

Europe / Middle-East / Africa

■ Microlife AG
Esenstrasse 139
9443 Widnau / Switzerland
Tel. +41 / 71 727 70 30
Fax +41 / 71 727 70 39
Email admin@microlife.ch
www.microlife.com

Asia

Microlife Corporation.
9F, 431, RuiGang Road, NeiHu
Taipei, 11492, Taiwan, R.O.C.
Tel. +886 2 8797-1288
Fax +886 2 8797-1283
Email service@microlife.com.tw
www.microlife.com

North / Central / South America

Microlife USA, Inc.
1617 Gulf to Bay Blvd., 2nd Floor Ste A
Clearwater, FL 33755 / USA
Tel. +1 727 442 5353
Fax +1 727 442 5377
Email msa@microlifeusa.com
www.microlife.com

CE0044

IB BP AG1-20 S&E-V13 2416

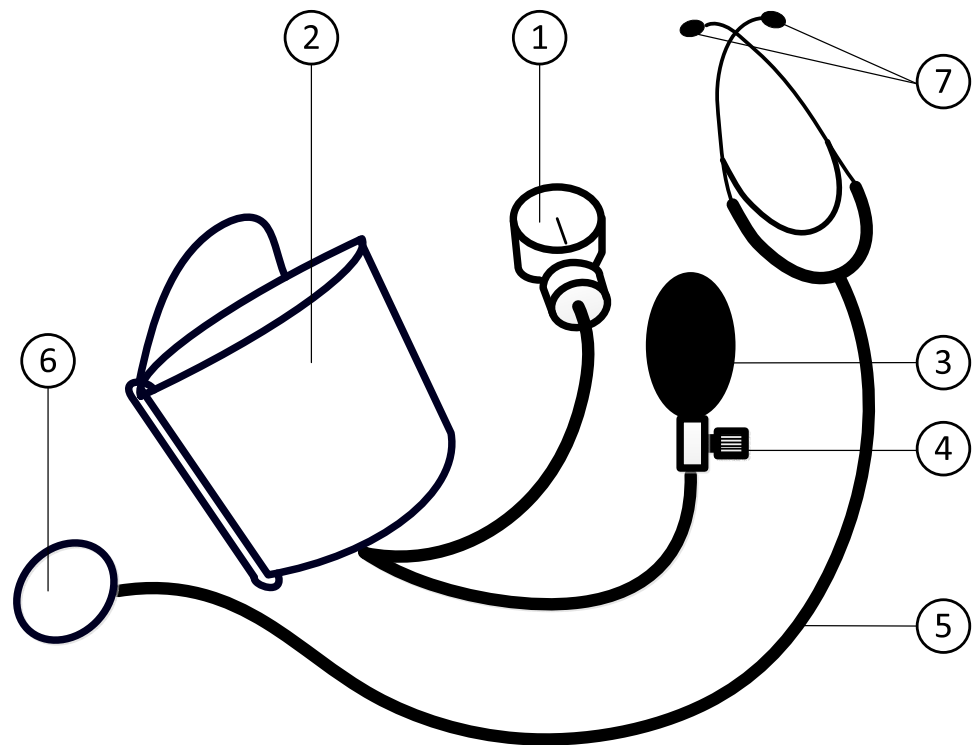
microlife®



Microlife BP AG1-20

EN	→	1
FR	→	6
IT	→	10
RU	→	14
SR	→	18
HR	→	22
BG	→	26
RO	→	30
CZ	→	34
SK	→	38
TR	→	42
AR	→	46
FA	→	50

microlife®



Name of Purchaser / Nom de l'acheteur / Nome del rivenditore / Ф.И.О. покупателя / Ime i prezime kupca / Ime i prezime kupca / Име на купувача / Numele cumpărătorului / Jméno kupujícího / Meno zákazníka / Alıcının adı / نام خریدار / اسم المشتري

Serial Number / Numéro de série / Numero di serie / Серийный номер / Serijski broj / Serijski broj / Сериен номер / Număr de serie / Výrobní číslo / Výrobné číslo / Seri numarası / مدل / رقم التسلسل

Date of Purchase / Date d'achat / Data d'acquisto / Дата покупки / Datum kupovine / Datum kupovine / Дата на закупуване / Data cumpărării / Datum nákupu / Dátum kúpy / Satın alma tarihi / تاريخ الشراء / شماره سریال

Specialist Dealer / Revendeur / Categoria rivenditore / Специализированный дилер / Ovlašteni diler / Ovlašteni prodavač / Специалист дистрибутор / Distributor de specialitate / Specializovaný dealer / Specializovaný predajca / Uzman satıcı / التاجر المختص / تاريخ خرید

- ① Manometer
- ② Cuff
- ③ Pump ball
- ④ Adjustable deflation valve
- ⑤ Stethoscope
- ⑥ Chest piece
- ⑦ Ear piece



Read the instructions carefully before using this device.

Dear Customer,
this aneroid blood pressure kit is a mechanical blood pressure measuring device for use on the upper arm and ensures you a precise and consistent measurement.
Please read through these instructions carefully so that you understand all functions and safety information. We want you to be happy with your Microlife product. If you have any questions or problems please contact your local Microlife-Customer Service. Your dealer or pharmacy will be able to give you the address of the Microlife dealer in your country. Alternatively, visit the internet at www.microlife.com where you will find a wealth of invaluable information on our products.
Stay healthy – Microlife AG!

Table of Contents

- 1. Important Facts about Blood Pressure and Self-Measurement**
 - How do I evaluate my blood pressure?
- 2. Using the Device for the First Time**
 - Selecting the correct cuff
- 3. Taking a Blood Pressure Measurement using this Device**
 - Checklist for taking a reliable measurement
 - Measuring procedure
- 4. Malfunction / Troubleshooting**
- 5. Safety, Care, Accuracy Test and Disposal**
 - Safety and protection
 - Device care
 - Cleaning the cuff
 - Accuracy test
 - Disposal
- 6. Guarantee**
- 7. Technical Specifications**
Guarantee Card (see Back Cover)

1. Important Facts about Blood Pressure and Self-Measurement

- **Blood pressure** is the pressure of the blood flowing in the arteries generated by the pumping of the heart. Two values, the **systolic** (upper) value and the **diastolic** (lower) value, are always measured.
- **Permanently high blood pressure values can damage your health and must be treated by your doctor!**
- Always discuss your values with your doctor and tell him/her if you have noticed anything unusual or feel unsure. **Never rely on single blood pressure readings.**
- There are many causes of excessively **high blood pressure values**. Your doctor will explain them in more detail and offer treatment where appropriate. Besides medication, relaxation techniques, weight loss and exercise can also lower your blood pressure.
- **Under no circumstances should you alter the dosages of any drugs prescribed by your doctor!**
- Depending on physical exertion and condition, blood pressure is subject to wide fluctuations as the day progresses. **You should therefore take your measurements in the same quiet conditions and when you feel relaxed!** Take at least two measurements per day, one in the morning and one in the evening.
- It is quite normal for two measurements taken in quick succession to produce significantly **different results**.
- **Deviations** between measurements taken by your doctor or in the pharmacy and those taken at home are quite normal, as these situations are completely different.
- **Several measurements** provide a much clearer picture than just one single measurement.
- **Leave a small break** of at least 15 seconds between two measurements.
- If you are **pregnant**, you should monitor your blood pressure very closely as it can change drastically during this time!

How do I evaluate my blood pressure?

Table for classifying home blood pressure values in adults in accordance with the international Guidelines (ESH, AHA, JSH). Data in mmHg.

Range	Systolic	Diastolic	Recommendation
blood pressure too low	↓ 100	↓ 60	Consult your doctor
1. blood pressure optimum	100 - 130	60 - 80	Self-check
2. blood pressure elevated	130 - 135	80 - 85	Self-check
3. blood pressure too high	135 - 160	85 - 100	Seek medical advice
4. blood pressure dangerously high	160 ↑	100 ↑	Urgently seek medical advice!

The higher value is the one that determines the evaluation.

Example: a blood pressure value of **140/80** mmHg or a value of **130/90** mmHg indicates «blood pressure too high».

2. Using the Device for the First Time

Selecting the correct cuff

When choosing the correct size cuff the arm circumference should be measured at the centre of the upper arm. 22 - 32 cm (8.75 - 12.5 inches) should be the correct size for the majority of people.

☞ Only use Microlife cuffs.

- ▶ Contact your local Microlife Service if the enclosed cuff ② does not fit.

3. Taking a Blood Pressure Measurement using this Device

Checklist for taking a reliable measurement

1. Avoid activity, eating or smoking immediately before the measurement.
2. Sit down for at least 5 minutes before the measurement and relax.
3. Always measure on the same arm (normally left).
4. Remove close-fitting garments from the upper arm. To avoid constriction, shirt sleeves should not be rolled up - they do not interfere with the cuff if they are laid flat.
5. Always ensure that the correct cuff size is used (marking on the cuff).
 - Fit the cuff closely, but not too tight.
 - Make sure that the cuff is positioned 2 cm above the elbow.

- The **artery mark** located on the cuff (ca. 3 cm long bar) must lie over the artery which runs down the inner side of the arm.
 - Support your arm so it is relaxed.
 - Ensure that the cuff is at the same height as your heart.
6. Any improper setup or damage to the stethoscope will cause distorted sound or poor sound transmission causing inaccurate readings.
 7. **Proper deflation rate is essential for an accurate reading.** Practice and master a recommended deflation rate of 2-3 mmHg per second or a drop of 1-2 marks on the manometer ① for each heartbeat.

Measuring procedure

1. Place the chest piece ⑥ underneath the cuff ② or 1-2 cm below it. Make sure the chest piece is in contact with the skin and lies on the brachial artery.
2. Plug in the ear piece ⑦ and check, if the chest piece is placed correctly, so that the Korotkoff sounds appear the loudest.
3. Close the valve ④ on the pump ball ③ by turning the screw clockwise. Do not over-tighten.
4. Take the pump ball ③ in your free hand (the arm you are not using to measure) and pump up the cuff. Watch the pressure indicator on the manometer ① and pump up to approx. 40 mmHg higher than the expected systolic value (the upper value).
 - Inflate to 200 mmHg if you are not sure about the expected value.
5. Open the valve ④ slowly by turning the screw counter clockwise whilst holding the stethoscope chest piece ⑥ on the brachial artery. Listen carefully as the cuff begins to deflate. Note the reading on the manometer ① as soon as you hear a faint, rhythmic tapping or thumping sounds. **This is the systolic blood pressure reading.**
6. Allow the pressure to continue dropping at the same deflation rate. Note the reading on the manometer ① as soon as the thumping sound stops. **This is the diastolic blood pressure reading.**
7. Deflate the cuff completely.
8. Repeat the measurement at least two further times and record your values, date and time immediately after finishing the measurements.
9. Remove the cuff and the stethoscope.

4. Malfunction / Troubleshooting

If problems occur when using the device, the following points should be checked and if necessary, the corresponding measures are to be taken:

Description	Potential cause and remedy
The sound transmission is poor, distorted or there is extraneous noise.	<ul style="list-style-type: none"> • Check the ear pieces if they are dirty or cracked. If not, make sure you wear them properly. • Check the tube if it is broken or twisted. • Check the chest piece if there is any damage. • Make sure the chest piece is in contact with the skin and lies on the brachial artery. Clean or replace any defective parts if found to avoid inaccurate reading.
The pressure does not rise although the pump ball ③ is pumping.	<ul style="list-style-type: none"> • Make sure that the valve is closed. • Make sure the cuff is properly connected to bulb and manometer. • Check if the cuff, tube and/or bulb is leaking. Replace the defective parts if any.
The deflation rate can not be set to 2-3 mmHg/sec. by adjusting the valve ④.	Disassemble the valve from pump ball to check if there is any blockage in the airway of the valve. Clean the blockage and try again. If it still does not work, replace it to avoid inaccurate readings.
The manometer needle is not at 0 ± 3 mmHg at rest.	<ul style="list-style-type: none"> • Make sure that the valve is completely open for zero check. • If still more than 3 mmHg deviation, contact your dealer to recalibrate the manometer.



If you think the results are unusual, please read through the information in «Section 1.» carefully.

5. Safety, Care, Accuracy Test and Disposal



Safety and protection

- This device may only be used for the purposes described in these instructions. The manufacturer cannot be held liable for damage caused by incorrect application.
- This device comprises sensitive components and must be treated with caution. Observe the storage and operating conditions described in the «Technical Specifications» section.
- Protect it from:
 - water and moisture
 - extreme temperatures
 - impact and dropping
 - contamination and dust
 - direct sunlight
 - heat and cold
- The cuffs are sensitive and must be handled with care.
- Only pump up the cuff once fitted.
- Never inflate beyond 300 mmHg.
- Always deflate the cuff completely before storage.
- Do not use this device if you think it is damaged or notice anything unusual.
- Never open this device.
- Read the additional safety information provided within the individual sections of this instruction manual.



Ensure that children do not use this device unsupervised; some parts are small enough to be swallowed. Be aware of the risk of strangulation in case this device is supplied with cables or tubes.

Device care

Clean the device only with a soft, dry cloth.

Cleaning the cuff

Carefully remove spots on the cuff with a damp cloth and soapsuds.



WARNING: Do not wash the cuff in a washing machine or dishwasher!

Accuracy test

We recommend this device is tested for accuracy every 2 years or after mechanical impact (e.g. being dropped). Please contact your local Microlife-Service to arrange the test (see foreword).

Disposal



Batteries and electronic devices must be disposed of in accordance with the locally applicable regulations, not with domestic waste.

6. Guarantee

This device is covered by a **2 year guarantee** from the date of purchase. The guarantee is valid only on presentation of the guarantee card completed by the dealer (see back) confirming date of purchase or the receipt.

- Cuffs and parts that become worn with use are not included.
- Opening or altering the device invalidates the guarantee.
- The guarantee does not cover damage caused by improper handling, accidents or non-compliance with the operating instructions.

Please contact your local Microlife-Service (see foreword).


7. Technical Specifications

Weight:	450 g
Dimensions:	175 x 70 x 103 mm
Storage conditions:	-20 - +70 °C 85 % relative maximum humidity
Operating conditions:	10 - 40 °C
Measurement range:	0 - 300 mmHg
Resolution:	2 mmHg
Static accuracy:	within ± 3 mmHg between 18 - 33 °C; within ± 6 mmHg between 34 - 46 °C
Pressure reduction rate:	2-3 mmHg/sec.
Air leakage:	< ± 4 mmHg/min
Hysteresis error:	within 0 - 4 mmHg
Included accessories:	M-cuff (22-32 cm), pump ball, valve, stethoscope, softbag
Reference to standards:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

This device complies with the requirements of the Medical Device Directive 93/42/EEC.

Technical alterations reserved.

- ① Manomètre
- ② Brassard
- ③ Poire
- ④ Valve de dégonflage réglable
- ⑤ Stéthoscope
- ⑥ Pavillon
- ⑦ Oreillettes

 Veuillez lire attentivement les instructions avant d'utiliser ce produit.

Cher client,

Ce tensiomètre anéroïde est un dispositif mécanique de prise de tension à placer au niveau du bras pour une lecture précise et fiable.

Veuillez lire attentivement ces instructions afin de comprendre toutes les fonctions et informations de sécurité. Nous souhaitons que cet appareil Microlife vous apporte la plus grande satisfaction possible. Si vous avez des questions ou des problèmes, veuillez contacter votre Service Clients Microlife local. Adressez-vous à votre revendeur ou à la pharmacie où vous avez acheté l'appareil pour avoir les coordonnées du représentant Microlife de votre pays. Vous pouvez aussi visiter notre site Internet à l'adresse www.microlife.fr, où vous trouverez de nombreuses et précieuses informations sur nos produits.

Restez en bonne santé avec Microlife AG!

Sommaire

1. **Informations importantes sur la tension et l'auto-mesure**
 - Comment puis-je évaluer ma tension?
2. **Première mise en service de l'appareil**
 - Sélection du brassard correct
3. **Prise de tension avec cet appareil**
 - Liste de contrôle pour une mesure fiable
 - Procédure de mesure
4. **Dysfonctionnements / dépannage**
5. **Sécurité, entretien, test de précision et élimination de l'équipement**
 - Sécurité et protection
 - Entretien de l'appareil
 - Nettoyage du brassard
 - Test de précision
 - Élimination de l'équipement
6. **Garantie**
7. **Caractéristiques techniques**
Carte de garantie (voir verso)

1. Informations importantes sur la tension et l'auto-mesure

- La **tension** est la pression du sang qui circule dans les artères sous l'effet du pompage du cœur. Deux valeurs, la tension **systolique** (valeur la plus haute) et la tension **diastolique** (valeur la plus basse), sont toujours mesurées.
- **Une tension élevée en permanence peut nuire à votre santé et nécessite un traitement. Veuillez consulter votre médecin!**
- Signalez toujours la tension relevée à votre médecin et faites-lui part de toute observation inhabituelle ou de vos doutes. **Ne vous basez jamais sur une seule prise de tension.**
- De nombreux facteurs peuvent provoquer une **tension trop élevée**. Votre médecin pourra vous fournir des explications

plus détaillées à ce sujet et vous prescrire un traitement approprié. Outre les médicaments, il peut être utile de recourir à des techniques de relaxation, de perdre du poids et de pratiquer du sport pour réduire la tension.

- **Ne modifiez sous aucun prétexte par vous-même les dosages prescrits par votre médecin!**
- La tension varie fortement au cours de la journée selon les efforts physiques et l'état. **Vous devriez de ce fait toujours effectuer les mesures dans les mêmes conditions, au calme, quand vous sentez détendu!** Prenez au moins deux mesures par jour, une le matin, l'autre le soir.
- Il est courant que deux mesures effectuées l'une à la suite de l'autre fournissent des **résultats très différents**.
- Il n'est pas non plus inhabituel de constater des **écarts** entre les mesures prises par le médecin ou à la pharmacie et celles que vous effectuez à la maison puisque les environnements sont très différents.
- L'exécution de **plusieurs mesures** fournit une image bien plus claire qu'une seule mesure.
- **Observez une pause** d'au moins 15 secondes entre deux mesures.
- Si vous **attendez un enfant**, vous devriez surveiller votre tension très étroitement étant donné qu'elle peut subir de fortes variations pendant cette période!

Comment puis-je évaluer ma tension?

Tableau de classification des tensions artérielles chez les adultes, conformément aux directives internationales (ESH, AHA, JSH). Données en mmHg.

Plage	Systolique	Diastolique	Recommandation
Tension trop basse	↓ 100	↓ 60	Consultation médicale
1. Tension optimale	100 - 130	60 - 80	Contrôle personnel
2. Tension élevée	130 - 135	80 - 85	Contrôle personnel
3. Tension trop haute	135 - 160	85 - 100	Consultation médicale
4. Tension dangereusement haute	160 ↑	100 ↑	Consultation médicale immédiate!

La valeur la plus haute est déterminante pour l'évaluation.

Exemple: une tension artérielle valeur **140/80** mmHg ou la valeur **130/90** mmHg indique une «tension trop haute».

2. Première mise en service de l'appareil

Sélection du brassard correct

Pour choisir une taille exacte de brassard, il faut mesurer la circonférence du bras qui doit être prise à partir de son centre (22 - 32 cm / 8.75 - 12.5 pouces) et qui devrait être retrouvée chez une majeure partie de la population.

Utilisez exclusivement des brassards Microlife!

- ▶ Adressez-vous à votre Service Microlife local si le brassard ② fourni ne convient pas.

3. Prise de tension avec cet appareil

Liste de contrôle pour une mesure fiable

1. Évitez d'effectuer des efforts physiques, de manger ou de fumer directement avant la prise de tension.
2. Asseyez-vous au moins 5 minutes au calme avant d'effectuer une mesure.
3. Prenez toujours la tension sur le même bras (normalement à gauche).
4. Enlevez les vêtements serrés du haut du bras. Pour éviter une constriction, n'enroulez pas les manches en les remontant - elles n'interfèrent pas avec le brassard quand elles restent à plat.
5. Toujours s'assurer que la taille du brassard correspond bien à la circonférence du bras (imprimer sur le brassard).
 - Placer puis fermer le brassard sans trop le serrer.
 - Vérifier que le brassard est positionné 2 cm au dessus de la plière du coude.
 - **L'artère représentée** sur le brassard (barre d'environ 3 cm) doit être centrée exactement sur l'artère qui parcourt la partie interne du bras.
 - Placez votre bras sur un support pour qu'il soit détendu.
 - Vérifier que le brassard est au même niveau que votre cœur.
6. En cas de mauvais réglage ou si le stéthoscope est endommagé, la transmission du son peut être de mauvaise qualité ou distorsionnée et entraîner des lectures incorrectes.
7. **Il est essentiel d'avoir un taux de déflation adéquat pour obtenir une lecture précise.** Entraînez-vous à obtenir le taux de déflation recommandé de 2-3 mmHg par seconde ou une baisse de 1-2 marques sur le manomètre ① pour chaque battement de cœur.

Procédure de mesure

1. Placez le pavillon ⑥ sous le brassard ② ou 1-2 cm en dessous. Assurez-vous que le pavillon est en contact avec la peau et se trouve sur l'artère brachiale.
2. Mettez les oreillettes ⑦ et vérifiez que le pavillon est correctement placé afin que les signaux de Korotkoff soient parfaitement audibles.
3. Fermez la valve ④ de la poire ③ en tournant la vis dans le sens des aiguilles d'une montre. Ne serrez pas trop.
4. Prenez la poire ③ dans votre main libre (le bras que vous n'utilisez pas pour mesurer) et gonflez le brassard. Regardez l'indicateur de pression du manomètre ① et gonflez-le d'environ 40 mmHg de plus que la valeur systolique attendue (valeur supérieure).
 - Gonflez-le jusqu'à 200 mmHg si vous n'êtes pas sûr de la valeur attendue.
5. Ouvrez lentement la valve ④ en tournant la vis dans le sens des aiguilles d'une montre tout en tenant le pavillon ⑥ du stéthoscope sur l'artère brachiale. Écoutez attentivement pendant que le brassard commence à se dégonfler. Notez la valeur indiquée sur le manomètre ① dès que vous entendez le moindre battement net ou sourd. **Il s'agit de la lecture de la pression artérielle systolique.**
6. Laissez la pression descendre à la même vitesse de déflation. Notez la valeur indiquée sur le manomètre ① dès que le bruit sourd s'arrête. **Il s'agit de la lecture de la pression artérielle diastolique.**
7. Dégonflez complètement le brassard.
8. Recommencez la mesure au moins deux fois et enregistrez les valeurs mesurées dès la fin de la lecture ainsi que la date et l'heure.
9. Retirez le brassard et le stéthoscope.

4. Dysfonctionnements / dépannage

Si des problèmes surgissent en cours d'utilisation de l'appareil, il convient de vérifier les points suivants et de prendre éventuellement les mesures adéquates:

Description	Cause(s) possible(s) et solution
La transmission du son est faible, déformée ou il y a un bruit parasite.	<ul style="list-style-type: none">• Vérifiez que les oreillettes ne sont ni sales ni fissurées. Sinon, assurez-vous que vous les portez correctement.• Vérifiez que le tube n'est ni endommagé ni entortillé.• Vérifiez que le pavillon ne présente aucun dommage.• Assurez-vous que le pavillon est en contact avec la peau et se trouve sur l'artère brachiale. Le cas échéant, nettoyez ou remplacez les pièces défectueuses pour éviter une lecture erronée.
La pression n'augmente pas alors que la poire ③ est actionnée.	<ul style="list-style-type: none">• Assurez-vous que la valve est fermée.• Assurez-vous que le brassard est correctement branché sur la poire et le manomètre.• Vérifiez que le brassard, le tube et/ou la poire ne fuient pas. Remplacez les pièces défectueuses le cas échéant.
La vitesse de dégonflement ne peut être réglé à 2-3 mmHg/sec. en réglant la valve ④ de sortie d'air.	Démontez la valve de la poire et vérifiez que le conduit d'air de la valve n'est pas obstrué. Le cas échéant, désobstruez le conduit et recommencez. Si cela ne fonctionne toujours pas, changez la pièce pour éviter des lectures erronées.
L'aiguille du manomètre n'est pas à 0 ± 3 mmHg au repos.	<ul style="list-style-type: none">• Assurez-vous que la valve est complètement ouverte pour vérifier la mise à zéro.• Si l'écart est supérieur à 3 mmHg, contactez votre revendeur pour recalibrer le manomètre.



Si vous obtenez des résultats que vous jugez inhabituels, veuillez lire attentivement les indications de la «section 1.».

5. Sécurité, entretien, test de précision et élimination de l'équipement



Sécurité et protection

- Cet appareil est réservé aux applications décrites dans ce manuel. Le fabricant ne peut être tenu pour responsable de dommages provoqués par une application incorrecte.
- Cet appareil comprend des éléments sensibles et doit être traité avec précaution. Respectez les conditions de stockage et d'emploi indiquées à la section «Caractéristiques techniques»!
- Il convient de le protéger contre:
 - l'eau et l'humidité
 - des températures extrêmes
 - des chocs et chutes
 - les saletés et la poussière
 - des rayons solaires directs
 - la chaleur et le froid
- Les brassards sont des éléments sensibles qui requièrent des précautions.
- Ne gonflez le brassard qu'après l'avoir ajusté autour du bras.
- Ne gonflez jamais au delà de 300 mmHg.
- Dégonflez toujours complètement le brassard avant de le ranger.
- N'utilisez pas l'appareil si vous pensez qu'il est endommagé ou remarquez quelque chose de particulier.
- N'ouvrez jamais l'appareil.
- Lisez attentivement les indications de sécurité mentionnées dans les différentes sections de ce mode d'emploi.



Ne laissez jamais les enfants utiliser l'appareil sans surveillance. Certaines de ses parties sont si petites qu'elles peuvent être avalées. Possible risque d'étranglement dans le cas où l'appareil est fourni avec des câbles ou des tuyaux.

Entretien de l'appareil

Utilisez exclusivement un chiffon sec et doux pour nettoyer l'appareil.

Nettoyage du brassard

Nettoyer le brassard avec précaution à l'aide d'un chiffon humide et de l'eau savonneuse.



ATTENTION: Ne pas laver le brassard en machine ou au lave vaisselle!

Test de précision

Nous recommandons de faire contrôler la précision de cet appareil tous les 2 ans ou après un choc mécanique (par ex. chute). Veuillez-vous adresser à votre Service Microlife local pour convenir d'une date (voir avant-propos).

Élimination de l'équipement



Les piles et appareils électroniques doivent être éliminés en conformité avec les prescriptions locales, séparément des ordures ménagères.

6. Garantie

Cet appareil est assorti d'une garantie de **2 ans** à compter de la date d'achat. La garantie est seulement valable sur présentation de la carte de garantie dûment remplie par le revendeur (voir verso) avec la mention de la date d'achat ou le justificatif d'achat.

- Le brassard et les pièces d'usure ne sont pas couverts.
- Le fait d'ouvrir ou de modifier l'appareil invalide la garantie.
- La garantie ne couvre pas les dommages causés par une manipulation incorrecte, des accidents ou un non-respect des consignes d'utilisation.

Veuillez-vous adresser à votre Service Microlife local (voir avant-propos).

7. Caractéristiques techniques

Poids:	450 g
Dimensions:	175 x 70 x 103 mm
Conditions de stockage:	-20 - +70 °C
Conditions d'utilisation:	Humidité relative 85 % max.
Etendue de mesure:	10 - 40 °C
Résolution:	0 - 300 mmHg
Précision statique:	2 mmHg
	entre ± 3 mmHg et 18 - 33 °C; entre ± 6 mmHg et 34 - 46 °C

Taux de baisse de pression:	2-3 mmHg/sec.
Fuite d'air:	< ± 4 mmHg/min
Erreur d'hystérésis:	de 0 à 4 mmHg
Accessoires inclus:	brassard M (22-32 cm), poire, valve, stéthoscope, trousse souple
Référence aux normes:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Cet appareil est conforme aux exigences de la directive relative aux appareils médicaux 93/42/EEC.

Sous réserve de modifications techniques.

- ① Manometro
- ② Bracciale
- ③ Monopalla di gonfiaggio
- ④ Valvola regolabile di sgonfiaggio
- ⑤ Stetoscopio
- ⑥ Testina auscultatoria
- ⑦ Olivette auricolari



Leggere attentamente le istruzioni prima di usare questo dispositivo.

Gentile cliente, questo misuratore ad aneroide è un sistema meccanico per la rilevazione della pressione arteriosa al braccio che fornisce misurazioni precise ed affidabili.

Si prega di leggere attentamente queste istruzioni per comprendere tutte le funzioni e informazioni di sicurezza. Desideriamo sia soddisfatto/a del prodotto Microlife acquistato. In caso di domande o problemi, contattare il proprio rivenditore di fiducia o il locale servizio clienti di Microlife. In alternativa è possibile visitare il sito www.microlife.com che offre moltissime informazioni utili sui nostri prodotti.

Rimanete in salute – Microlife AG!

Indice

- 1. Informazioni importanti sulla pressione arteriosa e l'auto-misurazione**
 - Come valutare la propria pressione arteriosa?
- 2. Utilizzo del dispositivo per la prima volta**
 - Selezione del bracciale adatto
- 3. Misurazione della pressione arteriosa**
 - Punti da osservare per eseguire una misurazione affidabile
 - Procedura di misurazione
- 4. Malfunzionamenti / risoluzione dei problemi**
- 5. Sicurezza, cura, test di precisione e smaltimento**
 - Sicurezza e protezione
 - Cura del dispositivo
 - Pulizia del bracciale
 - Test di precisione
 - Smaltimento
- 6. Garanzia**
- 7. Specifiche tecniche**
Tagliando di garanzia (retro di copertina)

1. Informazioni importanti sulla pressione arteriosa e l'automisurazione

- **La pressione arteriosa** è la pressione del sangue che fluisce nelle arterie generata dal pompaggio del cuore. Si misurano sempre due valori, quello **sistolico** (massima) e quello **diastolico** (minima).
- **Valori pressori permanentemente alti possono influire sulla salute e devono essere trattati in cura dal medico!**
- E' utile mostrare sempre al medico i valori misurati e informarlo di eventuali anomalie osservate o riscontrate. **Non fare mai affidamento su un'unica misurazione della pressione.**

- Esistono molte cause di valori della **pressione eccessivamente alti**. Il medico può fornire ulteriori informazioni o prescrivere un trattamento se necessario. Oltre al trattamento farmacologico, la perdita di peso e l'esercizio fisico possono contribuire all'abbassamento della pressione
- **Per nessun motivo modificare il dosaggio dei farmaci prescritti dal medico!**
- In base all'attività e alle condizioni fisiche, la pressione arteriosa è soggetta a fluttuazioni nel corso della giornata. **Pertanto, la misurazione deve avvenire in condizioni di calma e di rilassamento!** Effettuare almeno due misurazioni al giorno, una al mattino e una alla sera.
- E' assolutamente normale che due misurazioni a distanza ravvicinata possano dare **risultati molto diversi**.
- **Deviazioni** fra le misurazioni eseguite dal medico o dal farmacista e quelle eseguite in casa sono normali, in quanto le situazioni sono completamente diverse.
- **Molteplici misurazioni** danno un'indicazione più chiara rispetto ad un'unica misurazione.
- **Fra una misurazione e l'altra far passare un intervallo di almeno 15 secondi.**
- In caso di **gravidanza**, la pressione arteriosa deve essere monitorata frequentemente, in quanto possono manifestarsi cambiamenti drastici!

Come valutare la propria pressione arteriosa?

Tabella per la classificazione dei valori della pressione arteriosa negli adulti in conformità con le linee guida internazionali (ESH, AHA, JSH). Dati in mmHg.

Ambito	Sistolica	Diastolica	Raccomandazioni
pressione arteriosa troppo bassa	↓ 100	↓ 60	consultare il medico
1. pressione arteriosa ottimale	100 - 130	60 - 80	autocontrollo
2. pressione arteriosa elevata	130 - 135	80 - 85	autocontrollo
3. pressione arteriosa alta	135 - 160	85 - 100	consultare il medico
4. pressione arteriosa pericolosamente alta	160 ↑	100 ↑	consultare il medico con urgenza!

Il valore più elevato è quello che determina la valutazione. Esempio: un valore di **140/80** mmHg o un valore di pressione arteriosa di **130/90** mmHg indica «una pressione arteriosa troppo alta».

2. Utilizzo del dispositivo per la prima volta

Selezione del bracciale adatto

Verificare che il bracciale sia della misura corretta assicurandosi che la circonferenza al centro del braccio sia entro i 22 - 32 cm (8.75 - 12.5 pollici), la taglia corretta per la maggioranza delle persone.

☞ Usare esclusivamente bracciali Microlife!

- ▶ Contattare il locale servizio di assistenza Microlife se le misure dei bracciali in dotazione ② non sono adatte.

3. Misurazione della pressione arteriosa

Punti da osservare per eseguire una misurazione affidabile

1. Immediatamente prima della misurazione evitare di fare attività fisica, mangiare o fumare.
2. Stare seduti e rilassarsi per almeno 5 minuti prima della misurazione.
3. Effettuare la misurazione sempre sullo stesso braccio (in genere il sinistro).
4. Togliere gli abiti che stringono il braccio. Per evitare costrizioni, non arrotolare le maniche della camicia - non interferiscono con il bracciale se questo viene indossato sopra.
5. Assicurarsi sempre che venga utilizzato il bracciale della dimensione corretta (come riportato sul bracciale).
 - Stringere il bracciale, ma non troppo.
 - Assicurarsi che il bracciale sia posizionato 2 cm sopra il gomito.
 - **L'indicatore dell'arteria** riportato sul bracciale (barra colorata di ca. 3 cm di lunghezza) deve essere posizionato sopra l'arteria che corre lungo il lato interno del braccio.
 - Sostenere il braccio in modo che sia rilassato.
 - Verificare che il bracciale si trovi più o meno all' altezza del cuore.
6. Qualsiasi installazione impropria o danneggiamento dello stetoscopio potrebbe provocare una distorsione dei toni o una scarsa udibilità degli stessi causando letture non accurate.
7. **La regolazione dello sgonfiaggio è essenziale per una buona lettura.** Pratica ed esperienza consigliano uno sgonfiaggio di 2-3 mmHg al secondo o una discesa di 1-2 tacche sul manometro ① per ogni battito cardiaco.

Procedura di misurazione

1. Posizionare la testina auscultatoria ⑥ sotto il bracciale ② o 1-2 cm di sotto di esso. Controllare che la testina auscultatoria sia a contatto con la pelle e si trovi sull'arteria brachiale.
2. Inserire nelle orecchie le olivette auricolari ⑦ e verificare che la testina auscultatoria sia posizionata correttamente, in modo che i toni di Korotkoff siano facilmente udibili.
3. Chiudere la valvola ④ della monopalla ③ ruotando la rotella di regolazione in senso orario. Non serrare eccessivamente.
4. Impugnare la monopalla ③ nella mano libera (non utilizzare quella del braccio dove si effettua la misurazione) e gonfiare il bracciale. Guardando il manometro ① gonfiare il bracciale ad una pressione superiore di circa 40 mmHg il previsto valore sistolico (massima).
 - Se non si conosce il valore atteso gonfiare a 200 mmHg.
5. Aprire lentamente la valvola ④ ruotando la rotella di regolazione in senso antiorario tenendo la testina auscultatoria dello stetoscopio ⑥ sull'arteria brachiale. Ascoltare attentamente quando il bracciale inizia a sgonfiarsi. Memorizzare il valore letto sul manometro ①, quando si sentono toni deboli, ritmici o forti. **Questo è il valore della pressione arteriosa sistolica.**
6. Continuare a ridurre la pressione nel bracciale con la stessa velocità di sgonfiaggio. Memorizzare il valore letto sul manometro ①, quando cessano i toni cardiaci. **Questo è il valore della pressione arteriosa diastolica.**
7. Sgonfiare completamente il bracciale.
8. Ripetere la misurazione almeno due volte e registrare i valori, la data e l'ora immediatamente dopo le misurazioni.
9. Togliere il bracciale e lo stetoscopio.

4. Malfunzionamenti / risoluzione dei problemi

Se si riscontra un problema durante il funzionamento, verificare i seguenti punti ed adottare le corrispondenti soluzioni per risolverlo:

Descrizione	Probabile causa e rimedio
La ricezione del battito è debole, distorta o ci sono interferenze esterne.	<ul style="list-style-type: none">• Controllare se le olivette auricolari o l'archetto metallico sono sporchi o incrinati. In caso contrario, assicurarsi di averli inseriti correttamente nelle orecchie.• Controllare se il tubo è rotto o attorcigliato.• Controllare se la testina auscultatoria è danneggiata. Controllare se la testina auscultatoria è a contatto con la pelle e si trova sull'arteria brachiale. Pulire o sostituire eventuali componenti difettosi per evitare misurazioni non accurate.
La pressione non aumenta nonostante si stia gonfiando con la monopalla ③.	<ul style="list-style-type: none">• Assicurarsi che la valvola sia chiusa.• Assicurarsi che il bracciale sia collegato correttamente alla monopalla ed al manometro.• Controllare che bracciale, tubo e/o monopalla non siano danneggiati e non perdano aria. Sostituire le parti difettose, se necessario.
Agendo sulla valvola ④ non si riesce ad impostare una velocità di sgonfiaggio intorno ai 2-3 mmHg/sec.	Rimuovere la valvola dalla monopalla e verificare se esiste qualche impedimento o sporco in aspirazione. Pulire o rimuovere le ostruzioni e riprovare. Se ancora non funzionasse sostituire la valvola per evitare misurazioni inaccurate.
L'ago del manometro non è a 0 +/- 3 mmHg a riposo.	<ul style="list-style-type: none">• Assicurarsi che la valvola di sgonfiaggio della monopalla sia completamente aperta.• Se la deviazione è superiore a 3 mmHg, contattate il locale servizio di assistenza Microlife per ricalibrare il manometro.



Se si ritiene che i risultati siano diversi da quelli abituali, leggere attentamente le informazioni del «capitolo 1.».

5. Sicurezza, cura, test di precisione e smaltimento



Sicurezza e protezione

- Questo dispositivo deve essere usato esclusivamente come descritto in questo manuale. Il produttore non può essere ritenuto responsabile di danni causati da un'applicazione non corretta.
- Questo dispositivo è costruito con componenti delicati e deve essere trattato con attenzione. Osservare le condizioni di stoccaggio e funzionamento descritte nel capitolo «Specifiche tecniche»!
- Proteggere il dispositivo da:
 - acqua e umidità
 - temperature estreme
 - urti e cadute
 - contaminazione e polvere
 - luce solare diretta
 - caldo e freddo
- I bracciali sono delicati e devono essere trattati con cura.
- Gonfiare il bracciale solo dopo averlo indossato.
- Non gonfiare oltre 300 mmHg.
- Sgonfiare completamente il bracciale al termine di ogni utilizzo.
- Non usare il dispositivo se si ritiene che sia danneggiato o se si nota qualcosa di strano.
- Non aprire mai il dispositivo.
- Leggere le ulteriori istruzioni per l'uso nel relativo capitolo di questo manuale.



Assicurarsi che i bambini non utilizzino il dispositivo senza la supervisione di un adulto. Alcune parti sono piccole e potrebbero essere ingerite. Prestare attenzione al rischio di strangolamento in presenza di cavi o tubi.

Cura del dispositivo

Pulire il dispositivo esclusivamente con un panno morbido e asciutto.

Pulizia del bracciale

Rimuovere con cautela eventuali tracce di sporco sul bracciale con un panno inumidito con acqua e sapone.



AVVERTENZA: Non lavare il bracciale in lavatrice o lavastoviglie!

Test di precisione

Consigliamo di verificare la precisione di questo dispositivo ogni 2 anni o dopo un impatto meccanico (es. caduta). Contattare il locale servizio consumatori Microlife per eseguire il test (vedi introduzione).

Smaltimento



Le batterie e gli strumenti elettronici devono essere smaltiti in conformità alle disposizioni locali e non come i rifiuti domestici.

6. Garanzia

Questo dispositivo è coperto da una garanzia di **2 anni** dalla data di acquisto. La garanzia è valida solo presentando l'apposito tagliando (vedi retro) compilato con nome del rivenditore, la data d'acquisto e lo scontrino fiscale.

- Bracciale e parti soggette a usura non sono comprese nella garanzia.
- L'apertura o la manomissione del dispositivo invalidano la garanzia.
- La garanzia non copre danni causati da trattamento improprio, incidenti o inosservanza delle istruzioni per l'uso.

Contattare il locale servizio consumatori Microlife (vedi introduzione).


7. Specifiche tecniche

Peso:	450 g
Dimensioni:	175 x 70 x 103 mm
Condizioni di stoccaggio:	-20 - +70 °C 85 % umidità relativa massima
Condizioni di esercizio:	10 - 40 °C
Range di misurazione:	0 - 300 mmHg
Risoluzione:	2 mmHg
Precisione pressione statica:	± 3 mmHg tra 18 - 33 °C; ± 6 mmHg tra 34 - 46 °C
Velocità di sgonfiaggio:	2-3 mmHg/sec
Perdita di aria:	< ± 4 mmHg/min
Margine di errore:	entro 0 - 4 mmHg
Accessori inclusi:	bracciale M (22-32 cm), monopalla, valvola, stetoscopio, borsina di trasporto
Riferimento agli standard:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Questo dispositivo è conforme alla direttiva sui prodotti medicali 93/42/EEC.

Con riserva di apportare modifiche tecniche.

- ① Манометр
- ② Манжета
- ③ Нагнетатель
- ④ Регулируемый клапан спуска
- ⑤ Стетоскоп
- ⑥ Головка стетоскопа
- ⑦ Ушные оливки

 Перед использованием прибора внимательно прочтите данное руководство.

Уважаемый покупатель,

Этот механический прибор для измерения артериального давления гарантирует Вам точное и последовательное измерение.

Пожалуйста, внимательно прочтите настоящие указания для получения четкого представления обо всех функциях и технике безопасности. Нам бы хотелось, чтобы Вы были удовлетворены качеством изделия Microlife. При возникновении вопросов или проблем, пожалуйста, обращайтесь в местный сервисный центр Microlife. Ваш дилер или аптека могут предоставить Вам адрес дилера Microlife в Вашей стране. В качестве альтернативы, посетите в Интернете страницу www.microlife.ru, где Вы сможете найти ряд полезных сведений по нашему изделию.

Будьте здоровы – Microlife AG!

Оглавление

1. **Важная информация об артериальном давлении и самостоятельное измерение**
 - Как определить артериальное давление?
2. **Использование прибора в первый раз**
 - Подбор подходящей манжеты
3. **Выполнение измерений артериального давления при помощи прибора**
 - Рекомендации для получения надежных результатов измерений
 - Процедура измерения

4. **Неисправности / устранение неполадок**
5. **Техника безопасности, уход, проверка точности и утилизация**
 - Техника безопасности и защита
 - Уход за прибором
 - Очистка манжеты
 - Проверка точности
 - Утилизация
6. **Гарантия**
7. **Технические характеристики**
Гарантийный талон (см. на обратной стороне)

1. Важная информация об артериальном давлении и самостоятельное измерение

- **Артериальное давление** - это давление крови, подаваемой сердцем в артерии. Всегда измеряются два значения, систолическое (верхнее) давление и диастолическое (нижнее) давление.
- **Постоянно повышенное артериальное давление может нанести ущерб Вашему здоровью, и в этом случае Вам необходимо обратиться к врачу!**
- Всегда сообщайте врачу о Вашем давлении и сообщайте ему/ей, если Вы заметили что-нибудь необычное или чувствуете неуверенность. **Никогда не полагайтесь на результат однократного измерения артериального давления.**
- Чрезмерное повышение артериального давления может быть вызвано рядом причин. Врач разъяснит Вам это более подробно и в случае необходимости предложит метод лечения. Кроме того, медикаментозное лечение, методики снятия напряжения, снижение веса и упражнения также способствуют снижению артериального давления.
- **Ни при каких обстоятельствах не меняйте дозировку любых лекарств, назначенных врачом!**
- В зависимости от физических нагрузок и состояния, артериальное давление подвержено значительным колебаниям в течение дня. **Поэтому каждый раз процедура измерений должна проводиться в спокойных условиях и когда Вы не чувствуете напряжения!** Выполняйте по крайней мере два измерения в день, одно утром и одно вечером.
- Совершенно нормально, если при двух измерениях подряд полученные результаты будут отличаться друг от друга.

- **Расхождения** между результатами измерений, полученными врачом или в аптеке, и результатами, полученными в домашних условиях, также являются вполне нормальными, поскольку ситуации, в которых проводятся измерения, совершенно различны.
- **Многократные измерения** позволяют получить более четкую картину, чем просто однократное измерение.
- **Сделайте небольшой перерыв**, по крайней мере, в 15 секунд между двумя измерениями.
- Во время **беременности** следует тщательно следить за артериальным давлением, поскольку на протяжении этого периода оно может существенно меняться!

Как определить артериальное давление?

Таблица для классификации значений артериального давления взрослого человека в соответствии с международными рекомендациями ESH, AHA, JSH. Данные приведены в мм.рт. ст.

Диапазон	Систолическое	Диастолическое	Рекомендация
артериальное давление слишком низкое	↓ 100	↓ 60	Обратитесь к врачу
1. оптимальное артериальное давление	100 - 130	60 - 80	Самостоятельный контроль
2. повышенное артериальное давление	130 - 135	80 - 85	Самостоятельный контроль
3. артериальное давление слишком высокое	135 - 160	85 - 100	Обратитесь за медицинской помощью
4. артериальное давление угрожающе высокое	160 ↑	100 ↑	Срочно обратитесь за медицинской помощью!

Оценка давления определяется по наивысшему значению. Например: давление **140/80** мм.рт.ст. и давление **130/90** мм.рт.ст. оба оцениваются как «артериальное давление очень высокое».

2. Использование прибора в первый раз

Подбор подходящей манжеты

При выборе правильного размера манжеты, обхват руки должен измеряться в центре верхней части руки. 22 - 32 см (8.75 - 12.5 дюймов) - это правильный размер для большинства людей.

☞ Пользуйтесь только манжетами Microlife!

- ▶ Обратитесь в местный сервисный центр Microlife, если приложенная манжета ② не подходит.

3. Выполнение измерений артериального давления при помощи прибора

Рекомендации для получения надежных результатов измерений

1. Избегайте физической активности, не ешьте и не курите непосредственно перед измерением.
2. Перед измерением присядьте, по крайней мере, на пять минут и расслабьтесь.
3. Всегда проводите измерения на одной и той же руке (обычно на левой).
4. Снимите облегающую одежду с плеча. Не следует закатывать рукав рубашки, это может привести к сдавливанию, рукава из тонкой ткани не мешают измерению, если прилегают свободно.
5. Убедитесь, что используется манжета правильного размера (маркировка на манжете).
 - Плотно наложите манжету, но не слишком туго.
 - Убедитесь, что манжета расположена на 2 см. выше локтя.
 - **Метка артерии** на манжете (линия длиной около 3 см.) должна находиться над артерией с внутренней стороны руки.
 - Расположите руку так, чтобы она оставалась расслабленной.
 - Убедитесь, что манжета находится на той же высоте, что и сердце.
6. Неправильная установка или повреждение стетоскопа может стать причиной искаженного звука или плохой передачи звука, которые влияют на точность показаний.
7. **Правильная скорость спуска имеет важное значение для получения точности показаний.** Необходимо освоить рекомендованную скорость спуска 2-3 мм рт.ст. в секунду или спуск 1-2 знаков на шкале манометра ① для каждого сердцебиения.

Процедура измерения

1. Установите головку стетоскопа ⑥ под манжету ② или на 1-2 см ниже манжеты. Убедитесь, что головка стетоскопа находится в контакте с кожей и лежит на плечевой артерии.
2. Вставьте ушные оливы ⑦; головка стетоскопа считается установленной правильно тогда, когда тон Короткова слышен как самый громкий.
3. Закройте клапан спуска ④, расположенный на нагнетателе ③, повернув винт по часовой стрелке.
4. Возьмите нагнетатель ③ подкачки в свободную руку (рука, на которой не проводятся измерения) и накачайте манжету. Наблюдайте за индикацией давления на манометре ① и

подкачайте приблизительно на 40 мм рт. ст. выше, чем ожидаемое систолическое давление (верхнее значение).


- Если Вы не уверены в этой величине, накачайте манжету до давления 200 мм рт.ст..
5. Медленно откройте клапан (4), поворачивая винт против часовой стрелки, и держите головку стетоскопа (6) над плечевой артерией. Слушайте внимательно, как манжета начинает спускать воздух. Заметьте показание на манометре (1), как только Вы услышите четкий, ритмичный стук или биение. **Это значение является величиной систолического артериального давления.**
 6. Позвольте давлению падать при той же скорости выпуска воздуха. Заметьте показание на манометре (1), как только звук биения перестает быть слышимым. **Это значение является величиной диастолического артериального давления.**
 7. Полностью выпустите воздух из манжеты.
 8. Повторите измерения как минимум два раза. Запишите свои измерения, а также время и дату измерения сразу же после проведения измерений.
 9. Снимите манжету и стетоскоп.

4. Неисправности / устранение неполадок

Если во время использования устройства имеют место проблемы, необходимо проверить следующие моменты и предпринять соответствующие меры в случае необходимости:

Описание	Возможная причина и устранение
Плохая передача тона, искажения или посторонний шум.	<ul style="list-style-type: none"> • Проверьте ушные оливки, если они грязные или с трещинами. Если нет, то убедитесь, что вы носите их должным образом. • Проверьте, не имеет ли трубка трещин и не перекручена ли она. • Проверьте мембрану рабочей части стетоскопа, если есть какие-либо повреждения. • Удостоверьтесь, что рабочая часть стетоскопа находится в надлежащем контакте с кожей и располагается над плечевой артерией во время измерения. Во избежание неточных измерений, прочистите или замените неисправные детали.

Описание	Возможная причина и устранение
При накачивании манжеты нагнетателем (3) давление не увеличивается.	<ul style="list-style-type: none"> • Удостоверьтесь, что клапан закрыт. • Удостоверьтесь, что манжета правильно подсоединена к резиновому баллону и манометру. • Проверьте, не имеют ли манжета, трубка и/или резиновый баллон утечек. При обнаружении неисправности замените неисправные детали.
Скорость выпуска воздуха не может быть установлена на 2-3 мм рт. ст./сек клапана выпуска воздуха (4).	Отсоедините клапан от «груши» для того, чтобы проверить, не имеется ли препятствий для воздуха внутри клапана. Удалите препятствия и повторите попытку снова. Если клапан не работает должным образом, замените его во избежание получения неточных результатов измерений.
Стрелка манометра в состоянии покоя находится не в положении 0 ± 3 мм рт.ст.	<ul style="list-style-type: none"> • Удостоверьтесь, что при проверке установки нуля клапан полностью открыт. • Если отклонение от нулевого значения превышает 3 мм рт. ст., обратитесь к торговой организации для повторной калибровки манометра.

 Если Вам кажется, что результаты отличаются от обычных, то, пожалуйста, внимательно прочтите информацию в «Разделе 1.».

5. Техника безопасности, уход, проверка точности и утилизация

Техника безопасности и защита

- Прибор может использоваться только в целях, описанных в данном буклете. Изготовитель не несет ответственности за повреждения, вызванные неправильным использованием.
- В состав прибора входят чувствительные компоненты, требующие осторожного обращения. Ознакомьтесь с условиями хранения и эксплуатации, описанными в разделе «Технические характеристики»!
- Оберегайте прибор от:
 - воды и влаги
 - экстремальных температур
 - ударов и падений
 - загрязнения и пыли

- прямых солнечных лучей
- жары и холода
- Манжеты представляют собой чувствительные элементы, требующие бережного обращения.
- Производите накачку только наложенной манжеты.
- Никогда не накачивайте давление выше чем 300 мм рт. ст.
- Спустите полностью воздух из манжеты перед тем как ее сложить.
- Не используйте прибор, если Вам кажется, что он поврежден, или если Вы заметили что-либо необычное.
- Никогда не вскрывайте прибор.
- Прочтите дальнейшие указания по безопасности в отдельных разделах этого буклета.



Позаботьтесь о том, чтобы дети не могли использовать прибор без присмотра, поскольку некоторые его мелкие части могут быть проглочены. При поставке прибора с кабелями и трубками возможен риск удушья.

Уход за прибором

Используйте для чистки прибора только сухую, мягкую ткань.

Очистка манжеты

Осторожно удалите пятна с манжеты с помощью влажной тряпки и мыльной воды.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Не стирать манжету в стиральной или посудомоечной машине!

Проверка точности

Мы рекомендуем проверять точность прибора каждые 2 года либо после механического воздействия (например, падения). Для проведения теста обратитесь в местный сервисный центр Microlife (см. введение).

Утилизация



Батареи и электронные приборы следует утилизировать в соответствии с принятыми нормами и не выбрасывать вместе с бытовыми отходами.

6. Гарантия

На прибор распространяется гарантия в течение **2 лет** с даты приобретения. Гарантия действительна только при наличии гарантийного талона, заполненного дилером (см. с обратной стороны), подтверждающего дату продажи, или кассового чека.

- Гарантия не распространяется на манжету и изнашиваемые части.

- Вскрытие и механические повреждения приводят к утрате гарантии.
- Гарантия не распространяется на повреждения, вызванные неправильным обращением, несчастными случаями или невыполнением инструкций по эксплуатации.

Пожалуйста, обратитесь в местный сервисный центр Microlife (см. введение).

7. Технические характеристики

Масса:	450г
Размеры:	175 x 70 x 103 мм
Условия хранения:	-20 - +70 °C максимальная относительная влажность 85 %
Условия применения:	10 - 40 °C
Диапазон измерений:	0 - 300 мм рт.ст.
Минимальный шаг индикации:	2 мм рт.ст.
Статическая точность:	в пределах ± 3 мм рт.ст, между 18 - 33 °C; в пределах ± 6 мм рт.ст, между 34 - 46 °C
Скорость выпуска воздуха:	2-3 мм рт. ст./с.
Утечка воздуха:	< ± 4 мм рт. ст./мин
Погрешность запаздывания:	в пределах 0 - 4 мм рт.ст.
Комплектация:	манжета М (22-32 см), нагнетатель с клапаном, стетоскоп, сумка-чехол
Соответствие стандартам:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Данный прибор соответствует требованиям директивы ЕС о медицинском оборудовании 93/42/EEC.

Право на внесение технических изменений сохраняется.

- ① Manometar
- ② Manžetna
- ③ Balon za naduvavanje
- ④ Podesivi vazdušni ventil
- ⑤ Stetoskop
- ⑥ Deo za grudi
- ⑦ Slušalice

 Pre upotrebe pažljivo pročitajte uputstvo.

Poštovani korisniče, ovaj aneroidni merač krvnog pritiska je mehanički uređaj za merenje krvnog pritiska za primenu na nadlaktici koji vam obezbeđuje precizna i dosledna merenja. Molimo da veoma pažljivo proučite uputstva, kako biste razumeli sve funkcije i informacije vezane za bezbednost. Mi želimo da budete srećni sa svojim Microlife proizvodom. Ukoliko imate bilo kakva pitanja ili probleme, molimo kontaktirajte Vaš lokalni Microlife – Uslužni servis. Vaš prodavac ili apoteka će Vam dati adresu Microlife dobavljača u Vašoj zemlji. Kao alternativa, možete da posetite internet sajt www.microlife.com, gde ćete naći mnoštvo dragocenih informacija o našim proizvodima. Ostanite zdravo – Microlife AG!

Sadržaj

1. **Važne informacije o krvnom pritisku i samomeranju**
 - Kako da procenim vrednost svog krvnog pritiska?
2. **Korišćenje aparata po prvi put**
 - Izbor odgovarajuće manžetne
3. **Obavljanje merenja krvnog pritiska korišćenjem aparata**
 - Podsetnik za obavljanje pouzdanog merenja
 - Postupak merenja
4. **Problemi u radu / Kako ih rešiti**
5. **Bezbednost, čuvanje, test ispravnosti i odlaganje**
 - Bezbednost i zaštita
 - Održavanje aparata
 - Čišćenje manžetni
 - Test ispravnosti
 - Odlaganje
6. **Garancija**
7. **Tehničke specifikacije**
Garantni list (pogledajte poslednju stranu)

1. Važne informacije o krvnom pritisku i samomeranju

- **Krvni pritisak** je pritisak krvi koja protiče kroz arterije nastao pumpanjem srca. Uvek se mere dve vrednosti, **sistolna** (gomnja) vrednost i **dijastolna** (donja) vrednost.
- **Konstantno visok krvni pritisak može oštetiti Vaše srce i mora biti lečen od strane lekara!**
- Uvek prodiskutujte o vrednosti krvnog pritiska sa lekarom i konsultujte ga ukoliko primetite bilo šta neuobičajeno ili niste sigurni. **Nikada se nemojte oslanjati na jedno očitavanje krvnog pritiska.**
- Postoji mnogo uzroka **povećanja vrednosti krvnog pritiska**. Lekar će Vam ih detaljnije objasniti i predložiti odgovarajuću

terapiju. Pored lekova, Vaš krvni pritisak takođe mogu da snize tehnike relaksacije, gubitak težine i vežbe.

- **Ni pod kojim uslovima ne smete povećavati doze bilo kog leka koje Vam je prepisao lekar!**
- U zavisnosti od fizičkog naprezanja i kondicije, krvni pritisak podleže velikim variranjima, u toku dana. **Zbog toga bi trebalo da merite pritisak u istim smirenim uslovima i kada ste opušteni!** Vršite merenja najmanje dva puta dnevno, jednom ujutro, jednom uveče.
- Potpuno je normalno da dva merenja obavljena jedno za drugim daju značajno **različite rezultate**.
- **Sasvim** su normalna odstupanja između merenja koje je uradio Vaš doktor, ili onog koje ste uradili u apoteci, i merenja koje ste uradili kod kuće, iz razloga što su ove situacije potpuno različite.
- **Nekoliko merenja** daje mnogo jasniju sliku, nego jedno jedino.
- Između dva merenja **napravite kratku pauzu** od najmanje 15 sekundi.
- Ukoliko ste **trudni**, treba veoma pažljivo da pratite krvni pritisak, jer on može drastično da se menja u ovom razdoblju!

Kako da procenim vrednost svog krvnog pritiska?

Tabela za klasifikaciju kućnih vrednosti krvnog pritiska kod odraslih u skladu sa međunarodnim Vodičima (ESH, AHA, JSH). Podaci su u mmHg.

Nivo	Sistolni	Dijastolni	Preporuke
	▼ 100	▼ 60	Konsultovati se sa lekarom
1. krvni pritisak suviše nizak	100 - 130	60 - 80	Samokontrola
2. krvni pritisak optimalan	130 - 135	80 - 85	Samokontrola
3. krvni pritisak povišen	135 - 160	85 - 100	Potražite lekarski savet
4. krvni pritisak veoma visok	160 ▲	100 ▲	Hitno potražite lekarski savet!

Viša vrednost je ona koja određuje procenu. Primer: vrednost krvnog pritiska od **140/80** mmHg ili vrednost od **130/90** mmHg ukazuju da je «krvni pritisak veoma visok».

2. Korišćenje aparata po prvi put

Izbor odgovarajuće manžetne

Prilikom izbora odgovarajuće veličine manžetne, obim ruke treba meriti na sredini nadlaktice. Obim od 22 - 32 cm (8.75 - 12.5 inča) trebalo bi da odgovara većini ljudi.

☞ Koristite isključivo Microlife manžetne.

- ▶ Kontaktirajte Vaš lokalni Microlife servis, ukoliko Vam priložene manžetne ② ne odgovaraju.

3. Obavljanje merenja krvnog pritiska korišćenjem aparata

Podsetnik za obavljanje pouzdanog merenja

1. Izbegavajte aktivnosti, jelo i pušenje neposredno pre merenja.
2. Sedite najmanje 5 minuta pre merenja i opustite se.
3. Uvek vršite merenje na istoj ruci (obično leva ruka).
4. Skinite delove odeće i sat npr, tako da Vam nadlaktica bude slobodna. Kako biste izbegli stezanje, rukavi odeće ne bi trebalo da budu zarolani – ne ometaju funkcionisanje manžetne ukoliko su ispravljani.
5. Uvek proverite da li koristite ispravnu veličinu manžetne (prikazano na manžetni).
 - Dobro zategnite manžetnu, ali ne previše stegnuto.
 - Proverite da li je manžetna 2 cm iznad lakta.
 - **Oznaka arterije** na manžetni (3 cm duga traka) mora da leži preko arterije koja se spušta sa unutrašnje strane ruke.
 - Poduprite ruku tako da bude opuštena.
 - Proverite da li je manžetna u istoj ravni sa srcem.
6. Svako nepravilno postavljanje ili oštećenje stetoscopa uzrokuje izmenjen zvuk ili veoma slabo prenošenje zvuka što može dovesti do netačnih očitavanja.
7. **Pravilno podešena brzina ispuštanja vazduha je od izuzetnog značaja za tačnost očitavanja.** Praksa i stručnjaci preporučuju brzinu ispuštanja vazduha od 2-3 mmHg u sekundi ili pad od 1-2 pozicije na manometru ① za svaki otkucaj srca.

Postupak merenja

1. Postavite deo za grudi ⑥ ispod manžetne ② ili 1-2 cm ispod nje. Vodite računa da deo za grudi bude u kontaktu sa kožom i leži na brahijalnoj arteriji.
2. Postavite slušalice ⑦ i proverite, da li je deo za grudi pravilno postavljen, tako da se Korotkoff zvuk pojavljuje najglasnije.


3. Zatvorite vazdušni ventil ④ na balonu za naduvavanje ③ okretanjem zavrtnja u pravcu kazaljke na satu. Nemojte suviše zatezati.
4. Uzmite balon za naduvavanje ③ u slobodnu ruku (ruku na kojoj ne vršite merenje) i napumpajte manžetnu. Pratite pokazatelj pritiska na manometru ① i pumpajte otprilike 40 mmHg više od očekivane sistolne vrednosti (gornja vrednost).
 - Napumpajte do 200 mmHg ako niste sigurni koju vrednost očekujete.
5. Otvorite ventil ④ lagano okrećući zavrtanj u smeru suprotnom od kazaljke na satu dok držite deo za grudi ⑥ stetoskopa na brahijalnoj arteriji. Pažljivo slušajte kako manžetna počinje da se izduvava. Zabeležite očitavanje na manometru ① čim čujete slab, ritmični zvuk kuckanja ili lupkanja. **Ovo je sistolna vrednost krvnog pritiska.**
6. Pustite da pritisak nastavi da opada pri istoj brzini izduvavanja. Zabeležite očitavanje na manometru ① čim zvuk lupkanja nestane. **Ovo je dijastolna vrednost krvnog pritiska.**
7. Izduvajte manžetnu u potpunosti.
8. Ponovite merenje još najmanje dva puta i zabeležite vrednosti, datum i vreme neposredno pošto završite merenje.
9. Skinite manžetnu i stetoskop.

4. Problemi u radu / Kako ih rešiti

Ukoliko se problem pojavi u toku korišćenja aparata, sledeće tačke bi trebalo proveriti i, ukoliko je potrebno, preduzeti odgovarajuće mere:

Opis	Mogući uzrok i njegovo otklanjanje
Zvuk koji se čuje je slab, izobličen ili se čuju neuobičajeni zvuci.	<ul style="list-style-type: none"> • Proverite da li su nastavci za uši prljavi ili polomljeni. Ukoliko ne, proverite da li dobro pašu i da nisu ishabani. • Proverite da li je crevo puklo ili presavijeno. • Proverite da li ima oštećenja na membrani dela za grudi. • Proverite da li je deo za grudi u kontaktu sa kožom i da li leži na brahijalnoj arteriji. Očistite ili zamenite neispravne delove ukoliko ih ima da biste izbegli netačno merenje.

Opis	Mogući uzrok i njegovo otklanjanje
Pritisak ne raste, iako balon za pumpanje ③ pumpa.	<ul style="list-style-type: none"> • Proverite da li je ventil zatvoren. • Proverite da li je manžetna ispravno povezana za balon za pumpanje i manometar. • Proverite da li manžetna, crevo i/ili balon za naduvavanje propuštaju. Zamenite neispravne delove, ako ih ima.
Ispuštanje vazduha ne može biti podešeno na 2-3 mmHg/sec. podešavanjem ventila za oslobađanje vazduha ④.	<ul style="list-style-type: none"> • Odvojite ventil od balona za naduvavanje kako bi proverili da li postoji smetnja za protok vazduha u ventilu. Otklonite smetnju i pokušajte ponovo. Ukoliko ni dalje ne funkcioniše, zamenite ga kako bi ste izbegli netačno očitavanje.
Igla manometra ne pokazuje 0 +/- 3 mmHg pri mirovanju.	<ul style="list-style-type: none"> • Proverite da li je ventil podešen na nultu poziciju radi provere. • Ukoliko je odstupanje i dalje veće od 3 mmHg, kontaktirajte prodavca radi rekalkibracije manometra.

 Ukoliko smatrate da rezultati nisu uobičajeni, pažljivo pročitajte «Odeljak 1.» u uputstvu.

5. Bezbednost, čuvanje, test ispravnosti i odlaganje

Bezbednost i zaštita

- Ovaj uređaj se može koristiti isključivo u svrhe opisane u ovom uputstvu. Proizvođač se ne može smatrati odgovornim za oštećenja nastala neadekvatnom upotrebom.
- Ovaj uređaj sadrži osetljive komponente i sa njim se mora oprezno rukovati. Pogledati čuvanje i uslove rada opisane u delu «Tehničke specifikacije».
- Zaštitite ga od:
 - vode i vlage
 - ekstremnih temperatura
 - udara i padova
 - prljavštine i prašine
 - direktne sunčeve svetlosti
 - toplote ili hladnoće
- Manžete su osetljive i njima se mora pažljivo rukovati.
- Tek kada podesite manžetnu, napumpajte je.

- Nikada ne pumpajte iznad 300 mmHg.
- Uvek u potpunosti ispumajte manžetnu pre nego što je spakujete.
- Nemojte koristiti ovaj uređaj ukoliko smatrate da je oštećen ili primetite nešto neobično.
- Nikada nemojte otvarati ovaj uređaj.
- Čitajte dalja sigurnosna uputstva u odeljcima ovog uputstva za upotrebu.



Obezbedite da deca ne koriste ovaj uređaj bez nadzora; pojedini delovi su dovoljno mali da mogu biti progutani. Obratite pažnju na postojanje rizika od davljenja u slučaju da uređaj poseduje kablove ili cevi.

Održavanje aparata

Čistite aparat isključivo mekanom, suvom krpom.

Čišćenje manžetni

Pažljivo uklonite mrlje sa mažetne vlažnom krpom i sapunicom.



UPOZORENJE: Nemojte prati mažetnu u veš mašini ili mašini za pranje sudova!

Test ispravnosti

Preporučujemo da testirate ispravnost aparata svake 2 godine ili nakon mehaničkog udara (npr. ukoliko je pao). Molimo kontaktirajte Vaš lokalni Microlife-Servis da zakažete test (pročitati predgovor).

Odlaganje



Baterije i električni aparati moraju biti uklonjeni u skladu sa lokalnim važećim pravilima, ne sa otpadom iz domaćinstva.

6. Garancija

Aparat je pod **garancijom 2 godina**, počev od datuma kupovine. Garancija je validna jedino uz garantni list, popunjen od strane prodavca (videti drugu stranu), kojim se potvrđuje datum kupovine ili račun.

- Manžetna i potrošni delovi nisu uključeni.
- Otvaranje ili prepravljavanje aparata čini garanciju nevažećom.
- Garancija ne pokriva štete izazvane nepropisnim rukovanjem, nezgodama ili nepridržavanjem uputstva za upotrebu.

Molimo kontaktirajte Vaš lokalni Microlife-Servis (pročitati predgovor).

7. Tehničke specifikacije

Težina: 450 g
Dimenzije: 175 x 70 x 103 mm

Uslovi čuvanja: -20 - +70 °C
 85 % relativna maksimalna vlažnost

Radni uslovi: 10 - 40 °C

Raspon merenja: 0 - 300 mmHg

Rezolucija: 2 mmHg

Statička preciznost: ± između 3 mmHg na 18 - 33 °C;
 ± između 6 mmHg na 34 - 46 °C

Stopa smanjenja pritiska: 2-3 mmHg/sec

Propuštanje vazduha: < ± 4 mmHg/min

Histerezis greška: između 0 - 4 mmHg

Oprema u kompletu: manžetna M (22-32 cm), balon za naduvavanje, ventil, stetoskop, mekana torbica

Referentni standardi: EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Ovaj aparat usklađen je sa zahtevima Direktive 93/42/EEC za medicinska sredstva.

Zadržano pravo na tehničke izmene.

- ① Manometar
- ② Manžeta
- ③ Pumpica
- ④ Podesivi ventil za pražnjenje
- ⑤ Stetoskop
- ⑥ Nastavak za prsni koš
- ⑦ Nastavak za uši



Pažljivo pročitajte upute prije primjene ovog uređaja.

Dragi korisniče,

ovaj aneroidni set za mjerenje krvnog tlaka mehanički je uređaj za mjerenje krvnog tlaka koji se upotrebljava na nadlaktici i osigurava Vam precizno i dosljedno mjerenje.

Pažljivo pročitajte ove upute kako biste razumjeli sve funkcije i sigurnosne informacije. Želimo da budete zadovoljni svojim Microlife proizvodom. Ako imate pitanja ili problema, kontaktirajte svoju lokalnu korisničku službu tvrtke Microlife. Adresu zastupnika za Microlife za vašu državu možete zatražiti kod prodavača ili u ljekarni. Možete i posjetiti internetsku stranicu www.microlife.com, gdje se nalazi mnoštvo korisnih informacija o našim proizvodima.

Ostanite zdravi – Microlife AG!

Sadržaj

1. **Važne činjenice o krvnom tlaku i samomjerenju**
 - Kako određujem svoj krvni tlak?
2. **Prva uporaba uređaja**
 - Odabir ispravne manžete
3. **Mjerenje krvnog tlaka uporabom ovog uređaja**
 - Lista provjere za pouzdano mjerenje
 - Postupak mjerenja
4. **Neispravnost / uklanjanje grešaka**
5. **Sigurnost, održavanje, provjera točnosti i zbrinjavanje**
 - Sigurnost i zaštita
 - Održavanje uređaja
 - Čišćenje manžete
 - Provjera točnosti
 - Zbrinjavanje
6. **Jamstvo**
7. **Tehničke specifikacije**
Jamstveni list (vidi poledinu uputa)

1. Važne činjenice o krvnom tlaku i samomjerenju

- **Krvni tlak** je tlak protoka krvi u arterijama koji nastaje pumpanjem srca. Uvijek se mjere dvije vrijednosti, **sistolička** (gornja) vrijednost i **dijastolička** (donja) vrijednost.
- **Trajno visoke vrijednosti krvnog tlaka (hipertenzija) mogu narušiti Vaše zdravlje te ih mora liječiti Vaš liječnik!**
- Uvijek razgovarajte o vrijednostima krvnog tlaka sa svojim liječnikom i obavijestite ga ako primjetite nešto neobično ili niste

sigurni. **Nikada se nemojte pouzdati u samo jedno mjerenje krvnog tlaka.**

- Postoji nekoliko uzroka prekomjerno **visokog krvnog tlaka**. Liječnik će Vam ih objasniti detaljnije te ponuditi odgovarajuće liječenje. Osim lijekova, tehnike opuštanja, gubitak na težini i vježbanje također mogu sniziti vaš krvni tlak.
- **Nikada sami ne mijenjajte dozu lijeka koju Vam je propisao liječnik!**
- Vrijednosti krvnog tlaka tijekom dana znatno se mijenjaju, ovisno o fizičkom naporu i zdravstvenom stanju. **Stoga krvni tlak trebate mjeriti uvijek u jednakim mirnim uvjetima i kad se osjećate opušteno!** Izvršite barem dva mjerenja dnevno, jedno ujutro i jedno navečer.
- Posve je normalno obaviti dva mjerenja uzastopno i dobiti znatno **različite rezultate**.
- **Odstupanja** između mjerenja koje obavlja Vaš liječnik ili ljekarnik i onih koja obavljate kod kuće posve su normalna jer su situacije u kojima se obavljaju ta mjerenja posve različite.
- **Nekoliko mjerenja** daje jasniju sliku od samo jednog mjerenja.
- **Napravite kratku stanku** od najmanje 15 sekundi između dva mjerenja.
- Ako ste **trudni**, trebate pomno motriti krvni tlak jer se u trudnoći krvni tlak može drastično mijenjati!

Kako određujem svoj krvni tlak?

Tablica za klasifikaciju vrijednosti krvnog tlaka mjerene kod kuće u odraslih osoba izrađena je u skladu s međunarodnim smjernicama (ESH, AHA, JSH). Podaci su izraženi u mmHg.

raspon	sistolički	dijastolički	preporuka
preнизak krvni tlak	↓ 100	↓ 60	obratite se svom liječniku
1. optimalan krvni tlak	100 - 130	60 - 80	samoprovjera
2. povišeni krvni tlak	130 - 135	80 - 85	samoprovjera
3. blaga hipertenzija	135 - 160	85 - 100	potražite liječničku pomoć
4. opasno visok krvni tlak	160 ↑	100 ↑	odmah potražite liječničku pomoć!

Evaluacija se radi na temelju više izmjerene vrijednosti. Primjerice: vrijednost krvnog tlaka **140/80 mmHg** ili **130/90 mmHg** ukazuje na «previsok krvni tlak».

2. Prva uporaba uređaja

Odabir ispravne manžete

Pri odabiru ispravne veličine manžete obujam ruke treba mjeriti u sredini nadlaktice. 22 - 32 cm (8.75 - 12.5 inča) trebala bi biti ispravna veličina za većinu osoba.

✎ Koristite samo manžete tvrtke Microlife.

- ▶ Obratite se svojoj lokalnoj Službi za korisnike tvrtke Microlife ako vam priložena manžeta ② ne odgovara.

3. Mjerenje krvnog tlaka uporabom ovog uređaja

Lista provjere za pouzdano mjerenje

1. Izbjegavajte fizičke aktivnosti, jelo ili pušenje neposredno prije mjerenja.
2. Sjednite na 5 minuta prije mjerenja i opustite se.
3. Uvijek mjerite na istoj ruci (obično na lijevoj).
4. Skinite usko pripijenu odjeću s nadlaktice. Rukave košulje nemojte zavrtati već ih spustite – na taj način neće smetati manžeti.
5. Vodite računa da koristite ispravnu veličinu manžete (pogledajte oznaku na manžeti).
 - Čvrsto postavite manžetu, ali ne prečvrsto.
 - Vodite računa da je manžeta postavljena 2 cm iznad lakta.
 - **Oznaka arterije** koja se nalazi na manžeti (približno 3 cm duga crta) mora ležati preko arterije koja ide unutarjarm stranom ruke.
 - Oslonite ruku tako da bude opuštena.
 - Pobrinite se da se manžeta nalazi u visini srca.
6. Bilo kakvo nepravilno postavljanje ili oštećenje stetoskopa uzrokovat će iskrivljen zvuk ili loš prijenos zvuka uzrokujući netočna očitavanja.
7. **Pravilna stopa deflacije nužna je za točno očitavanje.** Vježbajte i svladajte preporučenu stopu deflacije od 2-3 mmHg po sekundi ili pad od 1-2 oznake na manometru ① za svaki otkucaj srca.

Postupak mjerenja

1. Nastavak za prsni koš ⑥ postavite ispod manžete ② ili 1-2 cm ispod nje. Provjerite je li nastavak za prsni koš u kontaktu s kožom i naliježe li na brahijalnu arteriju.
2. Stavite nastavak za uši ⑦ i provjerite je li nastavak za prsni koš pravilno postavljen, tako da se Korotkoff zvuk najglasnije čuje.
3. Zatvorite ventili ④ na pumpici ③, okrećući vijak u smjeru kazaljke na satu. Nemojte previše zatezati.


4. Pumpicu ③ primate slobodnom rukom (rukom koju ne koristite za mjerenje) i napumpajte manžetu. Gledajte indikator tlaka na manometru ① i napumpajte do približno 40 mmHg više od očekivane sistoličke vrijednosti (gornje vrijednosti).
 - Napumpajte do 200 mmHg ako niste sigurni u vezi očekivane vrijednosti.
5. Polagano otvorite ventil ④ okrećući vijak suprotno od smjera kazaljke na satu, držeći nastavak stetoskopa za prsni koš ⑥ na brahijalnoj arteriji. Pažljivo slušajte dok se manžeta počine prazniti. Zabilježite očitavanje na manometru ① čim čujete slabo, ritmičko kuckanje ili prigušene zvukove. **Ovo je očitavanje sistoličkog krvnog tlaka.**
6. Pustite tlaku da nastavi padati istom stopom deflacije. Zabilježite očitavanje na manometru ① čim prigušeni zvuk prestane. **Ovo je očitavanje dijastoličkog krvnog tlaka.**
7. U potpunosti ispušite manžetu.
8. Mjerenje ponovite još najmanje dva puta, a vrijednosti, datum i vrijeme zabilježite odmah nakon završetka mjerenja.
9. Uklonite manžetu i stetoskop.

4. Neispravnost / uklanjanje grešaka

Ako tijekom upotrebe uređaja dođe do problema, potrebno je provjeriti sljedeće točke i po potrebi poduzeti odgovarajuće mjere:

Opis	Mogući uzrok i rješenje
Prijenos zvuka je loš, iskrivljen ili postoji pozadinski šum.	<ul style="list-style-type: none"> • Provjerite jesu li nastavci za uši prljavi ili napukli. Ako nisu, provjerite nosite li ih ispravno. • Provjerite je li cijev slomljena ili savijena. • Provjerite je li nastavak za prsni koš bilo gdje oštećen. • Provjerite je li nastavak za prsni koš u kontaktu s kožom i naliže li na brahijalnu arteriju. Ako ih nadete, sve neispravne dijelove očistite ili zamijenite kako biste izbjegli netočno očitavanje.

Opis	Mogući uzrok i rješenje
Tlak se ne diže jako pumpica ③ pumpa.	<ul style="list-style-type: none"> • Provjerite je li ventil zatvoren. • Provjerite je li manžeta ispravno spojena na pumpicu i manometar. • Provjerite propuštaju li manžeta, cijev i/ili pumpica. Zamijenite neispravne dijelove, ako ih ima.
Stopa deflacije ne može se postaviti na 2-3 mmHg/sek. podešavanjem ventila ④.	Demontirajte ventil s pumpice kako biste provjerili postoji li bilo kakvo začepljenje u zračnom prohodu ventila. Otklonite začepljenje i ponovno pokušajte. Ako i dalje ne radi, zamijenite ventil kako biste izbjegli pogrešna očitavanja.
Igla manometra nije na 0 +/- 3 mmHg u stanju mirovanja.	<ul style="list-style-type: none"> • Za provjeru nulte vrijednosti uvjerite se je li ventil u potpunosti otvoren. • Ako je odstupanje i dalje veće od 3 mmHg, obratite se svom dobavljaču radi recalibracije manometra.

 Ako smatrate da su rezultati neuobičajeni, pažljivo pročitajte informacije u «poglavlju 1.».

5. Sigurnost, održavanje, provjera točnosti i zbrinjavanje

Sigurnost i zaštita

- Ovaj uređaj smije se upotrebljavati isključivo u svrhe opisane u ovim uputama. Proizvođač ne preuzima odgovornost za oštećenje nastalo uslijed pogrešne primjene.
- Uređaj sadrži osjetljive dijelove te se njime mora rukovati oprezno. Pridržavajte se uvjeta čuvanja i rada opisanih u poglavlju «Tehničke specifikacije».
- Uređaj zaštitite od:
 - vode i vlage
 - ekstremnih temperatura
 - udaraca i padanja
 - kontaminacije i prašine
 - izravne sunčeve svjetlosti
 - topline i hladnoće
- Manžete su osjetljive i njima treba rukovati pažljivo.
- Napušite manžetu samo nakon što je dobro namjestite.
- Nikad ne napuhujte iznad 300 mmHg.
- Manžetu uvijek u potpunosti ispušite prije pohranjivanja.

- Ovaj uređaj ne upotrebljavajte ako mislite da je oštećen ili ako primijetite nešto neobično.
- Nikad ne otvarajte ovaj uređaj.
- Pročitajte dodatne sigurnosne informacije u pojedinim poglavljima ovih uputa.



Djeca ovaj uređaj ne smiju upotrebljavati bez nadzora; neki dijelovi dovoljno su mali da se mogu progutati. Postoji opasnost od davljenja ukoliko uređaj ima cijevi ili kabel.

Održavanje uređaja

Čistite uređaj mekanom, suhom krpom.

Čišćenje manžeta

Pažljivo uklonite mrlje na manžeti vlažnom krpom i sapunicom.



UPOZORENJE: Nemojte prati manžetu u perilici rublja ili posuda!

Provjera točnosti

Preporučujemo provjeru ispravnosti ovog uređaja svake 2 godine ili nakon mehaničkog oštećenja (npr. ako vam uređaj padne).

Obratite se svojoj lokalnoj Službi za korisnike tvrtke Microlife kako biste dogovorili provjeru (vidjeti predgovor).

Zbrinjavanje



Baterije i elektroničke uređaje treba zbrinuti sukladno primjenjivim lokalnim odredbama, a ne s kućnim otpadom.

6. Jamstvo

Ovaj uređaj ima **2 godišnje jamstvo** od datuma kupnje. Jamstvo vrijedi samo uz račun ili jamstveni list ispunjen od strane prodavača (vidi poledinu) kojim se potvrđuje datum kupnje.

- Manžeta i potrošni dijelovi nisu pokriveni jamstvom.
- Otvaranje ili mijenjanje uređaja poništava jamstvo.
- Jamstvo ne pokriva štetu uzrokovanu nepravilnim rukovanjem, nezgodama ili nepridržavanjem uputa za upotrebu.

Obratite se svojoj lokalnoj Službi za korisnike tvrtke Microlife (vidjeti predgovor).

7. Tehničke specifikacije

Masa:	450 g
Dimenzije:	175 x 70 x 103 mm
Uvjeti skladištenja:	-20 - +70 °C 85% relativna maksimalna vlaga

Radni uvjeti:	10 - 40 °C
Mjerni raspon:	0 - 300 mmHg
Razlučivost:	2 mmHg
Statička točnost:	unutar ± 3 mmHg između 18 - 33 °C; unutar ± 6 mmHg između 34 - 46 °C
Stopa smanjenja tlaka:	2-3 mmHg/sec
Propuštanje zraka:	< ± 4 mmHg/min
Pogreška histereze:	unutar 0 - 4 mmHg
Uključeni dodaci:	M-manžeta (22-32 cm), pumpica, ventil, stetoskop, torbica
Relevantne norme:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Ovaj uređaj udovoljava zahtjevima Direktive o medicinskim proizvodima 93/42/EEZ.

Zadržavamo pravo na tehničke izmjene.

- ① Манометър
- ② Маншет
- ③ Помпа
- ④ Регулируем изпускателен клапан
- ⑤ Стетоскоп
- ⑥ Глава на стетоскопа
- ⑦ Слушалки



Прочетете внимателно инструкциите, преди да ползвате този уред.

Уважаеми потребителю,

Този анероиден апарат е механично устройство за измерване на кръвното налягане в горната част на ръката и ви гарантира по-точно и последователно измерване.

Моля, прочетете внимателно тези указания, за да можете да разберете всички функции на апарата и информацията за безопасното му ползване. Искаме да сте доволни от вашия Microlife продукт. Ако имате въпроси или проблеми, моля свържете се с местния представител на Microlife-Клиентски услуги. Вашият дистрибутор или аптекар може да ви даде адреса на дистрибутора на Microlife във вашата страна. Друга възможност е да посетите Интернет на www.microlife.bg, където можете да намерите изключително полезна информация за продуктите ни.

Бъдете здрави – Microlife AG!

Съдържание

1. **Важни факти за кръвното налягане и самостоятелното измерване**
 - Как да определя какво е кръвното ми налягане?
 2. **Ако използвате апарата за първи път**
 - Избор на подходящ маншет
 3. **Измерване на кръвното налягане чрез използване на този апарат**
 - Списък с въпроси, гарантиращ извършване на надеждно измерване
 - Процедура на измерване
 4. **Незиправности/отстраняване на проблеми**
 5. **Тест за безопасност, грижа, точност и депониране**
 - Безопасност и защита
 - Грижа за апарата
 - Почистване на маншета
 - Тест за точност
 - Депониране
 6. **Гаранция**
 7. **Технически спецификации**
Гаранционна карта (вижте задната корица)
-
1. **Важни факти за кръвното налягане и самостоятелното измерване**
 - **Кръвно налягане** наричаме налягането на кръвта, преминаваща през артериите, което се образува от помпената дейност на сърцето. Винаги се измерват две стойности, **систолна** (висока) стойност и **диастолна** (ниска) стойност.
 - **Ако постоянно имате високо кръвно налягане, това може да увреди здравето ви и трябва да се обърнете за помощ към лекаря си!**
 - Винаги обсъждайте стойностите с вашия лекар и му съобщавайте, ако забележите нещо необичайно или се почувствате несигурни. **Никога не разчитайте на еднократно измерените стойности.**
 - Има много причини за изключително **високи стойности на кръвното налягане**. Вашият лекар ще ви ги обясни подробно и ще ви предложи лечение, ако е необходимо. Освен медика-

ментите, техниките за релаксация, отслабването и физическите упражнения също могат да намалят кръвното налягане.

- **При никакви обстоятелства не трябва да промените дозите на лекарствата, предписани ви от вашия лекар!**
- В зависимост от физическите усилия и състояние, стойностите на кръвното налягане се променят през целия ден. **Затова трябва да извършвате измервания в еднакви състояния на спокойствие и когато сте отпуснати!** Правете поне две измервания на ден, едно сутрин и едно вечер.
- Нормално е две измервания, направени скоро едно след друго, да покажат доста **различни резултати**.
- **Отклонения** в стойностите на измерванията, направени от лекаря ви или в аптеката, и тези направени вкъщи са напълно нормални, тъй като условията, при които са направени, са напълно различни.
- **Няколко измервания** дават доста по-ясна представа, отколкото само едно единствено измерване.
- **Направете малка пауза** от поне 15 секунди между две измервания.
- Ако сте **бременна**, трябва да следите кръвното си налягане много внимателно, тъй като то може да се променя драстично през този период!

Как да определя какво е кръвното ми налягане?

Таблица за класифициране на измерените в домашни условия стойности на кръвното налягане при възрастни, в съответствие с международните методически препоръки (ESH, AHA, JSH). Данните са в mmHg.

Обхват	Систолна	Диастолна	Препоръка
кръвното налягане е прекалено ниско	↓ 100	↓ 60	Консултирайте се с лекаря си
1. оптимално кръвно налягане	100 - 130	60 - 80	Самостоятелна проверка
2. кръвното налягане повишени	130 - 135	80 - 85	Самостоятелна проверка
3. кръвното налягане е прекалено високо	135 - 160	85 - 100	Потърсете медицинска помощ
4. кръвното налягане е опасно високо	160 ↑	100 ↑	Незабавно потърсете медицинска помощ!

Най-високата стойност е тази, която определя оценката. Пример: стойност на кръвното налягане на **140/80 mmHg** или стойност на **130/90 mmHg** показва «кръвното налягане е прекалено високо».

2. Ако използвате апарата за първи път

Избор на подходящ маншет

При избор на точния размер маншет, обиколката на ръката трябва бъде измерена в центъра на горната част на ръката. 22 - 32 см (8.75 - 12.5 инча) трябва да е точният размер за по-голямата част от хората.

☞ Използвайте само Microlife маншети!

- ▶ Свържете се с местния представител на Microlife-Услуги, ако приложеният маншет ② не е подходящ.

3. Измерване на кръвното налягане чрез използване на този апарат

Списък с въпроси, гарантиращ извършване на надеждно измерване

1. Избягвайте движения, хранене или пушене непосредствено преди измерването.
2. Седнете поне за 5 минути преди измерването и се отпуснете.
3. Винаги измервайте на една и съща ръка (обикновено лявата).
4. Отстранете плътно прилепващи дрехи от ръката над лакътя. За да избегнете притискане, не навивайте ръкавите си - те не пречат на маншета, ако са гладки.
5. Винаги се уверявайте, че използвате правилния размер маншет (размерът на маншета е отбелязан върху него).
 - Стегнете добре маншета, но не твърде много.
 - Уверете се, че маншетът е поставен 2 см над лакътя.
 - **Знакът за артерията**, обозначен на маншета (около 3 см дълга линия) трябва да се постави върху артерията, която минава през вътрешната страна на ръката.
 - Поддържайте ръката си, за да е отпусната.
 - Уверете се, че маншетът е разположен на височината на сърцето ви.
6. При неправилно сглобяване или повреда на стетоскопа може да се получи изкривяване на звука или лошо предаване на звука, което може да доведе до неточни показания.
7. **Правилното изпускане на въздуха е съществено за точността на показанията.** Практикувайте и усъвършенствайте препоръчителната степен на изпускане 2-3 mmHg (мм живачен стълб) в секунда или изпуската с 1-2 деления на манометъра ① при всеки удар на сърцето.

Процедура на измерване

1. Поставете главата на стетоскопа ⑥ под маншета ② или на 1-2 см под него. Уверете се, че главата на стетоскопа е в контакт с кожата и е поставена върху брахиалната артерия.
2. Поставете слушалките ⑦ и проверете дали главата на стетоскопа е поставена правилно така, че тоновете на Коротков да се чуват максимално силно.
3. Затворете въздушния клапан ④, който се намира на гумената помпа ③, като завъртите винта по посока на часовниковата стрелка. Не затягайте много силно.
4. Хванете помпата ③ с вашата свободна ръка (ръката, на която не измервате) и напompете маншета. Наблюдавайте манометъра ① и напompете до около 40 мм живачен стълб по-високо от очаквана систолична стойност (горна граница).
 - Напompете до 200 мм живачен стълб, ако не сте сигурни за очакваната стойност.
5. Отворете клапана ④ бавно, като завъртате винта обратно на часовниковата стрелка, докато държите главата на стетоскопа ⑥ върху брахиалната артерия. Слушайте внимателно, когато маншетът започне да изпуска въздуха. Обърнете внимание на показанието на манометъра ① веднага след като чуете слабо, ритмично пулсиране или туптене. **Това е показанието на систоличното кръвно налягане.**
6. Продължавайте да изпускате налягането по същия начин. Обърнете внимание на показанието на манометъра ①, веднага след като спрете да чувате звукът на туптене. **Това е показанието на диастоличното кръвно налягане.**
7. Изпуснете напълно въздуха от маншета.
8. Повторете измерването най-малко още два пъти и запишете получените стойности, дата и час, веднага след приключване на измерванията.
9. Свалете маншета и стетоскопа.

4. Незиправности/отстраняване на проблеми

Ако по време на използване на апарата възникнат проблеми, необходимо е да проверите следните точки и да вземете съответните мерки:

Описание	Вероятна причина и начин за отстраняване
Лошо предаване на тона, грешки или страничен шум.	<ul style="list-style-type: none">• Проверете дали слушалките не са запущени или пукнати. Ако не са, убедете се, че те са плътно прилегнали и не са износени.• Проверете дали по тръбата няма пукнатини и не е ли повредена.• Проверете дали главата не стетоскопа не е проведена.• Убедете се, че главата на стетоскопа се намира в контакт с кожата и е върху брахиалната артерия по време на измерване. За да избегнете неточни измервания, изчистете или заменете неизправните детайли.
При напompване на маншета с гумената помпа налягането ③ не се увеличава.	<ul style="list-style-type: none">• Убедете се, че клапанът е затворен.• Убедете се, че маншетът е правилно съединен с гумената помпа и манометъра.• Проверете не изпускат ли въздух маншетът, тръбата и/или гумената помпа. При откриване на неизправност заменете неизправните детайли.
Скоростта на изпускане на въздуха чрез регулиране на клапана ④ не е 2-3 мм живачен стълб.	Отделете клапана от помпата, за да проверите дали няма препятствия за въздуха вътре в самия клапан. Премахнете препятствията и повторно опитайте. Ако клапанът не работи както трябва, заменете го с цел да избегнете получаване на неточни резултати от измерването.
Стрелката на манометъра не се намира 0 +/- 3 мм живачен стълб в покой.	<ul style="list-style-type: none">• Убедете се, че при проверка да се постави стрелката на нула, клапанът е напълно отворен.• Ако отклонението от нулевото показание е повече от 3 мм живачен стълб, обърнете се към търговската организация за повторна калибровка на манометъра.



Ако смятате, че резултатите са необичайни, моля прочетете внимателно информацията в «Раздел 1.».

5. Тест за безопасност, грижа, точност и депониране



Безопасност и защита

- Този прибор може да се ползва единствено за целта, описана в тази книжка. Производителят не може да носи отговорност за повреди, причинени от неправилна употреба.
- В този прибор има чувствителни детайли и с него трябва да се борави внимателно. Спазвайте условията за съхранение и експлоатация, описани в раздел «Технически спецификации»!
- Пазете го от:
 - вода и влага
 - екстремни температури
 - удар и изпускане
 - замърсяване и прах
 - пряка слънчева светлина
 - топлина и студ
- Маншетите са чувствителни и трябва да се борави внимателно с тях.
- Помпайте маншета само когато е поставен добре на ръката.
- Никога не не напompвайте над 300 мм живачен стълб.
- Съхранявайте маншета като изпуснете напълно въздуха от него.
- Не ползвайте прибора, ако мислите, че е повреден или забележите нещо нередно.
- Никога не отваряйте прибора.
- Прочетете допълнителните инструкции за безопасност в индивидуалните раздели от брошурата.



Не позволявайте на деца да използват прибора без родителски контрол; някои части са достатъчно малки, за да бъдат погълнати. Бъдете наясно с риска от задушаване в случай, че това устройство е снабдено с кабели или тръби.

Грижа за апарата

Почиствайте апарата само с мека суха кърпа.

Почистване на маншета

Внимателно отстранявайте петната по маншета с влажна кърпа и сапунена пяна.



Внимание: Не почиствайте маншета в пералня или съдомиялна машина.

Тест за точност

Препоръчително е апаратът да се тества за точност на всеки 2 години или след механичен удар (например след изпускане). Моля, свържете се с местния представител на Microlife-Услуги, за да организирате извършването на теста (вижте предговора).

Депониране



Батериите и електронните уреди трябва да се изхвърлят съгласно местните приложими разпоредби, а не с битовите отпадъци.

6. Гаранция

Този уред е с **2-годишна гаранция** от датата на закупуване. Гаранцията важи само при показване на гаранционната карта, попълнена от продавача (вижте отзад) с потвърждение за датата на покупка и касова бележка.

- Маншетът и износващите се части не са включени в гаранцията.
- Отварянето или модификациите по прибора правят гаранцията невалидна.
- Гаранцията не покрива повреди, причинени от неправилно ползване, злоупотреби или неспазване на указанията за експлоатация.

Моля, свържете се с местния представител на Microlife-Услуги (вижте предговора).

7. Технически спецификации

Тегло:	450 г
Габарити:	175 x 70 x 103 мм
Условия на съхранение:	-20 - +70 °С
Работни условия:	85 % относителна максимална влажност
Обхват на измерване:	10 - 40 °С
Разделителна способност:	0 - 300 мм живачен стълб
Статична точност:	2 мм живачен стълб в рамките на ± 3 mmHg между 18 - 33 °С; в рамките на ± 6 mmHg между 34 - 46 °С

Скорост на изпускане

на въздуха: 2-3 мм живачен стълб/с.

Изтичане на въздуха: < ± 4 мм живачен стълб/мин.

Погрешно закъсняване: между 0 - 4 мм живачен стълб

Включени аксесоари: маншет М (22-32 см), помпа, клапан, стетоскоп, мека чанта

Препратка към

стандарт: EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Това изделие отговаря на изискванията на Директивата за медицински изделия 93/42/ЕЕС.

Запазва правото си на технически промени.

- ① Manometru
- ② Manșetă
- ③ Pompă în formă de pară
- ④ Supapă reglabilă pentru dezumflare
- ⑤ Stetoscop
- ⑥ Capsulă
- ⑦ Olivă



Citiți instrucțiunile cu atenție înainte de a utiliza acest aparat.

Stimate utilizator,

Acest tensiometru este un aparat mecanic destinat măsurării tensiunii arteriale la nivelul brațului și asigură o măsurare precisă și sigură.

Vă rugăm să citiți aceste instrucțiuni cu atenție, astfel încât să înțelegeți toate funcțiile sale și informațiile privind siguranța. Noi dorim să vă bucurați de produsul dvs. Microlife. În cazul în care aveți orice fel de întrebări sau probleme, vă rugăm contactați Service-ul local Microlife. Vânzătorul sau farmacia dvs. vor fi în măsură să vă ofere adresa distribuitorului Microlife din țara dvs. Alternativ, vizitați pe Internet la www.microlife.com, unde puteți găsi multe informații importante cu privire la produsele noastre.

Aveți grijă de sănătatea dvs. – Microlife AG!

Cuprins

1. Elemente importante cu privire la tensiunea arterială și auto-măsurare

- Cum evaluez tensiunea mea arterială?

2. Utilizarea pentru prima oară a instrumentului

- Selecția manșeta corectă

3. Măsurarea tensiunii arteriale cu acest instrument

- Țineți seama de următoarea listă de verificare pentru o măsurare sigură
- Procedura de măsurare

4. Defecțiuni / Depanare

5. Siguranță, îngrijire, verificarea preciziei și salubritatea

- Siguranța și protecția
- Îngrijirea instrumentului
- Curățarea manșetei
- Verificarea preciziei
- Salubritatea

6. Garanția

7. Specificații tehnice

Fișa garanție (vezi coperta spate)

1. Elemente importante cu privire la tensiunea arterială și auto-măsurare

- **Tensiunea arterială** este presiunea sângelui care curge în artere, generată de bătăile inimii. Întotdeauna sunt măsurate două valori, cea **sistolă** (superioară) și cea **diastolică** (inferioară).
- **Valori permanent ridicate ale tensiunii arteriale pot duce la deteriorarea stării dvs. de sănătate, și de aceea trebuie să fiți tratat de medicul dvs.!**
- Întotdeauna discutați cu medicul dvs. despre valorile măsurate și informați-l dacă remarcați ceva neobișnuit sau aveți îndoieli. **Nu vă bazați niciodată pe măsurări singulare ale tensiunii arteriale.**
- Există multe cauze ale unor **valori excesiv de ridicate ale tensiunii arteriale**. Medicul dvs. vă poate explica în detaliu și dacă

este cazul vă poate oferi tratamentul corespunzător. Pe lângă medicație, tehnicile de relaxare, reducerea greutății corporale și exercițiile fizice pot ajuta de asemenea la reducerea tensiunii dvs. arteriale.

- **Sub nici o formă dvs. nu trebuie să modificați dozajul medicamentelor prescrise de medicul dvs.!**
- În funcție de starea și condiția dvs. fizică, tensiunea arterială variază destul de mult pe durata unei zile. **De aceea, trebuie să efectuați măsurările în aceleași condiții de liniște și în momentul în care vă simțiți relaxat!** Efectuați cel puțin două măsurări pe zi, una dimineața și una seara.
- Este un lucru obișnuit ca două măsurări efectuate într-o succesiune rapidă să producă **rezultate semnificativ diferite.**
- **Diferențele** între măsurările efectuate de medicul dvs. sau la farmacie și cele luate acasă sunt de fapt normale, din cauza faptului că aceste situații sunt complet diferite.
- **Mai multe măsurări** oferă o imagine mai clară decât una singură.
- **Lăsați un interval scurt** de cel puțin 15 secunde între două măsurări.
- În cazul în care sunteți **însărcinată**, trebuie să vă verificați tensiunea arterială foarte atent, pentru că aceasta se poate modifica semnificativ în această perioadă!

Cum evaluez tensiunea mea arterială?

Tabel pentru clasificarea valorilor tensiunii arteriale pentru adulți, la domiciliu, în conformitate cu normele internaționale (ESH, AHA, JSH). Date în mmHg.

Domeniu	Sistolic	Diastolic	Recomandare
tensiune arterială prea mică	▼ 100	▼ 60	Consultați medicul
1. tensiune arterială optimă	100 - 130	60 - 80	Verificați dvs. înșivă
2. tensiune arterială crescută	130 - 135	80 - 85	Verificați dvs. înșivă
3. tensiune arterială prea mare	135 - 160	85 - 100	Solicitați asistență medicală
4. tensiune arterială periculos de mare	160 ▲	100 ▲	Solicitați de urgență asistență medicală!

Valoarea mai mare este cea care determină evaluarea. Exemplu: o valoare de **140/80** mmHg sau de **130/90** mmHg indică «o tensiune arterială prea mare».

2. Utilizarea pentru prima oară a instrumentului

Selectați manșeta corectă

Atunci când alegeți dimensiunea corectă a manșetei, circumferința brațului trebuie măsurată la mijlocul brațului superior. 22 - 32 cm (8.75 - 12.5 inch) este dimensiunea potrivită pentru majoritatea persoanelor.

👉 Utilizați numai manșete Microlife!

- ▶ Contactați Service-ul Local Microlife, în cazul în care manșeta atașată ② nu se potrivește.

3. Măsurarea tensiunii arteriale cu acest instrument

Țineți seama de următoarea listă de verificare pentru o măsurare sigură

1. Evitați orice fel de activitate, mâncatul sau fumatul imediat înainte de măsurare.
2. Stați jos cel puțin 5 minute înainte de măsurare și relaxați-vă.
3. Întotdeauna măsurați la aceeași mână (în mod normal stânga).
4. Scoateți articolele de îmbrăcăminte care vă strâng brațul superior. Pentru a evita strângerea, mâncile cămășilor nu trebuie suflecate - acestea nu interferează cu manșeta dacă stau lejere.
5. Asigurați-vă întotdeauna că manșeta pe care o folosiți are dimensiunea potrivită (indicată pe manșetă).
 - Fixați manșeta bine, dar nu prea strâns.
 - Verificați ca manșeta să fie cu 2 cm deasupra cotului dvs.
 - Semnul de pe manșetă care **indică artera** (o linie de cca 3 cm) trebuie să vină în prelungirea arterei de pe partea interioară a brațului.
 - Sprijiniți-vă brațul astfel încât să fie relaxat.
 - Verificați ca manșeta să fie la aceeași înălțime cu inima dvs.
6. Un stetoscop montat necorespunzător sau defect va distorsiona sunetele sau va atenua transmiterea acestora, ceea ce va duce la o măsurare imprecisă a tensiunii.
7. **O viteză de dezumflare adecvată este esențială pentru determinarea corectă a tensiunii.** Este recomandată o viteză de dezumflare de 2-3 mmHg pe secundă sau o coborâre a acului cu 1-2 linii pe cadranul manometrului ① la fiecare bătăie a inimii.

Procedura de măsurare

1. Așezați capsula stetoscopului ⑥ sub manșeta ② la 1-2 cm mai jos de acesta. Asigurați-vă dacă capsula stetoscopului este în contact cu pielea și deasupra arterei brahiale.

2. Așezați corect olivele stetoscopului ⑦ în urechi pentru a putea auzi zgomotele Korotkoff în timpul măsurării.
3. Închideți supapa ④ pompei ③ rotind șurubul în sensul acelor de ceasornic. Nu strângeți exagerat.
4. Țineți para cu supapă ③ în mâna liberă (brațul la care nu faceți măsurarea) și umflați manșeta. În timp ce urmăriți indicatorul de presiune de pe manometru ① umflați până când acul manometrului arată o presiune cu 40 mmHg mai mare decât tensiunea dvs. sistolică normală (valoarea superioară).
 - Dacă nu sunteți sigur de valoarea acesteia, umflați mai întâi la 200 mmHg.
5. Deschideți supapa ④ încet, rotind șurubul în sens antiorar și ținând capsula stetoscopului ⑥ deasupra arterei brahiale. Pe măsură ce manșeta se dezumflă, trebuie să ascultați atent cu stetoscopul. Notați gradația de pe manometru ① imediat ce auziți bătăi slabe, ritmice sau sunete înăbușite. **Aceasta este citirea tensiunii sistolice.**
6. Lăsați presiunea din manșetă să coboare în același ritm. Notați gradația de pe manometru ① imediat ce zgomotele încetează. **Aceasta este citirea tensiunii diastolice.**
7. Dezumflați complet manșeta.
8. Repetați măsurarea de cel puțin două ori și înregistrați valorile, data și ora imediat după terminarea măsurătorilor.
9. Scoateți manșeta de pe braț și stetoscopul de la urechi.

4. Defecțiuni / Depanare

Dacă apar probleme la folosirea aparatului, trebuie verificate următoarele aspecte și, după caz, luate măsurile corespunzătoare:

Descriere	Cauza posibilă și remediere
Sunetul se transmite slab, distorsionat sau perturbat din exterior.	<ul style="list-style-type: none"> • Verificați dacă olivele stetoscopului nu sunt murdare sau crăpate. Dacă nu, asigurați-vă că le purtați în mod corespunzător. • Verificați dacă tubul este rupt sau răsucit. • Verificați dacă membrana stetoscopului este deteriorată. • Asigurați-vă că membrana stetoscopului se află în contact strâns cu pielea și deasupra arterei brahiale în timpul măsurării. Curățați sau înlocuiți orice componentă defectă pentru a evita măsurări inexacte.
Presiunea nu crește deși para ③ pompează.	<ul style="list-style-type: none"> • Asigurați-vă că ați închis supapa. • Asigurați-vă că tubul manșetei este conectat corect la manometru. • Verificați dacă manșeta, tubul și/sau para nu scapă aer. Înlocuiți părțile defecte, dacă ele există.
Viteza de dezumflare nu se poate menține la 2-3 mmHg/sec. prin acționarea supapei ④.	Demontați supapa de la para pompei pentru a verifica dacă există orice blocaj în căile respiratorii ale valvei. Curățați blocajul și încercați din nou. Dacă tot nu funcționează, înlocuiți-o pentru a evita citirile inexacte.
Acul manometrului nu este la 0 +/- 3 mmHg în repaus.	<ul style="list-style-type: none"> • Asigurați-vă că supapa este complet deschisă, astfel încât presiunea să fie zero. • Dacă deviația acului față de zero continuă să fie mai mare de 3 mmHg contactați vânzătorul pentru a recalibra manometrul.



În cazul în care considerați că rezultatele sunt neobișnuite, vă rugăm citiți cu atenție informațiile din «Secțiunea 1.».

5. Siguranță, îngrijire, verificarea preciziei și salubritatea

Siguranța și protecția

- Acest instrument poate fi utilizat numai pentru scopul descris în această broșură. Producătorul nu poate fi făcut răspunzător pentru daunele cauzate de utilizarea incorectă.
- Acest instrument include componente sensibile și trebuie tratat cu atenție. Respectați condițiile de păstrare și funcționare descrise în secțiunea «Specificații tehnice»!
- Protejați-l împotriva:
 - apei și umezelii
 - temperaturilor extreme
 - impactului și căderii
 - murdăriei și prafului
 - razelor solare directe
 - căldurii și frigului
- Manșetele sunt sensibile și trebuie mânuite cu grijă.
- Umflați manșeta doar când este fixată.
- Nu umflați niciodată mai mult de 300 mmHg.
- Dezumflați întotdeauna manșeta complet înainte de păstrare.
- Nu utilizați instrumentul dacă aveți impresia că este deteriorat sau observați ceva neobișnuit la el.
- Nu demontați niciodată instrumentul.
- Citiți informațiile cu privire la siguranță din secțiunile individuale ale acestei broșuri.



Aveți grijă să nu lăsați instrumentul nesupravegheat la îndemâna copiilor; unele părți componente sunt suficient de mici pentru a putea fi înghițite. Aveți grijă, deoarece există risc de strangulare în cazul în care acest instrument este livrat cu cabluri sau tuburi.

Îngrijirea instrumentului

Curățați instrumentul numai cu o cârpă moale, uscată.

Curățarea manșetei

Îndepărtați cu grijă petele de pe manșetă, folosind o cârpă umedă și spumă de săpun.



ATENȚIE: Nu spălați manșeta în mașina de spălat rufe sau vase!

Verificarea preciziei

Noi recomandăm verificarea preciziei acestui instrument la fiecare 2 ani sau după un impact mecanic (de exemplu după o eventuală

cădere). Vă rugăm contactați Service-ul local Microlife pentru a planifica verificarea (vezi prefața).

Salubritatea



Bateriile și instrumentele electronice trebuie salubritate în concordanță cu reglementările locale în vigoare, și nu împreună cu deșeurile menajere.

6. Garanția

Acest instrument are o perioadă de **2 ani garanție** de la data achiziționării. Garanția este valabilă doar la prezentarea fișei de garanție completată de distribuitor (vezi verso) care să confirme data cumpărării, sau cu chitanța/factura de cumpărare.

- Manșeta și piesele supuse uzurii nu sunt incluse.
- Deschiderea sau modificarea instrumentului anulează garanția.
- Garanția nu acoperă daunele cauzate de manipularea necorespunzătoare, accidente sau nerespectarea instrucțiunilor de utilizare.

Vă rugăm contactați Service-ul local Microlife (vezi prefața).


7. Specificații tehnice

Greutate:	450 g
Dimensiuni:	175 x 70 x 103 mm
Condiții de păstrare:	-20 - +70 °C 85 % umiditate relativă maximă
Condiții de funcționare:	10 - 40 °C
Domeniul de măsurare:	0 - 300 mmHg
Rezoluție:	2 mmHg
Precizie statică:	în cadrul ± 3 mmHg între 18 - 33 °C; în cadrul ± 6 mmHg între 34 - 46 °C
Viteza de scădere a presiunii:	2-3 mmHg/sec
Pierderea de aer:	$\leq \pm 4$ mmHg/min
Eroarea de histerezis:	în cadrul 0 - 4 mmHg
Accesorii incluse:	manșetă M (22-32 cm), pară, supapă, stetoscop, geantă de păstrare
Standarde de referință:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Acest dispozitiv îndeplinește cerințele Directivei 93/42/CEE privind dispozitivele medicale.

Ne rezervăm dreptul de a efectua modificări tehnice.

- ① Manometr
- ② Manžeta
- ③ Tlakovací balónek
- ④ Nastavitelný vypouštěcí ventil
- ⑤ Stetoskop
- ⑥ Membrána stetoskopu
- ⑦ Ušní olivky

 Před použitím tohoto výrobku si pečlivě přečtěte návod.

Vážený zákazník,
tato aneroidní souprava na měření tlaku je mechanické zařízení na měření krevního tlaku na paži a zajišťuje precizní a důsledné měření.

Prostudujte prosím tyto pokyny pečlivě tak, abyste porozuměli všem funkcím a informacím týkajícím se bezpečnosti. Chceme, abyste byli se svým výrobkem Microlife spokojeni. Máte-li jakékoliv otázky nebo problémy, kontaktujte prosím místní zákaznický servis Microlife. Váš prodejce nebo lékárna Vám dají adresu prodejce Microlife ve Vaší zemi. Alternativně můžete navštívit webovou stránku www.microlife.cz, kde naleznete mnoho cenných informací o našich výrobcích.

Budte zdraví – Microlife AG!

Obsah

- 1. Důležitá fakta o krevním tlaku a samoměření**
 - Jak vyhodnotit svůj krevní tlak?
- 2. První použití přístroje**
 - Vyberte správnou manžetu
- 3. Měření krevního tlaku pomocí tohoto přístroje**
 - Kontrolní přehled pokynů pro spolehlivé měření
 - Postup měření
- 4. Chyby / Řešení problémů**
- 5. Bezpečnost, péče, zkouška přesnosti a likvidace**
 - Bezpečnost a ochrana
 - Péče o přístroj
 - Čištění manžety
 - Zkouška přesnosti
 - Likvidace
- 6. Záruka**
- 7. Technické specifikace**
Záruční list (viz zadní obal)

1. Důležitá fakta o krevním tlaku a samoměření

- **Krevní tlak** je tlak krve proudící v tepnách generovaný srdeční činností. Vždy se měří dvě hodnoty, **systolický** (horní) a **diastolický** (spodní) tlak.
- **Trvale vysoké hodnoty tlaku mohou poškodit Vaše srdce a v takovém případě je nutno zajistit léčbu!**
- Vždy se o Vašich hodnotách tlaku poraďte s lékařem a sdělte mu, pokud si všimnete něčeho neobvyklého nebo máte-li pochyby. **Nikdy se nespolehejte na jediné měření krevního tlaku.**
- Pro nadměrně **vysoký krevní tlak** existuje mnoho příčin. Jejich podrobnější vysvětlení obdržíte od svého lékaře, který Vám také v případě potřeby nabídne vhodnou léčbu. Kromě léků lze krevní tlak snížit také pomocí relaxačních technik, redukce váhy a cvičení.
- **Za žádných okolností byste neměli měnit dávkování jakýchkoliv léků předepsaných lékařem!**
- Krevní tlak během dne značně kolísá v závislosti na fyzické námaze a stavu. **Měli byste proto své údaje měřit za stejných podmínek a cítíte-li se uvolnění!** Provádějte alespoň dvě měření za den, jedno ráno a jedno večer.
- Zcela běžně lze během dvou rychle za sebou prováděných měření získat výrazně **odlišné výsledky**.
- **Odchytky** mezi měřeními prováděnými lékařem nebo v lékárně a domácím měřením jsou zcela normální, neboť se jedná o zcela odlišné situace.
- Mnohem jasnější obrázek lze získat pomocí **několika měření**, na rozdíl od pouhého jediného měření.
- Mezi dvěma měřeními **ponechejte krátkou přestávku** alespoň 15 vteřin.
- Jste-li **těhotná**, měla byste svůj krevní tlak sledovat velmi pečlivě, neboť v této době se může velmi drasticky měnit!

Jak vyhodnotit svůj krevní tlak?

Tabulka pro hodnoty tlaku krve dospělých při měření v domácím prostředí v souladu s mezinárodními pokyny (ESH, AHA, JSH). Údaje v mmHg.


Rozsah	Systo- lický	Diasto- lický	Doporučení
příliš nízký krevní tlak	↓ 100	↓ 60	Poradte se s lékařem
1. optimální krevní tlak	100 - 130	60 - 80	Samokontrola
2. zvýšený krevní tlak	130 - 135	80 - 85	Samokontrola
3. příliš vysoký krevní tlak	135 - 160	85 - 100	Vyhleďte lékařskou pomoc
4. nebezpečně vysoký krevní tlak	160 ↑	100 ↑	Okamžitě vyhleďte lékařskou pomoc!

Pro hodnocení je určující vyšší hodnota. Příklad: hodnota krevního tlaku **140/80** mmHg anebo hodnota **130/90** mmHg indikuje «příliš vysoký krevní tlak».

2. První použití přístroje

Vyberte správnou manžetu

Pro výběr správné velikosti manžety je třeba měřit obvod ve středu horní části paže. Velikost 22 - 32 cm (8,75 - 12,5 palce) je vhodná pro většinu lidí.

 Používejte pouze manžety Microlife!

- ▶ Pokud přiložená manžeta ② nesedí, kontaktujte místní zákaznický servis Microlife.

3. Měření krevního tlaku pomocí tohoto přístroje

Kontrolní přehled pokynů pro spolehlivé měření

1. Před měřením se vyhněte fyzické aktivitě, jídlu a kouření.
2. Přibližně 5 minut před měřením se usadte a uvolněte se.
3. Měření vždy provádějte na stejné paži (běžně na levé).
4. Z paže sejměte těsně přiléhavý oděv. Aby nedošlo ke škrncení, nevyhrujte rukávy košile - jsou-li volně spuštěné, nebudou manžetě překážet.
5. Vždy se ujistěte, že používáte správnou velikost manžety (označení na manžetě).
 - Manžetu nasazujte těsně, ne však příliš.
 - Ujistěte se, že manžeta je umístěná 2 cm nad loktovou jamkou.
 - **Značka arterie** («artery mark») na manžetě (přibližně 3 cm dlouhé farebné označení) se musí přiložit na tepnu, která se nachází na vnitřní straně paže.

- Paži podepřete tak, aby byla uvolněná.
 - Zajistěte, aby manžeta byla ve stejné výši jako srdce.
- Jakékoliv nesprávné nastavení nebo poškození fonendoskopu způsobí zkreslený nebo slabý přenos zvuku, což zapříčiní nepřesné měření.
 - Správná rychlost vypouštění vzduchu je nezbytná pro přesné měření.** Návěkem a praxí docílíte doporučenou rychlost vypouštění 2-3 mmHg za sekundu nebo 1-2 dílky stupnice manometru ① při každém úderu srdce.

Postup měření

- Umístěte membránu stetoskopu ⑥ pod manžetu ② nebo 1-2 cm pod její spodní okraj. Ujistěte se, že membrána je v kontaktu s kůží a je umístěna na brachiální tepně.
- Nasadte si ušní olivky ⑦ a zkontrolujte, zda je membrána stetoskopu umístěna správně tak, že Korotkovovy zvuky slyšet nejhlasitěji.
- Zavřete vypouštěcí ventil ④ na tlakovacím balóнку ③ otočením šroubku ve směru hodinových ručiček. Neutahujte příliš silně.
- Chyťte tlakovací balónek ③ volnou rukou (rukou, na niž si neměříte tlak) a nafoukněte manžetu. Sledujte ručičku manometru ① a natlakujte manžetu přibližně o 40 mmHg více, než je očekávaná systolická hodnota (horní tlak).
 - Natlakujte manžetu nad 200 mmHg, pokud si nejste jisti očekávanou hodnotou tlaku.
- Pomalou otevřete vypouštěcí ventil ④ otáčením šroubku proti směru hodinových ručiček a zároveň držte membránu ⑥ na brachiální tepně. Pozorně poslouchajte, když se manžeta začne vyfukovat. Jakmile uslyšíte slabé rytmické klepání nebo bouchání, poznamenejte si zobrazenou hodnotu na manometru ①. **Toto je systolická hodnota tlaku krve.**
- Dále rovnoměrně vypouštějte vzduch z manžety. Jakmile přestanete slyšet zvuk tepu, poznamenejte si zobrazenou hodnotu na manometru ①. **Toto je diastolická hodnota tlaku krve.**
- Zcela vypustěte vzduch z manžety.
- Opakujte měření alespoň dvakrát po sobě a ihned po měření si запиšte naměřené hodnoty tlaku krve, datum a čas.
- Odstraňte z paže fonendoskop a manžetu.

4. Chyby / Řešení problémů

Pokud dochází při používání přístroje k chybám, zkontrolujte přístroj podle následujících bodů a proveďte příslušná nápravná opatření:

Popis	Možná příčina a způsob nápravy
Přenos zvuku je slabý, zkreslený nebo je slyšet vnější šum.	<ul style="list-style-type: none"> • Zkontrolujte ušní olivky, zda nejsou znečištěny nebo poškozeny. Pokud nejsou, ujistěte se, že jsou správně nasazené. • Zkontrolujte, zda hadička není zlomená nebo zkroutená. • Zkontrolujte, zda není poškozená membrána stetoskopu. • Ujistěte se, že membrána stetoskopu je v kontaktu s kůží a je umístěna na brachiální tepně. Vyčistěte nebo vyměňte všechny poškozené části, aby se zamezilo nepřesnému měření.
Tlak v manžetě stoupá, i když se tlakovací balónek ③ stlačuje.	<ul style="list-style-type: none"> • Ujistěte se, že vypouštěcí ventil je uzavřen. • Ujistěte se, že manžeta je správně připojena k tlakovacímu balóнку a manometru. • Zkontrolujte, zda z manžety, hadičky a/ nebo balóнку neuniká vzduch. V případě potřeby vyměňte poškozené části.
Nastavením vypouštěcího ventilu ④ rychlosti vypouštění 2-3 mmHg/s.	Odpojte tlakovací balónek a zkontrolujte, zda průduch ventilu není blokováán. Ventil nelze dosáhnout rychlosti vypouštění 2-3 mmHg/s.
Ručička manometru v klidu neukazuje 0 ± 3 mmHg.	<ul style="list-style-type: none"> • Ujistěte se, že vypouštěcí ventil je zcela otevřený pro kontrolu nulové polohy. • Pokud je odchylka stále vyšší než 3 mmHg, kontaktujte vašeho prodejce kvůli překalibrování manometru.



Pokud se domníváte, že výsledky jsou neobvyklé, pečlivě si prosím přečtěte informace v oddíle «1.».

5. Bezpečnost, péče, zkouška přesnosti a likvidace

Bezpečnost a ochrana

- Tento přístroj lze používat pouze pro účely popsané v této příručce. Výrobce neodpovídá za škody způsobené nesprávným použitím.
- Tento přístroj obsahuje citlivé komponenty a nutno s ním nakládat opatrně. Dodržujte podmínky pro skladování a provoz popsané v oddíle «Technické specifikace»!
- Chraňte před:
 - vodou a vlhkostí
 - extrémními teplotami
 - nárazy a upuštěním na zem
 - znečištěním a prachem
 - přímým slunečním svitem
 - teplem a chladem
- Manžety jsou citlivé a vyžadují opatrné zacházení.
- Manžetu nafukujte pouze když je nasazená.
- Nikdy nenafukujte manžetu nad 300 mmHg.
- Před uskladněním přístroje manžetu zcela vypusťte.
- Přístroj nepoužívejte, pokud se domníváte, že je poškozený nebo si všimnete čehokoliv neobvyklého.
- Přístroj nikdy nerozebírejte.
- Pečlivě si přečtěte bezpečnostní pokyny v jednotlivých oddílech této příručky.



Dbejte na to, aby přístroj nepoužívaly děti bez dohledu; některé části jsou tak malé, že může dojít k jejich spolknutí. V případě, že přístroj je dodáván s kabelem či hadicí, hrozí nebezpečí uskrvení.

Péče o přístroj

Přístroj čistíte pouze měkkým suchým hadříkem.

Čištění manžety

Skvrny na manžetě opatrně odstraníte vlhkým hadříkem a mýdlovou vodou.



Varování: Neperte manžetu v pračce či myčce nádobí!

Zkouška přesnosti

Zkoušku přesnosti tohoto přístroje doporučujeme provádět každé 2 roky nebo po mechanickém nárazu (např. při upuštění na zem). Pro zajištění této zkoušky kontaktujte místní zákaznický servis Microlife (viz předmluva).

Likvidace



Baterie a elektronické přístroje nutno likvidovat v souladu s místními platnými předpisy, nikoliv s domácím odpadem.

6. Záruka

Na tento přístroj se vztahuje záruka **2 let** od data nákupu. Záruka je platná pouze po předložení záručního listu vyplněném prodejcem (viz zadní strana) a potvrzením data nákupu nebo pokladního dokladu.

- Záruka se nevztahuje na manžety a součásti podléhající rychlému opotřebení.
 - Záruka propadá v případě otevření nebo úprav přístroje.
 - Záruka se nevztahuje na škody vzniklé v důsledku nesprávné manipulace, nehody nebo nedodržení provozních pokynů.
- Kontaktujte prosím místní zákaznický servis Microlife (viz.úvod).


7. Technické specifikace

Hmotnost:	450 g
Rozměry:	175 x 70 x 103 mm
Skladovací podmínky:	-20 - +70 °C max. relativní vlhkost 85 %
Provozní podmínky:	10 - 40 °C
Rozsah měření:	0 - 300 mmHg
Rozlišení:	2 mmHg
Statická přesnost:	± 3 mmHg při okolní teplotě 18 - 33 °C; ± 6 mmHg při okolní teplotě 34 - 46 °C
Rychlost vypouštění vzduchu z manžety:	2-3 mmHg/s
Únik vzduchu:	< ± 4 mmHg/min
Chyba hystereze:	v rozmezí 0 - 4 mmHg
Dodávané příslušenství:	Manžeta velikosti M (22 - 32 cm), tlakovací balónek, vypouštěcí ventil, stetoskop, měkké pouzdro
Související normy:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Tento přístroj vyhovuje požadavkům dle směrnice 93/42/EHS o zdravotnických pomůckách.

Práva na technické změny vyhrazena.

- ① Manometer
- ② Manžeta
- ③ Tlakovací balónik
- ④ Nastaviteľný vypúšťací ventil
- ⑤ Fonendoskop
- ⑥ Snímacia hlavička
- ⑦ Ušné olivky

 Pred použitím zariadenia si pozorne prečítajte návod.

Vážený zákazník,
táto aneroidná súprava na meranie tlaku je mechanické zariadenie na meranie krvného tlaku na ramene a zabezpečuje precízne a dôsledné meranie.

Prečítajte si prosím tento návod pozorne tak, aby ste porozumeli všetkým funkciám a informáciám týkajúcich sa bezpečnosti. Chceme, aby ste boli so svojim výrobkom Microlife spokojní. Ak máte akékoľvek otázky alebo problémy, kontaktujte prosím svoje zákaznické stredisko Microlife. Váš predajca alebo lekár Vám poskytnú adresu distribútora Microlife vo Vašej krajine. Prípadne navštívte internetovú stránku www.microlife.sk, kde môžete nájsť množstvo neoceniteľných informácií o výrobku. Zostaňte zdraví – Microlife AG!

Obsah

- 1. Dôležité skutočnosti o tlaku krvi a samomeraní**
 - Ako si môžem vyhodnotiť tlak krvi?
- 2. Prvé použitie prístroja**
 - Výber správnej manžety
- 3. Meranie tlaku krvi použitím tohto prístroja**
 - Návod na spoľahlivé meranie
 - Postup merania
- 4. Chyby / Riešenie problémov**
- 5. Bezpečnosť, ochrana, skúška presnosti a likvidácia použitého zariadenia**
 - Bezpečnosť a ochrana
 - Starostlivosť o prístroj
 - Čistenie manžety
 - Skúška presnosti
 - Likvidácia použitého zariadenia
- 6. Záruka**
- 7. Technické údaje**
 - Záručný list (pozrite zadný obal návodu)**

1. Dôležité skutočnosti o tlaku krvi a samomeraní

- **Krvný tlak** je tlak krvi tečúcej v artériách vytvorený pumpovaním srdca. Vždy sa merajú dve hodnoty: **systolická** (horná) hodnota a **diastolická** (spodná) hodnota.
- **Trvalo vysoké hodnoty tlaku krvi môžu poškodiť vaše zdravie a preto ich musí liečiť lekár!**
- Hodnoty vždy prekonzultujte s lekárom a oznámte mu, ak ste spozorovali niečo nezvyčajné alebo ak sa necítite dobre. **Nikdy sa nespoliehajte na jedinú hodnotu tlaku krvi.**
- Existuje veľa príčin nadmerne zvýšených **hodnôt tlaku krvi**. Váš lekár Vám ich podrobnejšie vysvetlí a v prípade potreby Vám navrhne liečbu. Okrem liekov je možné znížiť tlak krvi aj relaxačnými technikami, znížením hmotnosti a cvičením.
- **Za žiadnych okolností by ste nemali meniť dávkovanie akýchkoľvek liekov, ktoré Vám predpísal lekár!**
- V závislosti od fyzickej námahy a stavu sa tlak krvi počas dňa mení. **Z toho dôvodu by ste si mali merať tlak krvi za rovnakých ľudových podmienok a keď sa cítite oddychnutí!** Počas dňa vykonajte minimálne dve merania, jedno ráno a jedno večer.
- Je celkom normálne, ak dve po sebe nasledujúce merania vykazujú podstatne **odlišné hodnoty**.
- **Odchýlky** medzi meraniami, ktoré Vám vykoná Váš lekár, alebo ktoré Vám urobia v lekárni a tými, ktoré si vykonávate Vy doma, sú normálne, pretože predstavujú úplne odlišné situácie.
- **Viac meraní** poskytuje oveľa jasnejší obraz ako iba jedno meranie.
- Medzi dvoma meraniami si **doprajte malú prestávku**, minimálne 15 sekúnd.
- Ak ste **tehotná**, mali by ste si merať tlak krvi veľmi dôkladne, pretože sa môže počas tohto obdobia podstatne meniť!

Ako si môžem vyhodnotiť tlak krvi?

Tabuľka pre hodnoty tlaku krvi dospelých pri meraní v domácom prostredí v súlade s odporúčaniami medzinárodných organizácií pre hypertenziu (ESH, AHA, JSH). Hodnoty v mmHg.

Rozsah	Systolický	Diastolický	Odporúčanie
tlak krvi je príliš nízky	↓ 100	↓ 60	Obráťte sa na svojho lekára
1. tlak krvi je optimálny	100 - 130	60 - 80	Samokontrola
2. tlak krvi je zvýšený	130 - 135	80 - 85	Samokontrola
3. tlak krvi je príliš vysoký	135 - 160	85 - 100	Vyhľadajte lekársku pomoc
4. tlak krvi je nebezpečne vysoký	160 ↑	100 ↑	Okamžite vyhľadajte lekársku pomoc!

Výsledky merania sa vyhodnocujú podľa vyššej nameranej hodnoty. Príklad: hodnota krvného tlaku **140/80** mmHg alebo hodnota **130/90** mmHg označuje «príliš vysoký tlak krvi».

2. Prvé použitie prístroja

Výber správnej manžety

Pre výber správnej veľkosti manžety je potrebné zmerať obvod v strede hornej časti ramena. Veľkosť 22 - 32 cm (8,75 - 12,5 palca) je vhodná pre väčšinu ľudí.

☞ Používajte iba manžety Microlife!

- ▶ Ak priložená manžeta ② nesedí, spojte sa so svojím servisným strediskom Microlife.

3. Meranie tlaku krvi použitím tohto prístroja

Návod na spoľahlivé meranie

1. Tesne pred meraním nevykonávajte žiadnu činnosť, nejedzte a nefajčíte.
2. Pred meraním sa posadte najmenej na 5 minút a oddychujte.
3. Vždy merajte na tom istom ramene (zvyčajne ľavom).
4. Z ramena odstráňte tesné oblečenie. Aby ste zamedzili škrteniu ciev, nemali by ste rukávy vyhŕňať - ak ich necháte spustené dole, nebudú manžeta zavádzať.
5. Vždy sa uistite, že používate správnu veľkosť manžety (označenie na manžete).
 - Nasadte manžetu tesne, ale nie príliš.
 - Uistite sa, že manžeta je umiestnená 2 cm nad laktóvou jamkou.

- **Značka artérie** («artery mark») na manžete (približne 3 cm dlhé farebné označenie) sa musí priložiť na tepnu, ktorá sa nachádza na vnútornej strane ramena.
 - Rameno si podoprite tak, aby ruka bola uvoľnená.
 - Uistite sa, že manžeta je v rovnakej výške ako vaše srdce.
6. Akékoľvek nesprávne nastavenie alebo poškodenie fonendoskopu spôsobí skreslený alebo slabý prenos zvuku, čo zapríčini nepresné meranie.
 7. **Správna rýchlosť vypúšťania vzduchu je nevyhnutná pre presné meranie.** Návikom a praxou docielite odporúčanú rýchlosť vypúšťania 2-3 mmHg za sekundu alebo 1-2 dieliky stupnice manometra ① pri každom údere srdca.

Postup merania

1. Umiestnite snímaciu hlavicu ⑥ pod manžetu ② alebo 1-2 cm pod jej spodný okraj. Uistite sa, že hlavica je v kontakte s kožou a je umiestnená na brachiálnej tepne.
2. Nasadte si ušné olivky ⑦ a skontrolujte, či je snímacia hlavica umiestnená správne tak, že Korotkovove zvuky počuť najhlasnejšie.
3. Zavrite vypúšťací ventil ④ na tlakovacom balóniku ③ otočením skrutky v smere hodinových ručičiek. Neufahajte príliš silno.
4. Chyťte tlakovací balónik ③ voľnou rukou (rukou, na ktorej si nemeriate tlak) a nafúknite manžetu. Sledujte ručičku manometra ① a natlakujte manžetu približne 40 mmHg než je očakávaná systolická hodnota (horný tlak).
 - Natlakujte manžetu nad 200 mmHg, ak si nie ste istý očakávanou hodnotou tlaku.
5. Pomaly otvorte vypúšťací ventil ④ otáčaním skrutky proti smeru hodinových ručičiek a zároveň držte snímaciu hlavicu ⑥ na brachiálnej tepne. Pozorne počúvajte, keď sa manžeta začne vyfukovať. Akonáhle začujete slabé rytmické klopanie alebo búchanie, zaznačte si zobrazenú hodnotu na manometri ①. **Toto je systolická hodnota tlaku krvi.**
6. Ďalej rovnomerne vypúšťajte vzduch z manžety. Akonáhle prestanete počuť zvuk tepu, zaznačte si zobrazenú hodnotu na manometri ①. **Toto je diastolická hodnota tlaku krvi.**
7. Úplne vypustíte vzduch z manžety.
8. Zopakujte merania aspoň dvakrát po sebe a ihneď po meraní si zapíšte namerané hodnoty tlaku krvi, dátum a čas.
9. Odstráňte z ramena fonendoskop a manžetu.

4. Chyby / Riešenie problémov

Ak dochádza pri používaní prístroja k chybám, skontrolujte prístroj podľa nasledovných bodov a vykonajte príslušné nápravné opatrenia:

Popis	Možná príčina a náprava
Prenos zvuku je slabý, skreslený alebo je počuť vonkajší šum.	<ul style="list-style-type: none"> • Skontrolujte ušné olivky, či nie sú znečistené alebo poškodené. Ak nie, uistite sa, že sú správne nasadené. • Skontrolujte, či hadička nie je zlomená alebo skrútená. • Skontrolujte, či nie je poškodená snímacia hlavica. • Uistite sa, že snímacia hlavica je v kontakte s kožou a je umiestnená na brachiálnej tepne. Vyčistite alebo vymeňte všetky poškodené časti, aby sa zamedzilo nepresnému meraniu.
Tlak v manžete nestúpa, aj keď sa tlakovací balónik ③ stláča.	<ul style="list-style-type: none"> • Uistite sa, že vypúšťací ventil je zatvorený. • Uistite sa, že manžeta je správne pripojená k tlakovaciemu balóniku a manometru. • Skontrolujte, či z manžety, hadičky a/alebo balónika neuniká vzduch. V prípade potreby vymeňte poškodené časti.
Nastavením vypúšťacieho ventilu ④ sa nedá dosiahnuť rýchlosť vypúšťania 2-3 mmHg/s.	Odpojte tlakovací balónik a skontrolujte, či prieduch ventilu nie je blokovaný. Ventil prečistite a vyskúšajte znova. Ak stále nefunguje, ventil vymeňte, aby sa predišlo nesprávnemu meraniu.
Ručička manometra v pokoji neukazuje 0 ± 3 mmHg.	<ul style="list-style-type: none"> • Uistite sa, že vypúšťací ventil je úplne otvorený pre kontrolu nulovej polohy. • Ak je odchýlka stále viac ako 3 mmHg, kontaktujte vášho predajcu kvôli prekalibrovaniu manometra.

☞ Ak si myslíte, že sú výsledky nezvyčajné, prečítajte si prosím dôkladne informácie v «kapitole 1.».

5. Bezpečnosť, ochrana, skúška presnosti a likvidácia použitého zariadenia



Bezpečnosť a ochrana

- Tento prístroj sa môže používať iba na účely popísané v tomto návode. Výrobca nemôže niesť zodpovednosť za poškodenie spôsobené nesprávnym použitím.
- Tento prístroj obsahuje citlivé súčiastky, preto je potrebné s ním zaobchádzať opatrne. Dodržujte podmienky skladovania a prevádzky popísané v kapitole «Technické údaje»!
- Prístroj chráňte pred:
 - vodou a vlhkosťou
 - extrémnymi teplotami
 - nárazom a pádom
 - znečistením a prachom
 - priamym slnečným svetlom
 - teplom a chladom
- Manžety sú citlivé na použitie.
- Manžety nafukujte iba vtedy, keď sú nasadené na ramene.
- Nikdy manžetu nenafukujte nad 300 mmHg.
- Pred uskladnením prístroja manžetu úplne vypustite.
- Nepoužívajte prístroj, ak si myslíte, že je poškodený, alebo ak spozorujete niečo nezvyčajné.
- Nikdy prístroj nerozoberajte.
- Prečítajte si dodatočné bezpečnostné pokyny v samostatných kapitolách tohto návodu.



Zaisťte, aby deti nepoužívali tento prístroj bez dozoru; niektoré časti sú príliš malé a deti by ich mohli prehltnúť. Buďte si vedomí rizika nehody v prípade, že je prístroj dodávaný s káblami alebo hadičkami.

Starostlivosť o prístroj

Prístroj čistíte iba mäkkou suchou handričkou.

Čistenie manžety

Škrvny z manžety odstraňujte kúskom tkaniny namočenej do mydlovej vody.



Upozornenie: Manžetu neperte v práčke alebo umývačke riadu!

Skúška presnosti

Oporúčame nechať si tento prístroj preskúšať na presnosť každé 2 roky alebo po mechanickom náraze (napr. po páde). Kontaktujte prosím svoje servisné stredisko Microlife, aby Vám zabezpečilo preskúšanie (pozrite úvod).

Likvidácia použitého zariadenia



Batérie a elektronické prístroje sa musia likvidovať v súlade s miestne platnými predpismi, nie s domácim odpadom.

6. Záruka

Na prístroj sa vzťahuje **záručná doba 2 rokov**, ktorá plynie od dátumu jeho kúpy. Záruka platí iba po predložení záručného listu vyplneného predajcom (pozrite zadný obal návodu), ktorý potvrdzuje dátum zakúpenia alebo na základe dokladu o nadobudnutí (pokladničného bloku).

- Manžety a súčiastky, podliehajúce rýchlemu opotrebovaniu nie sú súčasťou predĺženej záruky.
- Neodborné rozobratie prístroja alebo výmena súčiastok v prístroji ruší platnosť záruky.
- Záruka sa nevzťahuje na poškodenie spôsobené nesprávnou manipuláciou, nehodami alebo nesúladom s prevádzkovými pokynmi.

Kontaktujte prosím svoje servisné stredisko Microlife (pozri úvod).

7. Technické údaje

Hmotnosť:	450 g
Rožmery:	175 x 70 x 103 mm
Skladovacie podmienky:	-20 - +70 °C
Prevádzkové podmienky:	maximálna relatívna vlhkosť 85 %
Prevádzkové podmienky:	10 - 40 °C
Rozsah merania:	0 - 300 mmHg
Rozlíšenie:	2 mmHg
Statická presnosť:	± 3 mmHg v rozpätí 18 - 33 °C; ± 6 mmHg v rozpätí 34 - 46 °C

Rýchlosť vypúšťania

vzduchu z manžety: 2-3 mmHg/s

Únik vzduchu: < ± 4 mmHg/min

Chyba hysterézy: v rozpätí 0 - 4 mmHg


Dodávané príslušenstvo: Manžeta veľkosti M (22 - 32 cm), tlakovací balónik, vypúšťací ventil, fonendoskop, mäkké puzdro

Odkaz na normy: EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Toto zariadenie spĺňa požiadavky Smernice 93/42 EHS o zdravotníckych pomôckach.

Zmena technickej špecifikácie vyhradená.

- ① Manometre
- ② Kaf
- ③ Pompa Bilyası
- ④ Ayarlanabilir Boşaltma Valfi
- ⑤ Stetoskop
- ⑥ Dinleme Parçası
- ⑦ Kulaklık

 Aygıtı kullanmadan önce, talimatları dikkatle okuyun.

Sayın Müşterimiz,
Bu aneroid tansiyon kiti, üst koldan hassas ve tutarlı ölçüm yapmanızı sağlayan mekanik kan basıncı ölçüm aletidir.
Tüm işlevleri ve güvenlik bilgisini anlayabilmeniz için, lütfen, bu talimatları dikkatle okuyun. Dileğimiz, Microlife ürününüzden memnun kalmanızdır. Sorularınız veya sorunlarınız lütfen, yerel Microlife-Müşteri Servisi ile görüşün. Ülkenizdeki Microlife bayisinin adresini satıcınızdan ya da eczanenizden öğrenebilirsiniz. İkinci bir yol olarak, ürünlerimiz hakkında geniş bilgi edinebileceğiniz www.microlife.com internet adresini de ziyaret edebilirsiniz. Sağlıkla kalın – Microlife AG!

İçindekiler

- 1. Tansiyon Ölçümü ve Kendi Kendine Ölçüm Hakkında Önemli Gerçekler**
 - Tansiyonumu nasıl değerlendirebilirim?
- 2. Aygıtın İlk Kez Kullanımı**
 - Doğru kaf seçimi
- 3. Aygıtı kullanarak Tansiyonun Ölçülmesi**
 - Güvenilir bir ölçüm yapılması için kontrol listesi
 - Ölçme işlemi
- 4. Arıza / Sorun giderme**
- 5. Güvenlik, Bakım, Doğruluk Testi ve Elden Çıkarma**
 - Güvenlik ve koruma
 - Aygıtın bakımı
 - Kafın temizlenmesi
 - Doğruluk testi
 - Elden çıkarma
- 6. Garanti Kapsamı**
- 7. Teknik Özellikler**
Garanti Belgesi (bkz Arka Kapak)

1. Tansiyon Ölçümü ve Kendi Kendine Ölçüm Hakkında Önemli Gerçekler

- **Tansiyon** ile, kalp tarafından pompalanan ve atardamarlardan akan kanın basıncı ifade edilmektedir. Her zaman iki değer olan **büyük tansiyon** (üst) değeri ve **küçük tansiyon** (alt) değerinin ölçümleri yapılır.
- **Sürekli yüksek tansiyon değerleri, sağlığınıza zarar verebilir ve doktorunuz tarafından tedavi edilmesi gerekir!**
- Ölçüm değerlerini her zaman doktorunuza bildirin ve olağandışı bir şey fark ettiğinizde ya da emin olmadığınız bir durum söz konusu olduğunda doktorunuza danışın. **Kesinlikle tek bir tansiyon ölçüm sonucuna güvenmeyin.**
- Normalin üzerindeki **yüksek tansiyon değerlerinden** kaynaklanan birçok durum söz konusudur. Doktorunuz, bunları ayrıntılarıyla açıklayacak ve gerekli görürse tedavi edilmelerini önerecektir. İlaç tedavisinin yanı sıra gevşeme teknikleri, kilo verme ve egzersiz ile de tansiyonunuzu düşürebilirsiniz.
- **Hiçbir koşulda, doktorunuzun belirlemiş olduğu ilaç dozunu değiştirmemeniz gerekir!**
- Bedensel efor ve kondisyona bağlı olarak, tansiyonda günden güne geniş dalgalanmalar yaşanabilir. **Bu nedenle, ölçümlerinizi her zaman sakin bir ortamda ve kendinizi rahat hissettiğinizde yapmalısınız!** Biri sabah diğeri akşam olmak üzere günde en az iki kez ölçüm yapın.
- Kısa aralıklarla yapılan iki ölçüm sonrasında, oldukça **farklı sonuçlar** alınması son derece normaldir.
- Doktorunuz ya da eczacınız tarafından veya evde yapılan ölçümler arasındaki **sapmalar**, söz konusu durumlar tamamen farklı olduğu için, oldukça normaldir.
- **Birkaç ölçüm** yapılması, tek bir ölçüme nazaran çok daha net bir fotoğraf ortaya koyar.
- İki ölçüm arasında en az 15 saniyelik **kısa bir ara verin.**
- **Gebe** iseniz, bu durum gebeliğiniz süresince esaslı değişikliklere yol açabileceğinden, tansiyonunuzu oldukça yakından izlemeniz gerekmektedir!

Tansiyonumu nasıl değerlendirebilirim?

Uluslararası standartlara (ESH, AHA, JSH) göre yetişkinlerin ev tansiyon değerlerinin sınıflandırma tablosu. Veriler, mmHg cinsindedir.

Düzye	Büyük Tansiyon	Küçük Tansiyon	Öneri
1. tansiyon çok düşük	↓ 100	↓ 60	Doktorunuza danışınız
1. tansiyon en iyi aralıkta	100 - 130	60 - 80	Kendiniz kontrol ediniz
2. tansiyon yükseldi	130 - 135	80 - 85	Kendiniz kontrol ediniz
3. tansiyon çok yüksek	135 - 160	85 - 100	Tıbbi kontrolden geçiniz
4. tansiyon tehlikeli biçimde yüksek	160 ↑	100 ↑	Acilen tıbbi kontrolden geçiniz!

Değerlendirmeyi belirleyen, daha yüksek olan değerdir. Örneğin: Kan basıncı **140/80** mmHg değeri veya değeri **130/90** mmHg, «tansiyon oldukça yüksek» gösterir.

2. Aygıtın İlk Kez Kullanımı

Doğru kaf seçimi

Doğru kaf boyutunu seçmek için kol çevresi üst kolun tam ortasından ölçülmelidir. 22 - 32 cm genellikle çoğu insan için doğru boyuttur.

☞ Sadece Microlife kaf kullanın!

▶ Ürünle birlikte verilen kaf ② uymazsa, yerel Microlife Servisi ile görüşün.

3. Aygıtı kullanarak Tansiyonun Ölçülmesi

Güvenilir bir ölçüm yapılması için kontrol listesi

1. Ölçümden hemen önce, hareket etmektan kaçının; herhangi bir şey yemeyin ve sigara içmeyin.
2. Ölçümden önce en az 5 dakika oturun ve gevşeyin.
3. Her zaman aynı koldan ölçüm yapın (normalde sol kol).
4. Üst kolunuzu sıkıca kavrayın giysileri çıkarın. Basınç oluşturmaması için, gömlek kollarını kıvrımayın - düz bırakıldıklarında kaf işlevini engellemezler.
5. Her zaman doğru ölçüdeki kafın (ölçü kafın üzerindedir) kullanıldığını emin olun.
 - Kaf, üst kolunuzu yeterince kavrasın; ancak, çok sıkı olmasın.
 - Kafın iç dirseğinin 2 cm yukarısına yerleştirildiğinden emin olun.

- Kafin üzerine konulanmış olan **atardamar işaretli** (yaklaşık 3 cm uzunluğunda) kolunuzun iç kısmından aşağı doğru inen atardamarın üzerinde olmalıdır.
 - Rahatça ölçüm yapılması için, kolunuzu destekleyin.
 - Kafin kalbinizle aynı yükseklikte olmasını sağlayın.
- Herhangi bir hatalı kullanım veya stetoskop hasarı, bozuk veya yetersiz ses iletimine neden olarak yanlış sonuç almanıza sebep olur.
 - Doğru ölçüm sonucu için uygun hava boşaltma hızı şarttır.** Pratik yapma suretiyle saniyede 2-3 mm/Hg'lik basınç düşürecek veya her kalp atışında basınç göstergesini ① 1-2 basamak aşağı hareket ettirecek hızda hava boşaltmaya çalışınız.

Ölçme işlemi

- Dinleme parçasını ⑥ kafin ② altına veya 1-2 cm aşağısına yerleştiriniz. Dinleme parçasının deri ile temas ettiğinden ve kolun iç tarafından geçen arterin tam üzerinde olduğundan emin olunuz.
- Kulaklıkları ⑦ kulağınıza takarak kontrol ediniz, eğer dinleme parçasını doğru yerleştirdiyseniz Korotkoff'un sesi yüksek gelecektir.
- Pompanın ③ üzerinde bulunan valfi ④ saat yönünde çevirerek kapatınız. Çok fazla sıkmayınız.
- Pompayı ③ boş olan elinize alınız (ölçüm için kullanmadığınız) ve pompayı sıkınız. Manometre göstere iğnesini ① takip ediniz ve normal sistolik basıncın yaklaşık 40 mmHg üzerinde bir değer gösterene kadar elinizdeki pompayı aynı hızda sıkınız (En yüksek değer).
 - Eğer bu değerden emin değilseniz basınçölçeri 200 mmHg gösterene dek pompalayınız.
- Stetoskop dinleme parçası ⑥ halen arterin üzerinde iken valfi ④ saat yönünün tersine çevirerek yavaşça açınız. Hava boşalmaya başladığında dikkatlice dinleyiniz. Hafif ritmik vuruş sesleri duymaya başladığınızda manometrede ① gördüğünüz değeri not ediniz. **Bu sistolik tansiyon değeri ölçümüdür.**
- Basıncın aynı hızla düşmeye devam etmesini sağlayınız. Hafif ritmik vuruş sesleri kesildiğinde manometrede ① gördüğünüz değeri not ediniz. **Bu diastolik tansiyon değeri ölçümüdür.**
- Kaftaki havayı tamamen boşaltınız.
- Ölçümleri en az iki kere tekrarlayın ve ölçümün hemen ardından, ölçüm değerlerinizi hangi gün ve saatte yaptığınızı kaydetmeyi unutmayınız.
- Kafi ve stetoskobu çıkarınız.

4. Arıza / Sorun giderme

Eğer aleti kullanırken problemler olursa, aşağıdaki uyarılara dikkat edilmeli ve gerekli ise önlemler alınmalıdır:

Açıklama	Olası nedeni ve çözümü
Ses iletimi zayıf, bozuk ya da dış gürültüler var.	<ul style="list-style-type: none"> • Kulaklıkların tıkanmış ya da kırık olup olmadıklarını kontrol edin. Eğer böyle bir durum yoksa takıldıkları zaman uygun olduklarından emin olunuz. • Plastik hortumun çatlak ya da bükülmüş olup olmadığını kontrol ediniz. • Dinleme parçasının çan veya diyaframında bir çatlak olup olmadığını kontrol ediniz. • Dinleme parçasının tenle temas edip etmediğini ve arterlerden üzerinde olup olmadığını kontrol ediniz. Yanlış ölçüme yol açacak herhangi bozuk kısımları temizleyiniz ya da değiştiriniz.
Pompa ③ çalıştığı halde basınç artmıyor ise.	<ul style="list-style-type: none"> • Valfin kapalı olduğundan emin olun. • Kafin pompa ve manometreye doğru olarak bağlandığından emin olun. • Kafin, pompanın ya da plastik hortumun kaçak yapıp yapmadığından emin olun. Eğer var ise, bozuk bölümleri yenileyin.
Hava boşaltma oranı hava boşaltma valfi ④ ile 2-3 mmHg/saniyeye ayarlanamıyor.	Valfin hava yolunda herhangi bir blokaj olup olmadığını anlamak için valfi pompadan ayırın. Blokajı temizleyin ve tekrar deneyin. Eğer bu işe yaramaz ise, yanlış ölçümü engellemek için yenisi ile değiştirin.
Ölçüm yapılmadığı durumlarda gösterge ibresi 0 ± 3 mmHg'de değil.	<ul style="list-style-type: none"> • Sıfır noktası kontrolü için valfin açık olduğundan emin olun. • Hala 3 mmHg'dan fazla deviyasyon var ise, aleti sağlayan kişiyle bağlantıya geçip manometreyi yeniden ayarlatınız.



Sonuçların anormal olduğunu düşünüyorsanız, lütfen, «Bölüm 1.» deki bilgileri dikkatli biçimde okuyun.

5. Güvenlik, Bakım, Doğruluk Testi ve Elden Çıkarma



Güvenlik ve koruma

- Bu ürün, sadece bu broşürde açıklanan amaçlar çerçevesinde kullanılabilir. İmalatçı, yanlış uygulamadan kaynaklanan zarar ziyan için sorumlu tutulamaz.
- Aygıt, hassas parçalara sahiptir ve dikkatli biçimde kullanılmalıdır. «Teknik Özellikler» bölümünde açıklanan saklama ve çalıştırma koşullarını göz önünde bulundurun!
- Aşağıdaki durumlara maruz kalmasına engel olun:
 - su ve nem
 - aşırı sıcaklıklar
 - darbe ve düşürülme
 - kir ve toz
 - doğrudan güneş ışığı
 - sıcak ve soğuk
- Kaf, hassastır ve dikkatli biçimde kullanılmalıdır.
- Kafi cihaza taktıktan sonra pompalayın.
- Hiç bir zaman 300 mmHg'dan fazla şişirmeyiniz.
- Kafi kaldırmadan önce her zaman havasını tamamen indiriniz.
- Hasar gördüğünü düşünüyorsanız ya da herhangi bir anormal durum sezdiyerseniz, aygıtı kullanmayın.
- Aygıtı kesinlikle açmayın.
- Broşürün ilgili bölümlerindeki diğer güvenlik talimatlarını da okuyun.



Çocukların denetimsiz bir şekilde ürünü kullanmalarına izin vermeyin; bazı parçalar, yutulabilecek kadar küçüktür. Aygıtın kablo veya borularının olması nedeni ile yaratabileceği boğulma riskinin farkında olun.

Aygıtın bakımı

Aygıtı sadece yumuşak ve kuru bir bezle temizleyin.

Kafın temizlenmesi

Kaf üzerindeki noktaları sabunlu su ile nemlendirilmiş bezle dikkatli bir şekilde gideriniz.



UYARI: Kafi çamaşır veya bulaşık makinesinde yıkamayınız!

Doğruluk testi

Her 2 yılda bir ya da mekanik darbeye maruz kalması (örneğin, düşürülmesi) durumunda, ürünün doğru çalışıp çalışmadığının test edilmesini öneririz. Test işlemini ayarlamak için, lütfen, yerel Microlife-Servisi ile görüşün (bkz ön söz).

Elden çıkarma



Piller ve elektronik ürünler, çöpe atılmamalı; ancak, yürürlükteki yönetmeliklere uygun olarak elden çıkarılmalıdır.

6. Garanti Kapsamı

Bu aygıt, satın alındığı tarihten itibaren **2 yıl garanti** kapsamındadır. Garanti, sadece satıcınız (arkaya bakınız) tarafından doldurulan ve satın alma ya da fatura tarihini teyit eden garanti belgesinin mevcudiyeti ile geçerlilik kazanır.

- Kafın ve parçaların kullanımdan dolayı yıpranması garanti kapsamı dışındadır.
- Aygıtın açılması ya da üzerinde değişiklik yapılması, garantiyi geçersiz kılar.
- Garanti, yanlış kullanımdan, kazalardan ve çalıştırma talimatlarına uygun davranılmamaktan kaynaklanan zarar ziyanı kapsamaz. Lütfen, yerel Microlife-Servisi ile görüşün (bkz ön söz).

7. Teknik Özellikler

Ağırlık:	450 g
Boyutlar:	175 x 70 x 103 mm
Saklama koşulları:	-20 - +70 °C %85 maksimum bağıl nem
Çalışma koşulları:	10 - 40 °C
Ölçüm aralığı:	0 - 300 mmHg arası
Çözünürlük:	2 mmHg
Statik doğruluk:	± 3 mmHg aralığında basınç, 18 - 33 °C; ± 6 mmHg aralığında basınç, 34 - 46 °C
Basınç azaltma oranı:	2-3 mmHg/sn.
Hava kaçırma:	< ± 4 mmHg/dakika
Yavaşlama hatası:	0 - 4 mmHg arasında
Aksesuarlar:	M-kaf (22-32 cm), pompa, valf, stetoskop, yumuşak çanta
İlgili standartlar:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

Bu cihaz, 93/42/EEC Tıbbi Cihaz Yönetmeliği gereksinimleri ile uyumludur.

Teknik özelliklerin değiştirilmesi hakkı saklıdır.

- جدول المحتويات
١. حقائق هامة حول ضغط الدم والقياس الذاتي
 - كيف أقيّم ضغط دمّي؟
 ٢. إستعمال الجهاز للمرة الأولى
 - اختر حزام الذراع الصحيح
 ٣. أخذ قياس ضغط الدم باستعمال هذا الجهاز
 - قائمة التأكيد من أخذ قياس يعتمد عليه
 - طريقة القياس
 ٤. الأعطال / استكشاف الأخطاء وإصلاحها
 - السلامة والعناية واختبار الدقة والتخلص
 - السلامة والحماية
 - العناية بالجهاز
 - تنظيف حزام الذراع
 - اختبار الدقة
 - التخلص
 ٦. الضمان
 ٧. المواصفات الفنية
 - بطاقة الكفالة (انظر الغطاء الخلفي)

- ① مضغاط
- ② حزام الذراع
- ③ مضخة الكرة
- ④ صمام الانكماش قابل للتعديل
- ⑤ سماعة الطبيب
- ⑥ قطعة الصدر
- ⑦ قطعنا الأذن

اقرأ التعليمات بعناية قبل إستخدام هذا الجهاز.



الزبون العزيز،
هذه المجموعة عبارة عن جهاز قياس ضغط الدم ميكانيكياً، على القسم العلوي من الذراع، يضمن قياس دقيق.

يرجى قراءة هذه التعليمات بعناية لفهم جميع الوظائف ومعلومات الأمان. نريدك أن تكون سعيداً باستعمال منتج مايكرولايف. وإذا كان لديك أي سؤال أو مشاكل، الرجاء الاتصال بخدمة الزبائن لموزع مايكرولايف المحلي. وسيكون الموزع أو الصيدلي قادر على إعطائك عنوان موزع مايكرولايف في بلدك. وبدلاً من ذلك، يمكنك زيارة موقعنا على الإنترنت www.microlife.com حيث ستجد وفرة من المعلومات الثمينة حول منتجاتنا.

حافظ على صحتك – Microlife AG!

١. حقائق هامة حول ضغط الدم والقياس الذاتي

- ضغط الدم هو الضغط الذي يتدفق في الشرايين والناجم عن ضخ القلب للدم. وله قيمتان يتم قياسهما دائما هما القيمة الانقباضية (العليا) والقيمة الانبساطية (الادنى).
- قيم ضغط الدم العاليه يشكل دائم يمكن أن تؤثر على صحتك **ويجب أن تعالج من قِبل طبيبك!**
- ناقش قيم ضغط الدم الخاصة بك دائما مع طبيبك وأخبره بها إذا لاحظت أي شيء غير عادي أو كنت غير متأكد. لا تعتمد على قراءات ضغط الدم المنفردة أبدا.
- هناك العديد من أسباب ارتفاع قيم ضغط الدم. سيقيم طبيبك بتوضيحها بتفصيل أكثر ويقدم لها العلاج كما يلزم. إضافة إلى ذلك يمكن للأدوية وطرق الاسترخاء وتخفيف الوزن والتمرين أن تقلل من ضغط الدم أيضا.
- مهما كانت الظروف يجب أن لا تقوم بتعديل جرعة أي أدوية وصفته لك من قِبل طبيبك!

- اعتمادا على الجهد الجسماني المبذول والحالة، فإن ضغط الدم يخضع لتقلبات متفاوتة أثناء النهار. **ويجب لذلك أن تأخذ قياساتك في نفس الظروف الهادئة وعندما تشعر بالراحة!** خذ على الأقل قياسين في اليوم، واحد في الصباح وواحد في المساء.
- من الطبيعي جدا لقياسين تم أخذهما بتعاقب سريع إعطاء نتائج مختلفة جدا. **التفاوت بين القياسات التي تم أخذها من قِبل طبيبك أو في الصيدلية وتلك المأخوذة في البيت طبيعي جدا، حيث أن هذه الحالات مختلفة جدا عن بعضها.**
- القياسات المتعددة تعطي صورة أوضح بكثير من قياس منفرد واحد فقط.
- اترك فترة راحة قصيرة على الأقل ١٥ ثانية بين القياسين.
- إذا كنت حامل، فيجب أن تراقبي ضغط دمك عن كثب إذ يمكن أن يتغير بشكل كبير أثناء هذه الفترة!

كيف أقيم ضغط دمّي؟

جدول تصنيف قيم ضغط الدم المأخوذة بالمنزل لدى البالغين وفقا للتوجيهات الدولية (ESH، AHA، JSH). البيانات بالملي متر الزئبقي.

المدى	الانقباضي	الانبساطي	التوصية
ضغط الدم منخفض جدا	↓ ١٠٠	↓ ٦٠	استشر طبيبك
١. ضغط دم الأمثل	١٠٠ - ١٣٠	٦٠ - ٨٠	فحص ذاتي
٢. أعلى ضغط الدم	١٣٠ - ١٣٥	٨٠ - ٨٥	فحص ذاتي
٣. ضغط الدم مرتفع	١٣٥ - ١٦٠	٨٥ - ١٠٠	تحتاج لاستشارة طبية
٤. ضغط الدم مرتفع بشكل خطير	↑ ١٦٠	↑ ١٠٠	تحتاج لاستشارة طبية عاجلة!

إن القيمة الأعلى هي التي تحدد التقييم.

مثال: إن قيمة ضغط الدم من ١٤٠/٨٠ أو ١٣٠/٩٠ ملليمتر زئبقي تشير إلى «ضغط الدم مرتفع جدا».

٢. إستعمال الجهاز للمرة الأولى

استخدام حزام الذراع الصحيح

يجب قياس محيط الزند من الوسط عند اختيار حزام الذراع الصحيح. في أغلب الأحيان يكون القياس بين ٢٢ - ٣٢ سم (٨,٧٥ - ١٢,٥ إنش).

↪ إستعمل فقط حزام الذراع من مايكرولايف

◀ اتصل بخدمة الزبائن لموزع مايكرولايف المحلي، إذا كان حزام الذراع المرفق ② غير ملائم.

٣. أخذ قياس ضغط الدم باستعمال هذا الجهاز

قائمة التأكيد من أخذ قياس يعتمد عليه

١. تفادي بذل نشاط أو الأكل أو التدخين مباشرة قبل القياس.
٢. اجلس لمدة ٥ دقائق على الأقل قبل القياس - واسترخي.
٣. خذ القياس دائما من نفس المعصم (الأيسر عادة).
٤. انزع الملابس الضيقة عن الذراع الأعلى. لتفادي الانقباض، يجب أن لا تكون أكمام القميص ملفوفة - فهي لا تتدخل في حزام الذراع إذا كانت مسطحة.
٥. تأكد من استخدام المقاس الصحيح لحزام الذراع (توجد بطاقة توضيحية على الحزام).
- البس حزام الذراع مباشرة، لكن ليس بشكل ضيق جدا.
- تأكد بأن حزام الذراع يوضع على مسافة ٢ سنتيمتر فوق كوعك.
- يجب أن تستقر علامة الشريان الموجودة على حزام الذراع (شريط بطول ٣ سم) فوق الشريان الذي يمتد نحو الجانب الداخلي للذراع.
- اسند ذراعك ليكون مرتاحا.
- تأكد بأن حزام الذراع بنفس ارتفاع القلب.
٦. سوف يسبب التركيب غير السليم أو الأضرار التي لحقت السماعة خلل أو ضعف بانتقال الصوت مما يؤدي إلى قراءات غير دقيقة.
٧. **تفريغ الهواء ببطء ضروري لقياس دقيق،** يوصى بفرغ الهواء بمعدل ٣-٢ ملم زئبقي في الثانية.

طريقة القياس

١. ضع قطعة الصدر ⑥ تحت الكفة ② أو ٢-١ سم تحته. تأكد أن قطعة الصدر على اتصال بالجلد، وتقع على شريان عضدي.
٢. ضع في الأذن القلعة رقم ⑦ واختبر: إذا وضعت قطعة الصدر بشكل صحيح، حيث تسمع أصوات كورتكوف (النض).
٣. أغلق الصمام ④ في أعلى الكرة ③ عن طريق تحويل المسمار في اتجاه عقارب الساعة. عدم المبالغة في تشديد.

الوصف	السبب المحتمل وعلاجه
الإبرة ليست في • ٣-/+ مم زنيق قبل • إذا كان لا يزال أكثر من ٣ ملم زنيق الانحراف، • بدء عملية القياس.	• تأكد من أن الصمام مفتوح تماماً للاختبار صفر. • إذا كان لا يزال أكثر من ٣ ملم زنيق الانحراف، • اتصل بالموزع الخاص بك للتصليح.

⚠ إذا كنت تعتقد بأن النتائج غير عادية، الرجاء قراءة المعلومات الواردة في «القسم ١.١» بعناية.

٥. السلامة والعناية واختبار الدقة والتخلص



السلامة والحماية

- يمكن استعمال هذا الجهاز فقط للغرض المبين له في هذا الكتيب. لا يمكن أن يحتمل الصانع مسؤولية الضرر بسبب الاستخدام الخاطئ.
- هذا الجهاز يتألف من مكونات حساسة ويجب التعامل معها بحذر. لاحظ ظروف التخزين والتشغيل المبينة في قسم المواصفات الفنية!
- احمي الجهاز من:
 - الماء والرطوبة
 - درجات الحرارة العالية جدا
 - الصدمات والسقوط
 - التلوث والغبار
 - ضوء الشمس المباشر
 - الحرارة والبرودة
- إن أحزمة الذراع حساسة ويجب أن تعامل بعناية.
- انفض حزام الذراع فقط عندما يتم تركيبه.
- لا تتفخ أبداً لأكثر من ٣٠٠ ملم زنيق.
- دائماً أفرغ الحزام تماماً قبل التخزين.
- لا تستعمل الجهاز إذا كنت تعتقد بأنه تالف أو عند ملاحظة أي أمر غير عادي.
- لا تفتح الجهاز أبداً.
- اقرأ تعليمات السلامة الأخرى في الأقسام الفردية من هذا الكتيب.
- تأكد بأن الأطفال لا يستعملون الجهاز بدون إشراف؛ بعض الأجزاء صغيرة بما فيها الكفافية بحيث يمكن ابتلاعها. احذر من خطر الاختناق في حالة هذا الجهاز



العناية بالجهاز

نظف الجهاز فقط باستعمال فوطة ناعمة الملمس وجافة.

- خذ الكرة المضخة (3) بيدك الحرة (التي لا تستعملها في القياس) وابدأ عملية ضخ الهواء. راقب حركة المؤشر (1)، وضخ ما يصل إلى ما يقارب ٤٠ مم زنيق أعلى من القيمة المتوقعة الانقباضي (القيمة العليا).
- أو قم بالضح إلى ٢٠٠ ملم زنيق إذا لم تكن متأكدًا من القيمة المتوقعة.
- افتح الصمام (4) ببطء عبر تحويل الصمام عكس اتجاه عقارب الساعة في حين تكون قطعة الصدر (6) مثبتة على الشريان العضدي. استمع بعناية منذ البدء بتفريغ الهواء. راقب موقع المؤشر (1) لحظة بدء سماع صوت النض. **هذه هي قراءة ضغط الدم الانقباضي.**
- استمر بعملية تفريغ الهواء بنفس المعدل، راقب المؤشر (1) لحظة توقف صوت النض. **هذه هي قراءة ضغط الدم الانبساطي.**
- أفرغ حزام الذراع تماماً من الهواء.
- كرر القياس مرتين على الأقل و قم بتسجيل القراءات فوراً، بالإضافة إلى التاريخ والوقت.
- إنزع حزام الذراع والسماعة.

٤. الأعطال / استكشاف الأخطاء وإصلاحها

في حالة حدوث مشكلات عند استخدام الجهاز، يجب التحقق من النقاط التالية، وإذا لزم الأمر، التدابير اللازمة التي يتعين اتخاذها:

الوصف	السبب المحتمل وعلاجه
صوت النض ضعيف أو مشوه أو هناك ضوضاء داخلية.	• تحقق من قطع الإذن إذا كانت غير نظيفة أو متصدعة. إذا لم يكن الأمر كذلك، تأكد من وضعهم بشكل صحيح. • تأكد من سلامة الأنابيب وأنه غير ملتوي. • تأكد أن لا تكون قطعة متضررة. • تأكد من أن قطعة الصدر على اتصال بالجلد، وتقع على شريان عضدي. تنظيف أو استبدال أي أجزاء معيبة إذا وجدت لتجنب القراءة غير دقيقة.
لا ارتفاع للمؤشر على خلال عملية الضخ (3).	• تأكد من أن يتم إغلاق الصمام. • تأكد من أن حزام الذراع متصل بشكل صحيح إلى القطع الأخرى. • تحقق من عدم وجود أي تسرب. استبدال الأجزاء التالفة إن وجدت.
لا يمكن تعيين معدل التضخم إلى ٢-٣ ملم زنيق/ثانية عن طريق ضبط الصمام (4).	فكك الصمام من مضخة الكرة للتحقق ما إذا كان هناك أي انسداد في مجرى الهواء الصمام. نظف الانسداد وحاول مرة أخرى. إذا كان لا يزال لا يعمل، يجب استبداله لتلافي قراءات غير دقيقة.

تنظيف حزام الذراع

تزال البقع بحذر من على حزام الذراع بقطعة قماش رطبة بالصابون.

تحذير: لا تغسل حزام الذراع بالغسالة أو جلاية الصحون.



اختبار الدقة

نوصي بفحص هذا الجهاز للدقة كل سنتين أو بعد الاصطدام الميكانيكي (ومثال على ذلك: - أن يسقط). الاتصال بخدمة الزبائن لموزع مايكرولايف المحلي لترتيب الاختبار (انظر المزيد).

التخلص

يجب أن يتم التخلص من الجهاز بموجب التعليمات المطبقة محليا، وليس مع النفايات المنزلية.



١.١ الكفالة

إنّ هذا الجهاز مغطى بكفالة لمدة ٢ سنتين من تاريخ الشراء وهي سارية فقط عند تقديم بطاقة الكفالة التي استكمل الموزع بياناتها (انظر خلفه) والتي يتأكد فيها تاريخ الشراء أو إيصال ماكينة النقود.

- حزام الذراع والأجزاء القابلة للتآكل غير مشمولة.
- فتح أو تعديل الجهاز يبطل الكفالة.
- الكفالة لا تغطي ضرر الناتج بسبب الاستعمال غير الصحيح، أو الحوادث أو عدم التقيد بتعليمات الإستعمال.
- يرجى الاتصال بخدمة الزبائن لموزع مايكرولايف المحلي (انظر المقدمة).

٦. المواصفات الفنية

الـوزن:

٤٥٩ جرام

الأبعاد:

١٠٣×٧٠×١٧٥ ملم

شروط التخزين:

- ٢٠ - + ٧٠ درجة مئوية

٨٥٪ الحد الأقصى للرطوبة النسبية

درجة الفعالية:

١٠ - ٤٠ درجة مئوية

مدى القياس:

٠ - ٣٠٠ ملم زنيقي

درجة الوضوح:

٢ ملم زنيقي

الدقة الساكنة:

داخل ± 3 ملم زنيقي بين ١٨-٣٣ درجة مئوية؛

داخل ± 6 ملم زنيقي بين ٣٤-٤٦ درجة مئوية

معدل تخفيض الضغط:

٣-٢ ملم زنيقي/ثانية

تسرب الهواء:

$> \pm 4$ ملم زنيقي/دقيقة

خطأ التخلف المقطبي:

ما بين ٠-٤ ملم زنيقي

الملحقات المضمنة:

م-الرباط (٢٢-٣٢ سم)، الكرة، صمام، سماعة

الطبيب، شنترة التخزين

مرجعية المقاييس:


EN 1060-1/2; ANSI / AAMI SP09

يتوافق هذا الجهاز مع متطلبات التوجيهات الخاصة بالأجهزة الطبية للمجموعة الاقتصادية الأوروبية ٩٣/٤٢/EEC.
نحتفظ بحق إجراء تعديلات فنية!

فهرست

۱. نکات مهم درباره فشار خون و اندازه گیری آن توسط خود بیمار
 - چگونه فشار خون خود را ارزیابی کنم؟
۲. استفاده از دستگاه برای اولین بار
 - انتخاب بازوبند مناسب
۳. اندازه گیری فشار خون با استفاده از این دستگاه
 - موارد لازم برای اندازه گیری دقیق و قابل اطمینان
 - مراحل اندازه گیری
۴. ایرادهای احتمالی کاربرد و روش حذف آن ها
۵. ایمنی، مراقبت، آزمایش دقت اندازه گیری و دور انداختن
 - ایمنی و حفاظت
 - مراقبت از دستگاه
 - تمیز کردن بازوبند
 - آزمایش دقت اندازه گیری
 - دور انداختن
۶. ضمانت
۷. مشخصات فنی
 - کارت ضمانت

- ① مانومتر
- ② بازوبند
- ③ پمپ هوا
- ④ دریچه تخلیه قابل تنظیم
- ⑤ گوشی پزشکی
- ⑥ مجموعه مربوط به قفسه سینه
- ⑦ مجموعه مربوط به گوش

قبل از استفاده از دستگاه، دستورالعملها را با دقت  بخوانید.

مشتری عزیز

این مجموعه یک دستگاه اندازه گیری فشار خون مکانیکی برای کاربرد روی بازو می باشد و نتایجی دقیق و مطمئن را ارائه می نماید.

لطفاً این دفترچه راهنما را به دقت مطالعه کنید تا همه اطلاعات مربوط به عملکرد و ایمنی دستگاه را دریابید. هدف ما رضایت شما از محصولات مایکرو لایف است. در صورت بروز هرگونه مشکل یا سوال، با خدمات مایکرو لایف در شرکت مدیسا نوین پایش به شماره 88622471 تماس بگیرید. فروشنده یا داروخانه شماره تماس نمایندگی مایکرو لایف را در اختیارتان خواهد گذاشت. سایت www.microlife.com را برای دستیابی به اطلاعات ارزشمند در رابطه با محصولات مایکرو لایف به طور مرتب بازدید نمایید.

با محصولات مایکرو لایف همیشه سالم باشید!

۱. نکات مهم درباره فشار خون و اندازه گیری آن توسط خود بیمار

فشار خون در اصل فشار جریان خون در رگهاست که به وسیله پمپ قلب ایجاد میشود. برای ارزیابی فشارخون همیشه میزان فشار سیستولی (حداکثر) و دیاستولی (حداقل) اندازه گیری می شود.

• **بالا بودن دائمی فشارخون می تواند به سلامتی شما آسیب برساند. بنابراین باید توسط پزشک درمان شود!**

• همیشه در مورد نتایج اندازه گیری بدست آمده با پزشک خود مشورت کنید و در صورت مشاهده هرگونه علائم غیرطبیعی آنرا به پزشک اطلاع دهید. هرگز به نتیجه حاصل از یکبار اندازه گیری اتکا نکنید.

• دلیل زیادی برای بالا بودن فشارخون وجود دارد. پزشک معالج جزئیات آنرا برایتان توضیح داده و در صورت نیاز روش معالجه را نشان می دهد. به موازات درمان، تکنیکهای آرامش بخش، کاهش وزن و تمرینات ورزشی فشارخون شما را کاهش میدهد.

• **تحت هیچ شرایطی میزان داروی تجویز شده توسط پزشک را تغییر ندهید!**

• تغییرات فشارخون به قدرت و شرایط فیزیکی بستگی دارد و به نسبت آن مطابق فعالیتهای روزانه تغییر می کند. بنابراین میزان فشارخون خود را در شرایط یکسان و هنگام استراحت اندازه گیری نمایید. حداقل ۲ بار در روز فشارخون خود را اندازه گیری نمایید: ۱ بار صبح و ۱ بار عصر.

• بدست آوردن دو نتیجه بسیار متفاوت طی دو اندازه گیری متوالی پدیده ای کاملاً طبیعی است.

• **اختلاف** نتایج اندازه گیری که توسط پزشک یا داروخانه انجام شده با اندازه گیری توسط شما کاملاً طبیعی است، چرا که این اندازه گیریها در شرایط بسیار متفاوت انجام شده است.

• اندازه گیریهای متعدد به شما امکان ترسیم تصویر دقیقتر از میزان تقریبی فشارخونتان را می دهد و به مراتب بهتر از یکبار اندازه گیری است.

• بین دو اندازه گیری حداقل ۱۵ ثانیه صبر کنید.

• در دوران بارداری، فاصله بین اندازه گیریها باید بسیار کم باشد، زیرا تغییرات فشارخون در دوران بارداری بسیار بالاست!

چگونه فشارخون خود را ارزیابی کنم؟

جدول طبقه بندی فشارخون در بزرگسالان مطابق دستورالعمل های بین المللی (ESH, AHA, JSH). اطلاعات برحسب mmHg.

وضعیت	سیستولی	دیاستولی	توصیه
فشارخون بسیار پایین است.	۱۰۰♣	۶۰♣	با پزشک مشورت کنید
۱. فشارخون مطلوب	۱۰۰-۱۳۰	۶۰-۸۰	اندازه گیری توسط خود بیمار
۲. فشارخون کمی بالاست	۱۳۰-۱۳۵	۸۰-۸۵	اندازه گیری توسط خود بیمار
۳. فشارخون بسیار بالاست	۱۳۵-۱۶۰	۸۵-۱۰۰	با پزشک خود مشورت کنید.
۴. فشارخون در حد خطرناک بسیار بالاست.	۱۶۰♣	۱۰۰♣	سریعاً برای معالجه اقدام کنید.

• بالاترین میزان بدست آمده از اندازه گیری فشارخون به عنوان نتیجه اندازه گیری ارزیابی می شود. مثال: فشارخون بین ۱۴۰ / ۸۰ یا ۱۳۰ / ۹۰ mmHg نشان دهنده این است که «فشارخون بسیار بالاست».

۲. استفاده دستگاه برای اولین بار

انتخاب بازوبند صحیح

بازوبندی را انتخاب کنید که با قطر بازوی شما مطابقت داشته باشد و روی مرکز بازو قرار گیرد. سایز ۲۲ - ۳۲ سانتیمتر (۸/۷۵ - ۱۲/۵ اینچ) مناسب برای قطر بازوی اکثر افراد می باشد.

• فقط از بازوبند مایکرو لایف استفاده کنید. ◀ در صورتی که بازوبند با سایز شما مطابقت نداشته باشد لطفاً با خدمات مایکرو لایف در شرکت مدیسا نوین پایش به شماره 88622471 تماس بگیرید.

۳. اندازه گیری فشارخون با استفاده از دستگاه

موارد لازم برای اندازه گیری دقیق و قابل اطمینان

۱. بیش از اندازه گیری از فعالیت، خوردن، استعمال دخانیات بپرهیزید.
۲. حداقل ۵ دقیقه پیش از اندازه گیری روی صندلی نشسته و استراحت کنید.
۳. همیشه اندازه گیریها را روی یک بازو انجام دهید (معمولاً بازوی چپ).
۴. لباسهای استین دار را از تن بیرون آورید. از بالا زدن آستینهای تنگ خودداری کنید.
۵. همیشه اطمینان حاصل کنید که سایز بازوبند به طور صحیح انتخاب شده باشد.
- بازوبند را به صورت کاملاً خوابیده روی بازو ببندید، بدون آنکه هیچگونه فشاری روی بازو وارد شود.
- مطمئن شوید که بازوبند ۲ سانتیمتر بالاتر از آرنج شما بسته شده باشد.
- نشان سرخرگ روی بازوبند می بایست روی سرخرگ در قسمت داخلی بازو قرار گیرد.
- بازوی خود را روی سطحی قرار دهید تا در وضعیت استراحت باشد.
- از قرار گرفتن بازوبند در ارتفاع همسطح قلب خود اطمینان حاصل کنید.

۶. هرگونه تنظیم نامناسب و یا آسیب به دستگاه موجب ایجاد صدای غیر طبیعی و یا ضعیف می شود که به نتایج نادرست می انجامد.
۷. برای اندازه گیری دقیق فشارخون، انتخاب سرعت مناسب تخلیه هوای بازوبند ضروری می باشد. سرعت تخلیه هوا را روی ۲-۳ میلیمتر جیوه بر ثانیه تنظیم نمایید و یا به ازای هر یک از ضربان قلب افت ۱-۲ درجه روی مانومتر در نظر بگیرید. ①

مراحل اندازه گیری

۱. مجموعه مربوط به قفسه سینه ⑥ را به اندازه ۱-۲ سانتیمتر زیر بازو بند ② قرار دهید. مطمئن شوید که این قطعه در تماس با پوست بوده و روی شریان بازویی قرار گرفته باشد.
۲. گوشی ⑦ را در گوش های خود قرار دهید. اگر مجموعه مربوط به قفسه سینه به درستی در جای خود قرار گرفته باشد، صدای کروکوف بلنتر شنیده می شود.
۳. درجه تخلیه ④ روی پمپ هوا ③ را با چرخاندن پیچ در جهت عقربه ساعت ببندید. از محکم کردن بیش از اندازه پیچ خودداری نمایید.

۴. پمپ هوا ③ را در دست آزاد گرفته (دستی که بازوبند را به آن نبسته اید) و بازوبند را پمپ نمایید. به عقربه فشارسنج بر روی مانومتر ① دقت کنید و آن را تا حدود ۴۰ میلیمتر جیوه بیشتر از فشار سیستولی احتمالی پمپ نمایید.
- در صورتی که از میزان فشار سیستولی احتمالی اطلاع ندراید دستگاه را تا ۲۰۰ mmHg پمپ نمایید.
۵. درجه تخلیه هوا ④ را در حالی که مجموعه مربوط به قفسه سینه ⑥ روی شریان بازویی قرار دارد به آرامی با پیچاندن در جهت عقربه ساعت باز کنید. زمانی که بازوبند شروع به تخلیه هوا می کند به دقت گوش کنید. نتایج به دست آمده بر روی مانومتر ① را به محض شنیدن صدای ضربه آهسته، یادداشت کنید. این رقم میزان فشار سیستولی می باشد.
۶. اجازه دهید تا تخلیه فشار با سرعت مشابه ادامه داشته باشد. به محض شنیدن صدای ضربه به رقم روی مانومتر ① توجه کنید. این رقم میزان فشار دیاستولی می باشد.
۷. هوای بازوبند را به طور کامل تخلیه نمایید.
۸. اندازه گیری را حداقل دو بار تکرار کنید و نتایج اندازه گیری، تاریخ و ساعت را پس از اتمام اندازه گیری یادداشت کنید.
۹. بازوبند و گوشی پزشکی را از بازو باز کنید.

۴. ایرادهای احتمالی کاربرد و روش حذف آن ها

در صورت بروز اشکال در حین استفاده از دستگاه، موارد زیر باید بررسی شده و در صورت نیاز اقدامات لازم انجام گیرد:

عدم کارکرد صحیح	علت و روش برطرف کردن
صداهای ارسالی ضعیف و غیر طبیعی هستند و یا صداهای خارجی وجود دارد.	• دقت کنید گوشی ها آلودگی یا ترک خوردگی نداشته باشند. در غیر این صورت مطمئن شوید که به طور صحیح داخل گوش قرار گرفته باشند.
	• لوله را بررسی کنید که شکستگی و یا پیچ خوردگی نداشته باشد.
	• مجموعه مربوط به قفسه سینه را از لحاظ آسیب دیدگی بررسی نمایید.
	• از قرار گرفتن صحیح مجموعه مربوط به قفسه سینه در بالای شریان بازو و تماس مستقیم آن با پوست اطمینان حاصل نمایید. به منظور جلوگیری از نتایج اشتباه، قطعات معیوب را تعویض یا در صورت لزوم تمیز نمایید.

<ul style="list-style-type: none"> از بسته بودن دریچه هوا اطمینان حاصل نمایید. از اتصال صحیح بازو و بند به پمپ بازو بند و دستگاه اندازه گیری فشار خون اطمینان حاصل کنید. بررسی کنید که در بازو بند، لوله و یا پمپ حفره ای وجود نداشته باشد. در صورت وجود قطعات معیوب، آنها را تعویض نمایید. 	<p>فشار هوای بازو بند با فشردن پمپ هوا ③ افزایش پیدا نمی کند.</p>
<p>دریچه تنظیم را از پمپ هوا جدا ساخته و بررسی کنید که مجرای عبور هوا نگرفته باشد. گرفتگی مجرا را برطرف کرده و مجددا امتحان نمایید. در صورتیکه باز هم کارکرد صحیح حاصل نشود، بمنظور جلوگیری از اخذ نتایج اشتباه دریچه را تعویض نمایید.</p>	<p>سرعت تخلیه هوا با تنظیم دریچه تخلیه هوا ④ روی ۲-۳ میلیمتر جیوه بر ثانیه تعدیل نمی شود.</p>
<ul style="list-style-type: none"> از باز بودن دریچه به طور کامل هوا اطمینان حاصل کنید. در صورتیکه انحراف باز هم بیش از ۳ mmHg باشد، باید جهت تنظیم مجدد مانومتر با فروشنده تماس بگیرید. 	<p>سوزن مانومتر در حالت استراحت روی ۰ الی ۳- میلیمتر جیوه قرار نمیگیرد.</p>

در صورتیکه نتایج بدست آمده به نظر نادرست هستند، لطفاً به «بخش ۱» مراجعه نمایید.

۵. ایمنی، مراقبت، آزمایش دقت اندازه گیری و دور انداختن

⚠ ایمنی و حفاظت

- این دستگاه تنها برای کاربردهای اشاره شده در دفترچه راهنما مناسب است. تولید کننده هیچگونه مسئولیتی در قبال خسارتهای ایجاد شده به دلیل عدم کاربرد صحیح ندارد.
- این دستگاه از اجزای بسیار حساس تشکیل شده و باید با احتیاط مورد استفاده قرار گیرد. به شرایط نگهداری و کارکرد در بخش مشخصات فنی توجه نمایید.
- دستگاه را از موارد زیر حفظ نمایید:

- آب و رطوبت
- حرارت زیاد
- ضربه و سقوط
- آلودگی و گردوغبار

- تابش مستقیم نور خورشید
- گرما و سرما

- بازوبندها بسیار حساس هستند و باید با احتیاط از آنها استفاده شود.
- پمپاژ بازو بند را فقط پس از آنکه کاملاً محکم بسته شد انجام دهید.
- هرگز بازو بند را بیش از ۳۰۰ mmHg پمپ نکنید.
- همیشه قبل از جمع کردن بازو بند، باد آن را بطور کامل تخلیه نمایید.
- در صورت مشاهده هرگونه نقص یا مورد غیر طبیعی از بکارگیری دستگاه خودداری کنید.
- هرگز اجزاء دستگاه را از یکدیگر باز نکنید.
- نکات ایمنی در این دفترچه راهنما را مطالعه نمایید.



اطمینان حاصل کنید که کودکان بدون نظارت شما از دستگاه استفاده نکنند. برخی از اجزاء بسیار کوچک هستند و به آسانی بلعیده می شوند. دقت نمایید کابل و لوله رابط هنگام استفاده از دستگاه خم نشود.

مراقبت از دستگاه

دستگاه را با یک پارچه نرم و خشک تمیز کنید.

تمیز کردن بازو بند

لکه ها را با دقت به وسیله یک پارچه نرم دار آغشته به آب و صابون تمیز نمایید.

هشدار: از شستن بازو بند در ماشین لباسشویی و یا ظرفشویی خودداری نمایید!



آزمایش دقت

توصیه می شود که این دستگاه هر دو سال یکبار یا پس از هر گونه ضربه مکانیکی (مانند سقوط) به منظور اطمینان از دقت مورد آزمایش قرار گیرد. لطفاً با خدمات مایکرو لایف در شرکت مدیسا نوین پایش به شماره 88622471 تماس بگیرید.

دور انداختن

دور انداختن باتریها و دستگاههای الکترونیکی باید مطابق قوانین داخلی صورت بگیرد.

۶. ضمانت

این دستگاه از زمان خرید تا ۲ سال تحت پوشش ضمانت قرار دارد. ضمانت فقط در صورت ارائه کارت ضمانت که توسط توزیع کننده پر شده و روز خرید در آن تأیید شده معتبر است. بازو بند ها و اجزای قابل فرسایش شامل گارانتی نمی شوند.

- باز کردن و ایجاد تغییرات در دستگاه موجب فسخ ضمانت می شود.
 - ضمانت شامل خسارتهای ایجاد شده در اثر کاربرد نادرست، تصادف و عدم پیروی از راهنمای دستگاه نمی شود.
- لطفاً با خدمات مایکرو لایف در شرکت مدیسا نوین پایش به شماره 88622471 تماس بگیرید.

۷. مشخصات فنی

وزن:	۴۵۰ گرم
ابعاد:	۱۷۵ × ۷۰ × ۱۰۳ میلیمتر
شرایط محیطی انتبارش:	۲۰- تا +۷۰ درجه سانتیگراد درجه فارت نهایت ۸۵٪ حداکثر رطوبت
شرایط محیطی لازم برای کارکرد صحیح:	۱۰ - ۴۰ درجه سانتیگراد
دامنه اندازه گیری:	۰ - ۳۰۰ میلیمتر جیوه
درجه بندی:	۲ میلیمتر جیوه
دقت استاتیک:	در حدود $3 \pm \text{mmHg}$ بین $18 - 33^\circ\text{C}$; در حدود $6 \pm \text{mmHg}$ بین $24 - 46^\circ\text{C}$
سرعت تخلیه فشار:	۲-۳ میلیمتر جیوه بر ثانیه
نشت هوا:	$< 1 \pm$ میلیمتر جیوه بر دقیقه
خطای فرکانس مغناطیسی:	در حدود ۰ mmHg الی ۴ mmHg
لوازم جانبی:	بازوبند سایز متوسط (22-32) سانتی متر، پمپ، شیر تخلیه، گوشی پزشکی، کیف حمل نرم
استانداردها:	EN 1060-1/-2; ANSI / AAMI SP09

ویژگی های این دستگاه با نیازهای استاندارد تجهیزات پزشکی
Directive 93/42/EEC مطابقت دارد.
حق تغییرات فنی محفوظ است.