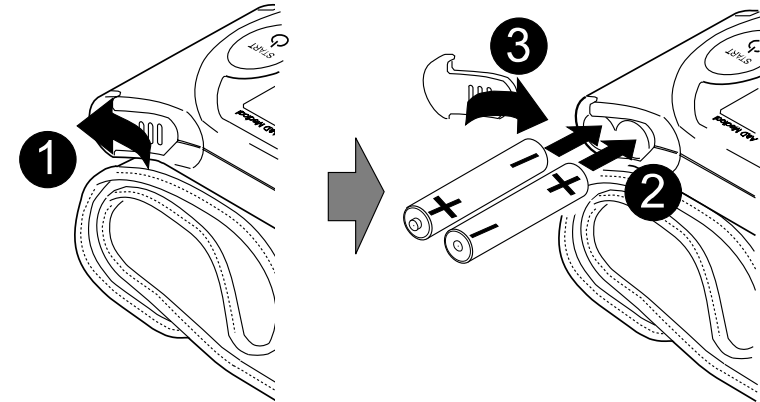
2. شرح الجهاز





3. تحميل البطاريات

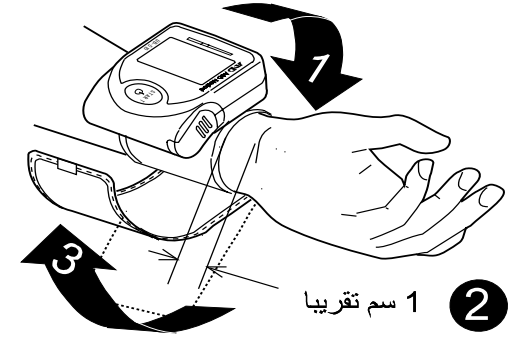
1. قم بإزاحة غطاء البطاريات كما هو موضح في الشكل التوضيحي لنزعه عن الجهاز.
2. قم بإدخال بطاريتين من الحجم AAA/LR03 في حجيرة البطاريات مع كون طرفا التوصيل الموجب (+) والسالب (-) ملائمين للطرفين المشار إليهما على حجيرة البطاريات.
3. قم بإزاحة غطاء البطاريات بالاتجاه المعاكس لإغلاقه.



القياس

1. تثبيت لفافة المعصم

1. قم بلف اللفافة حول معصمك بحيث تكون أعلى من اليد بمقدار 1 سم تقريباً كما هو موضح في الشكل التوضيحي الموجود على اليمين.
 2. قم بتثبيت اللفافة بإحكام باستعمال الشريط اللاصق .
- ملاحظة: لضمان القياس الصحيح، قم بتثبيت اللفافة بإحكام وقم بتنفيذ عملية القياس على المعصم المكشوف .



2. قياس ضغط دمك

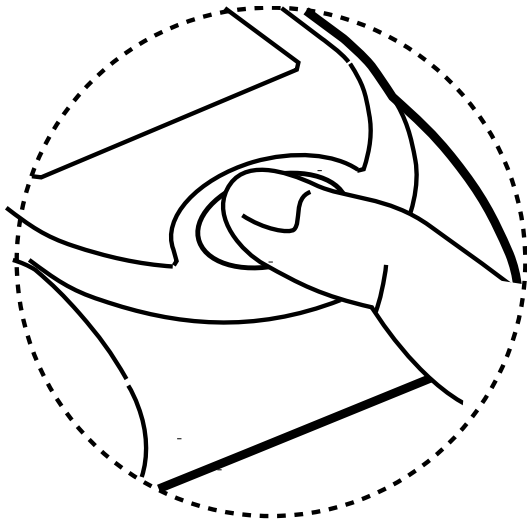
1. اجلس على كرسي على أن تكون قدميك موضوعتين على الأرضية. ضع ذراعك على منصة وكن مسترخياً. ينبغي أن تكون اللفافة بنفس مستوى قلبك .
2. اضغط زر التشغيل START لبدء عملية القياس .
3. كن هادئاً الى أن يتم إكمال عملية القياس .



3. استدعاء الذاكرة

يتم حفظ بيانات القياس (الضغط الانقباضي والضغط الانبساطي ومعدل النبض) في ذاكرة شاشة المراقبة تلقائياً بعد اكتمال عملية القياس.

- سعة الذاكرة الاجمالية: 30 عملية قياس
- عندما تصبح الذاكرة مملوءة، يتم حذف أقدم بند من البيانات .
- يتم مسح جميع البيانات المحفوظة في الذاكرة عند نزع البطاريات عن شاشة المراقبة .



1. احتفظ بزر التشغيل START مضغوطاً لمدة 3 ثوان تقريباً الى أن يتم عرض العلامة " n01 " على الشاشة.

2. ارفع إصبعك عن الزر.

3. سيتم عرض جميع البيانات تلقائياً. (سيتم عرض آخر بند من البيانات أولاً)

4. إرشادات عن عمليات القياس بدقة

قبل عملية القياس

- 1) قم بقياس ضغط الدم في نفس الوقت كل يوم، لأن ضغط الدم يتغير طوال اليوم .
- 2) كن مسترخياً لمدة 5 الى 10 دقائق قبل قياس ضغط الدم .
- 3) اجلس على كرسي وكن مسترخياً .
- 4) قم بتثبيت اللقافة على ذراعك بصورة صحيحة كما هو موضح أعلاه .

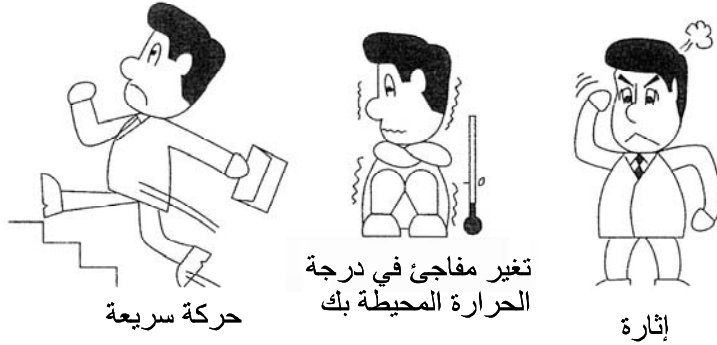
أثناء عملية القياس

- 1) لا تتحدث مع الآخرين .
- 2) كن هادئاً أثناء عملية القياس .
- 3) ينبغي أن تكون اللقافة بنفس مستوى قلبك .

بعد اكتمال عملية القياس

- 1) لا تنزعج من نتيجة القياس .
- 2) قم باستشارة طبيبك وتجنب التشخيص الذاتي .

بعض العوامل التي تؤدي الى زيادة ضغط الدم



للمزيد من التفاصيل، يرجى قراءة دليل التعليمات الموجود في الصندوق .

谢谢您！ Thank you! 감사합니다!
Salamat! Thank you! धन्यवाद! നന്ദി
ありがとうございます。 ขอบคุณ Cảm ơn bạn!
Terima kasih!
 എഎൻഡി മോണിട്ടർ വാങ്ങിയതിന് നിങ്ങൾക്ക് നന്ദി!

ഓപ്പറേഷൻ മാനുവൽ

ഇൻ ഡക്സ്

- 1. ആരംഭിക്കുന്നു
 - ഘടകങ്ങൾ സജ്ജീകരിക്കുക..... 2
 - ഉപകരണവിവരണം..... 2
 - ബാറ്ററികൾ ഇൻ സ്റ്റാൾ ചെയ്യുന്നു 3
- 2. അളവ്
 - കഫ് സുരക്ഷിതമാക്കുക 4
 - നിങ്ങളുടെ രക്തസമ്മർദ്ദം അളക്കുന്നു..... 4
 - മെമ്മറി റീകാൾ 5
 - കൃത്യമായ അളവിനുള്ള പൊടിക്കൈകൾ 6

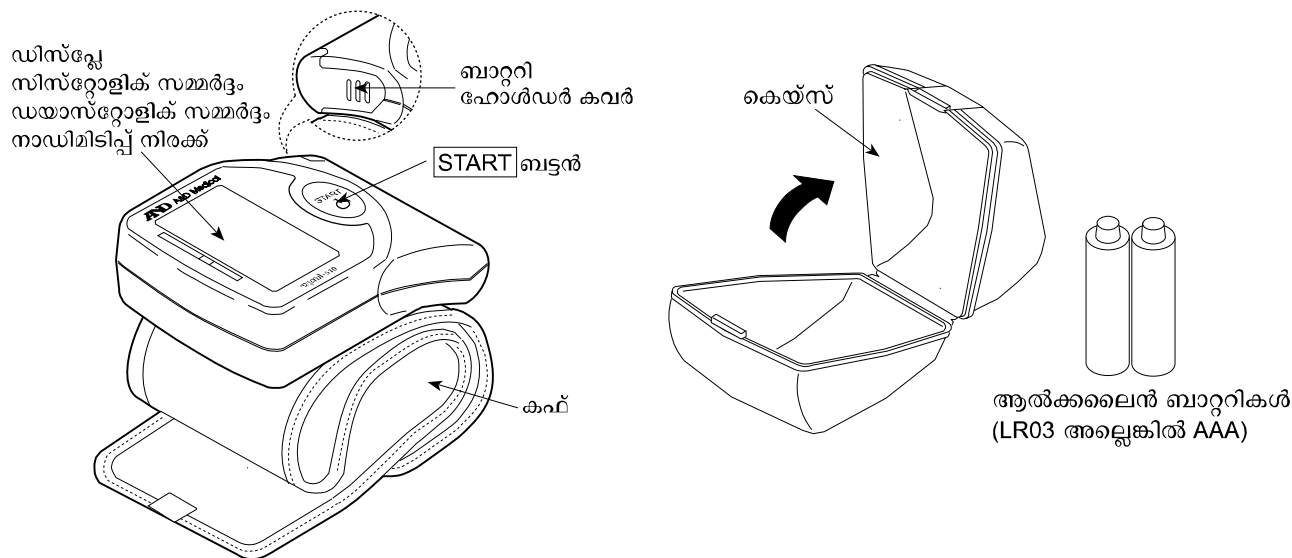
ആരംഭിക്കുന്നു

1. ഘടകങ്ങൾ സജ്ജീകരിക്കുക

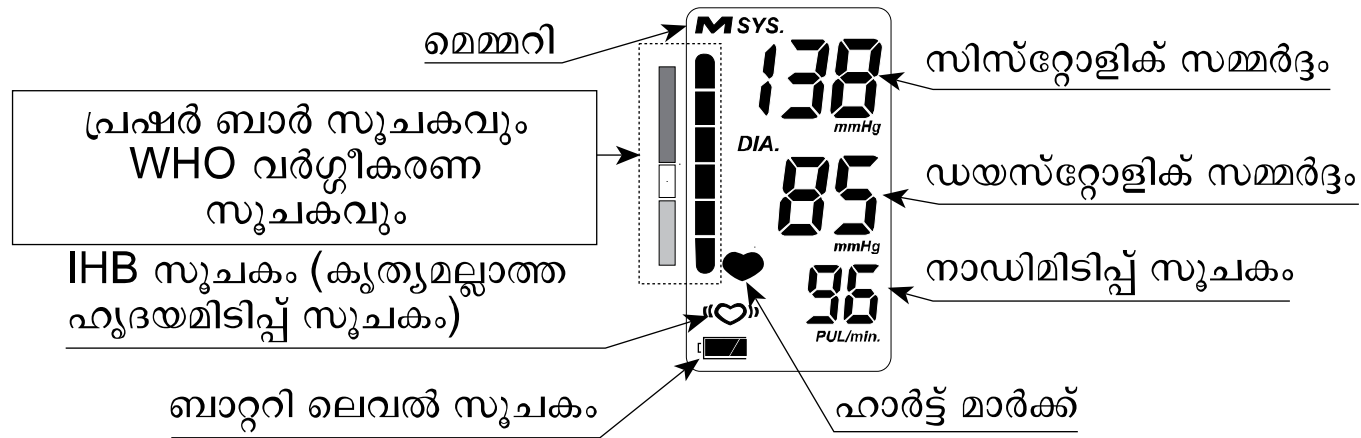
ഈ പാക്കേജിൽ താഴെ പറയുന്ന ഘടകങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുന്നു:

- ബ്ലഡ് പ്രഷർ മോണിറ്റർ
- ബാറ്ററികൾ (AAA) x 2
- കാരിയിംഗ് കേസ്
- നിർദ്ദേശ മാനുവൽ
- ഓപ്പറേഷൻ മാനുവൽ

2. ഉപകരണ വിവരണം

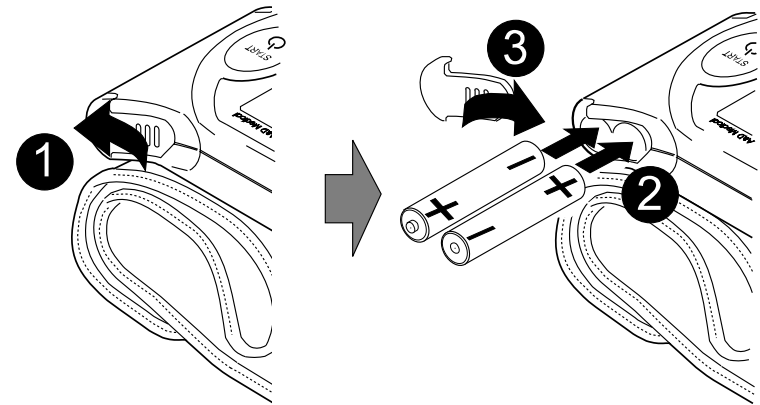


ഡിസ്പ്ലേ വിവരണം



3. ബാറ്ററികൾ ഇൻസ്റ്റാൾ ചെയ്യുന്നു

1. ഉപകരണത്തിൽ നിന്ന് നീക്കം ചെയ്യുന്നതിനു വേണ്ടി ബാറ്ററി കവർ നിരക്കുക.
2. രണ്ട് AAA / LR03 വലിപ്പത്തിലുള്ള ബാറ്ററികൾ ബാറ്ററി അറയിൽ തിരുകുക. ബാറ്ററി കമ്പാർട്ട്മെന്റിൽ രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്ന പോസിറ്റീവ് (+), നെഗറ്റീവ് (-) ടെർമിനലുകൾ യോജിക്കുന്ന വിധത്തിൽ
3. അടക്കുന്നതിന് ബാറ്ററി കവർ നിരക്കുക.

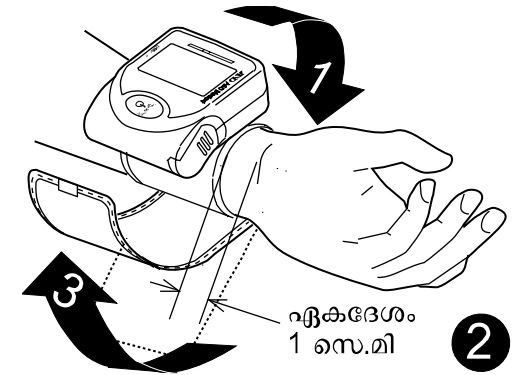


അളവ്

1. കഫ് സുരക്ഷിതമാക്കുക

1. വലതുവശത്തെ ചിത്രത്തിൽ കാണുന്നതു പോലെ നിങ്ങളുടെ കൈത്തണ്ട്ക്ക് ഏകദേശം 1 സെ. മി മുകളിലായി കഫ് കെട്ടുക.
2. വെൽക്രോ സ്‌ട്രിപ്പ് ഉപയോഗിച്ച് കഫ് നന്നായി മുറുക്കുക.

ശ്രദ്ധിക്കുക: കൃത്യമായ അളവുകൾക്ക്, കഫ് നന്നായി മുറുക്കുകയും നഗ്നമായ കൈത്തണ്ട്ക്കു മീതെ കഫ് വച്ച് അളവ് എടുക്കുകയും ചെയ്യുക.



2. നിങ്ങളുടെ രക്തസമ്മർദ്ദം അളക്കുന്നു

1. നിങ്ങളുടെ കാൽപ്പാദം തറയിൽ പരത്തിവെച്ച് ഒരു കസേരയിൽ ഇരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ കൈ മേശപ്പുറത്തുവെച്ച് ഇരിപ്പ് സുഗമമാക്കുക. കഫ് ഏകദേശം നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിന്റെ അതേ നിരപ്പിൽ ആയിരിക്കണം.
2. അളവ് എടുക്കാൻ ആരംഭിക്കുന്നതിന് **START** ബട്ടൺ അമർത്തുക.
3. ശാന്തത പാലിച്ച് അളക്കൽ പൂർത്തിയാകും വരെ അനങ്ങാതെ ഇരിക്കുക.

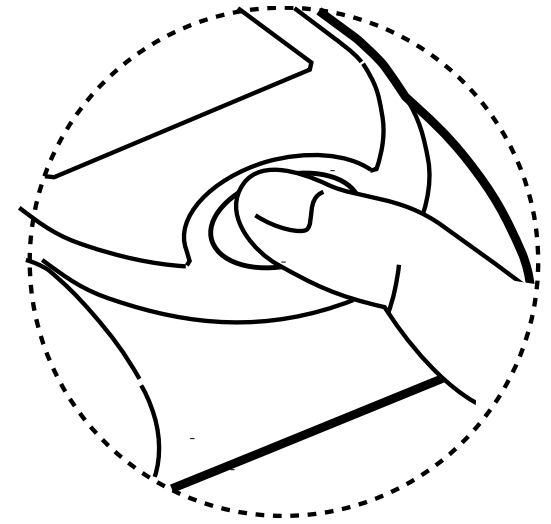


3. മെമ്മറി റീകാൾ

ഓരോ അളക്കലും പൂർത്തിയായി കഴിയുമ്പോൾ, ഈ രക്തസമ്മർദ്ദ മോണിറ്റർ അളവ് സംബന്ധിച്ച വിവരങ്ങൾ ഓർമ്മിക്കും. (സിസ്റ്റോളിക്, ഡയസ്റ്റോളിക്, പൾസ് വാല്യു).

- മെമ്മറിയുടെ മൊത്തം എണ്ണം: 30 സെറ്റുകൾ
- മെമ്മറിയുടെ ഉൾക്കൊള്ളാനുള്ള കഴിവ് പരമാവധിയിൽ എത്തുമ്പോൾ അത് ഏറ്റവും പഴക്കം ചെന്ന വിവരങ്ങൾ മാച്ച് ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു.
- മോണിറ്ററിൽ നിന്ന് ബാറ്ററികൾ മാറ്റിക്കഴിയുമ്പോൾ എല്ലാ മെമ്മറി വിവരങ്ങളും മാച്ച് ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു.

1. START ബട്ടൺ അമർത്തുകയും ഏകദേശം 3 സെക്കന്റ് നേരത്തേക്ക് ബട്ടൺ അമർത്തിപ്പിടിക്കുകയും ചെയ്യുക. ഡിസ്പ്ലെയിൽ "n01" മാർക്ക് പ്രത്യക്ഷപ്പെടുമ്പോൾ കൈയെടുക്കാം.
2. ബട്ടൺ അമർത്തുന്നത് അവസാനിപ്പിക്കുക.
3. എല്ലാ വിവരങ്ങളും സ്വയം പ്രദർശിപ്പിക്കപ്പെടും (ഏറ്റവും പുതിയ വിവരങ്ങൾ ഏറ്റവും ആദ്യം കാണും).



4. കൃത്യമായ അളവെടുക്കലിനുള്ള പൊടിക്കൈകൾ

അളവ് എടുക്കലിനു മുൻപ്

- 1) ഓരോ ദിവസവും ഒരേസമയത്ത് തന്നെ രക്തസമ്മർദ്ദം അളക്കുക; രക്തസമ്മർദ്ദം ദിവസം മുഴുവനും മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കും.
- 2) നിങ്ങളുടെ രക്തസമ്മർദ്ദം അളക്കുന്നതിനു മുൻപ് അഞ്ച് പത്ത് മിനിറ്റു നേരം ശാന്തമായി ഇരിക്കുക.
- 3) ശാന്തമായ ഒരു അവസ്ഥയിൽ ഇരിക്കുക.
- 4) മുകളിൽ പറഞ്ഞ വിധത്തിൽ കഫ് നിങ്ങളുടെ കയ്യിന്മേൽ മുറുക്കി സൂക്ഷിക്കുക.

അളക്കുന്ന സമയത്ത്

- 1) സംസാരിക്കരുത്.
- 2) പ്രക്രിയ പൂർത്തിയാകും വരെ ശാന്തമായും നിശബ്ദമായും ഇരിക്കുക.
- 3) കഫ് ഹൃദയനിരപ്പിൽ സൂക്ഷിക്കുക.

അളക്കലിനു ശേഷം

- 1) ഓരോ അളക്കൽ ഫലവും അറിഞ്ഞതിനു ശേഷവും പരിഭ്രാന്തരാകരുത്.
- 2) നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടറുടെ ഉപദേശം തേടുക, സ്വയം രോഗനിർണ്ണയം നടത്തരുത്.

നിങ്ങളുടെ രക്തസമ്മർദ്ദം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന വിവിധ ഘടകങ്ങൾ



പെട്ടെന്നുള്ള ചലനം



ചുറ്റുമുള്ള താപനിലയിൽ പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന വ്യതിയാനം



വികാരാവേശം



ആൽക്കഹോൾ അല്ലെങ്കിൽ പുകവലി



പൊണ്ണത്തടി



ഉറക്കത്തിന്റെ കുറവ്

കുടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് പാക്കേജിനോടൊപ്പം ഉള്ള ഇൻ സ്ട്രക്ഷൻ മാനുവൽ വായിക്കുക.



操作手冊

索引

1. 快速入門

- 安裝組件 2
- 裝置說明 2
- 安裝電池 3

2. 測量

- 固定袖帶 4
- 測量血壓 4
- 記憶體取閱 5
- 精確測量之提示 6

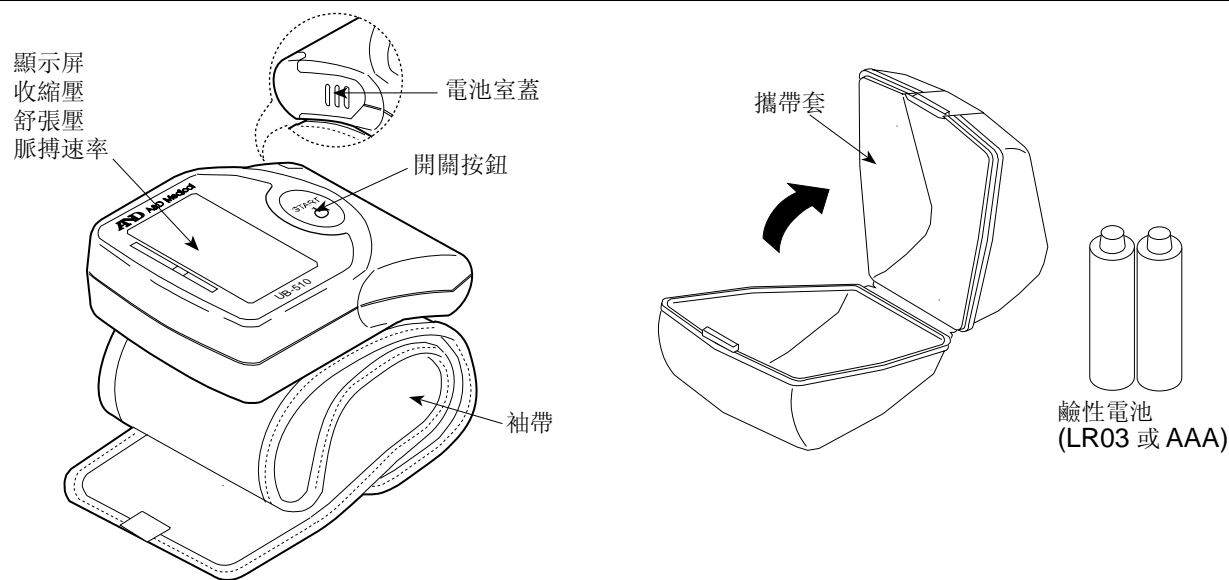
快速入門

1. 安裝組件

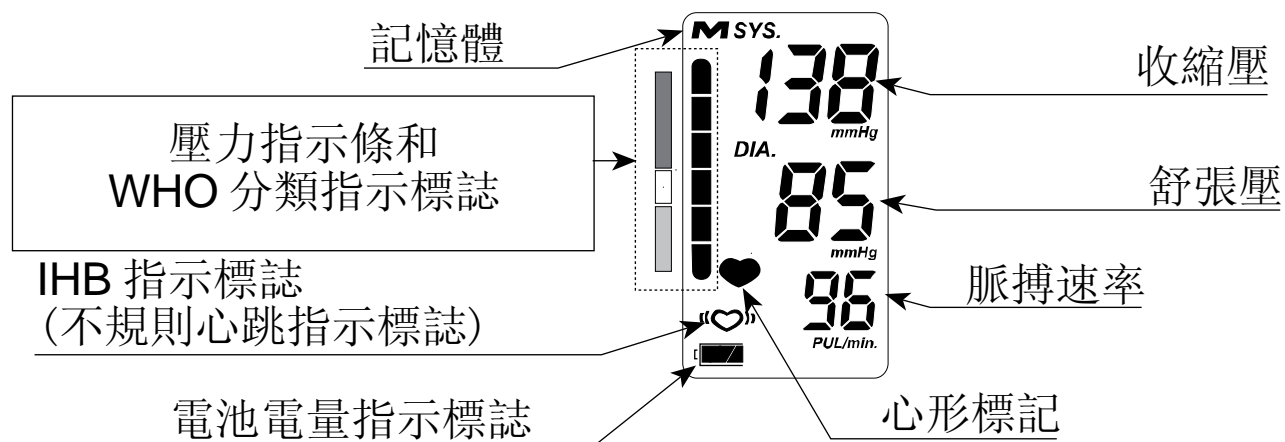
此產品包裝內含以下物件：

- 血壓監測儀
- 說明手冊
- 兩顆電池 (AAA)
- 操作手冊
- 攜帶套

2. 裝置說明

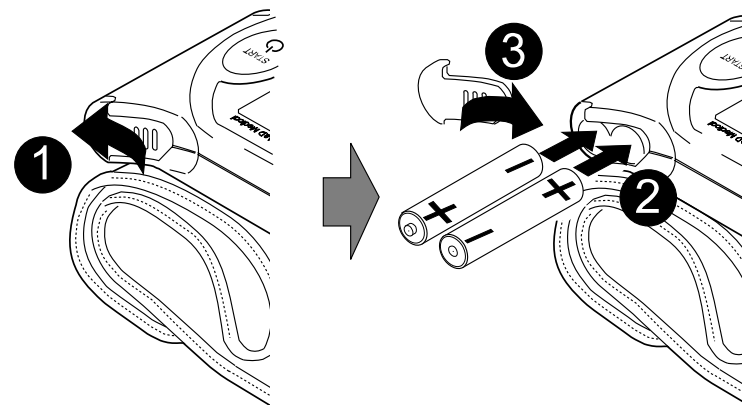


顯示屏說明



3. 安裝電池

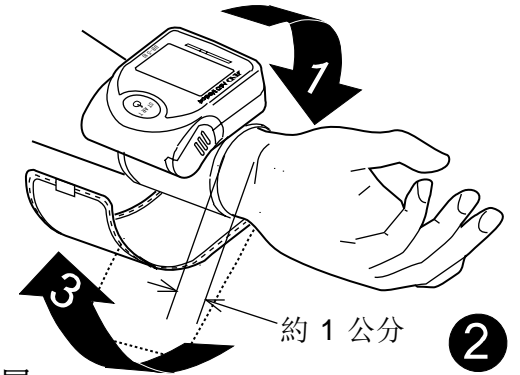
1. 如圖所示滑動電池室蓋，將其從本裝置中取出。
2. 將兩顆 AAA/LR03 大小的電池裝入電池室中，讓正極 (+) 和負極 (-) 與電池室上的標記相符。
3. 向後滑動電池室蓋以關閉之。



測量

1. 固定袖帶

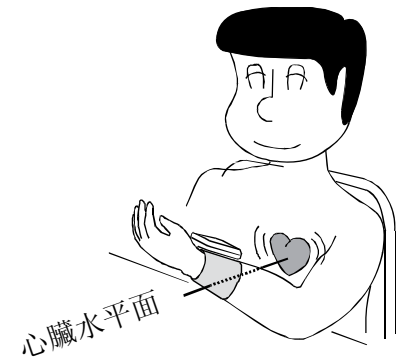
1. 將袖帶包繞在手部上方 1 公分的腕部，如右圖所示。
2. 用維可牢尼龍搭(魔術貼)扣帶扎緊袖帶。



注意事項：爲了準確測量，請適當地緊縛袖帶在裸腕(無衣物相隔) 上進行測量。

2. 測量血壓

1. 坐在椅子上，雙腳平放在地面。將手臂放在桌子上，身體放鬆。
袖帶應與心臟位置處於同一水平面。
2. 按下 **START** 按鈕開始測量。
3. 保持安靜，直到完成測量爲止。



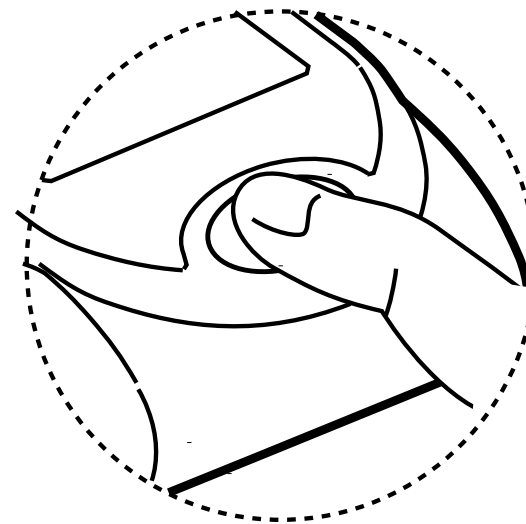
3. 記憶體取閱

每次測量完畢之後，此血壓監測儀會自動記憶測量資料（心臟收縮壓、舒張壓和脈搏值）。

- 記憶總次數：30 次
- 記憶體使用到最大容量時，會刪除最舊的記憶資料。
- 從監測儀中取下電池時，會清除全部記憶資料。

記憶體取閱

1. 按住 **START** 按鈕約 3 秒鐘，直到「n01」標記出現在顯示屏上為止。
2. 鬆開按鈕。
3. 會自動顯示全部資料。(最新資料將會最先顯示)



4. 精確測量之提示

測量之前

- 1) 每天在同一時間測量血壓；血壓在一天中會有變化。
- 2) 測量之前保持放鬆五至十分鐘。
- 3) 放鬆地坐在椅子上。
- 4) 按以上步驟將袖帶妥貼地固定在手腕上。

測量期間

- 1) 不要講話。
- 2) 在整個測量過程中保持安靜和心情平靜。
- 3) 讓袖帶與心臟位置處於同一水平面。

測量之後

- 1) 每次測量之後，請不要看到結果時驚慌不安。
- 2) 請諮詢醫師，不要自行診斷結果。

導致血壓升高之因素



快速
運動



環境溫度
突然變化



情緒激動



飲酒或
吸煙



肥胖



睡眠不足

如需詳細資料，請參閱產品包裝中隨附的說明手冊。

The logo consists of the letters 'A' and 'D' in a bold, black, sans-serif font. The 'A' and 'D' are connected at the top and bottom, with a small gap between them in the middle. The 'A' has a slight curve on its right side, and the 'D' has a slight curve on its left side.

A&D Company, Limited

1-243 Asahi, Kitamoto-shi, Saitama 364-8585 JAPAN

Telephone: [81] (48) 593-1111 Fax: [81] (48) 593-1119