

WatchBP[®] home S

WatchBP Home S zjednodušuje a spríjemňuje sledovanie poruchy srdcového rytmu a hypertenzie.

Návod na použitie



SK → 1

microlife[®]

Microlife WatchBP Home S je svetovo uznávané digitálne zariadenie na meranie tlaku krvi na skoré rozpoznanie poruchy srdcového rytmu a hypertenzie. Tieto dve poruchy sú hlavnými rizikovými faktormi srdcovej choroby a mozgovej mŕtvice, ktoré zvyšujú riziko vzniku srdcovej choroby a mozgovej mŕtvice v budúcnosti. Je dôležité, aby sa porucha srdcového rytmu a hypertenzia zistila včas, hoci nemusíte pociťovať žiadne symptómy. Správna liečba dokáže znížiť riziko vzniku mozgovej mŕtvice. Preto sa odporúča, aby ste v prípade, keď vám zariadenie WatchBP Home S opakovane zobrazí značku AFIB počas merania tlaku krvi, navštívili svojho lekára. Microlife klinicky skúma algoritmus poruchy srdcového rytmu. Skúmanie vykonáva niekoľko prominentných klinických pracovníkov, pričom sa preukázalo, že zariadenie rozpoznáva pacientov s poruchou srdcového rytmu s 97-100 % určitosťou.^{1,2}

¹ Stergiou GS, Karpettas N, Protogerou A, Nasothimiou EG, & Kyriakidis M. Diagnostická presnosť merania tlaku krvi v domácych podmienkach na zistenie poruchy srdcového rytmu. *J Hum Hyperten* 2009; 1–5

² Wiesel J, Fitzig L, Herschman Y, & Messineo FC Detekcia poruchy srdcového rytmu použitím modifikovaného zariadenia na meranie tlaku krvi Microlife. *J Hum Hyperten* 2009; 848–852

Obsah

Pred prvým použitím WatchBP Home S

Popis výrobku	3 - 4
Aktivovanie zariadenia	5
Výber správnej manžety	6

Vykonanie merania pomocou

WatchBP Home S	7 - 8
-----------------------------	-------

Vzhľad kontrolky poruchy srdcového rytmu

a kontrolky hypertenzie	9 - 10
Kontrolka AFIB	9
Kontrolka hypertenzie	9
Kontrolka pokračovania merania	10
Kontrolka návštevy lekára	10

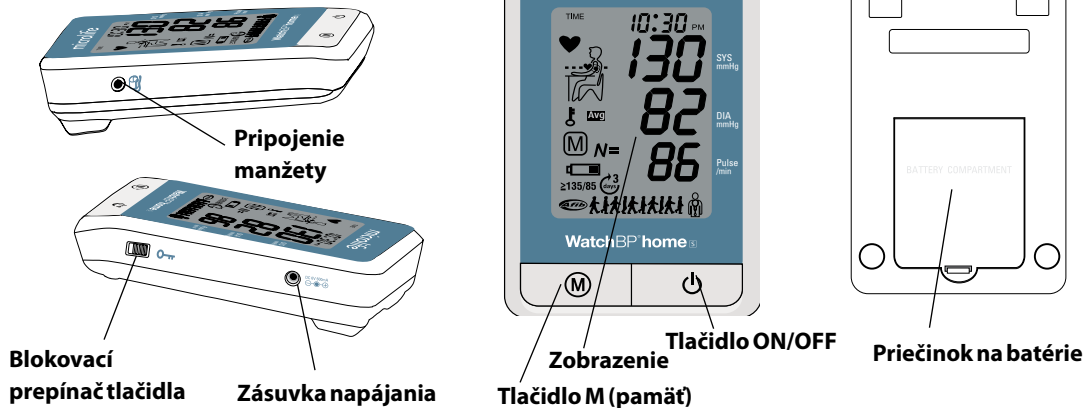
Prezeranie a mazanie meraní	11
--	----

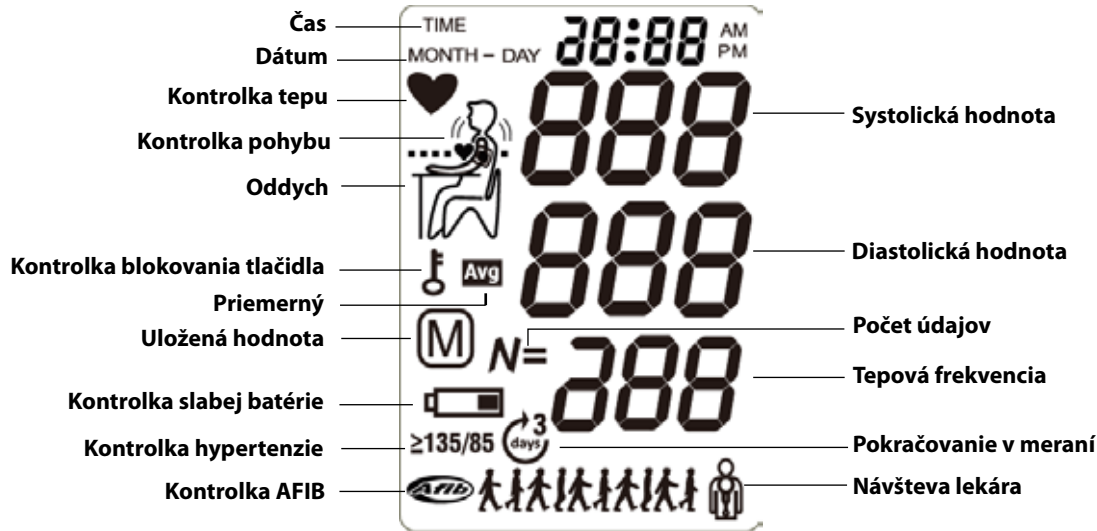
Príloha

Batérie a sieťový adaptér	12
Bezpečnosť, starostlivosť, skúška presnosti a likvidácia	13 - 14
Chybové hlásenia	15 - 16
Dôležité skutočnosti o poruche srdcového rytmu a tlaku krvi	17 - 18
Technické údaje	19
Záručný list	20

Pred prvým použitím WatchBP Home S

Popis výrobku

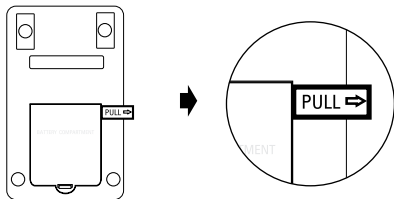




Pred prvým použitím WatchBP Home S

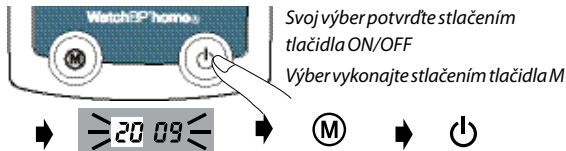
Aktivovanie zariadenia

Vytiahnite z priehradky na batérie ochranný prúžok.



Nastavenie svojho merača

- 1) **Nastavte rok** – Po vytiahnutí ochranného prúžku alebo vložení nových batérií bude na displeji blikať údaj roku. Údaj roku nastavte pomocou tlačidla M. Svoj výber potvrdíte stlačením tlačidla ON/OFF.



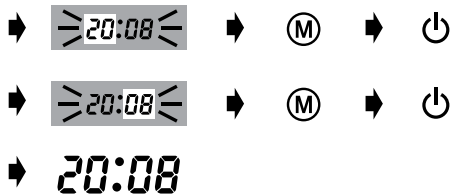
- 2) **Nastavte mesiac** – Údaj mesiaca nastavte pomocou tlačidla M. Svoj výber potvrdíte stlačením tlačidla ON/OFF.



- 3) **Nastavte deň** – Údaj dňa nastavte pomocou tlačidla M. Svoj výber potvrdíte stlačením tlačidla ON/OFF.



- 4) **Nastavte čas** – Keď ste nastavili hodinu a minúty a stlačili ste tlačidlo ON/OFF, máte nastavený dátum a čas a na displeji sa zobrazuje aktuálny čas.

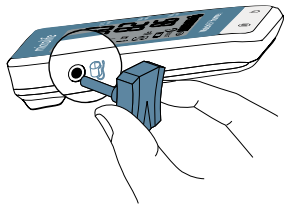


- 5) Ak chcete dátum a čas zmeniť, vyberte nachvíľu z priečinku na batérie jednu batériu a potom ju vráťte späť. Začne blikať údaj roku. Dokončíte proces podľa popisu vyššie.

Výber správnej manžety

Zariadenie WatchBP Home S je k dispozícii s rozličnými veľkosťami manžiet. Ak si myslíte, že veľkosť manžety, ktorú ste dostali so svojim zariadením, nie je správna, obráťte sa na Microlife.

**používajte prosím iba manžety značky Microlife!*



M (Medium)

22 - 32 cm (8,75 – 12,5 palca)

M je vhodná veľkosť pre väčšinu ľudí.



L (Large)

32 - 42 cm (12,5 – 16,5 palca)

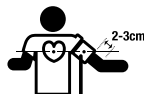
Vykonávanie meraní pomocou WatchBP Home S

1) Pred meraním - Meranie nevykonávajte hneď po jedení, pití ani fajčení. Na meranie si pripravte stoličku a stôl. Stolička by mala mať zvislú oporu chrbta a stôl by mal umožniť opretie nadlaktia vo výške srdca. Posadte sa a pred meraním oddychujte minimálne päť minút.

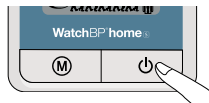


2) Nasadenie manžety - Zložte si ošatenie pokrývajúce alebo obmedzujúce ruku, na ktorej sa bude merať. Nasadte si manžetu tesne okolo ruky, ale nie príliš, a to 2 – 3 cm nad lakťom s trubičkou na vnútornej strane ramena.

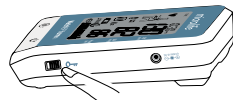
Počas merania si podoprite rameno vo výške srdca.



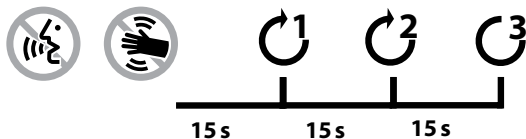
3) Začatie merania - Stlačte tlačidlo ON/OFF, čím spustíte meranie. Manžeta sa začne automaticky nafukovať.



**Pred stlačením tlačidla ON/OFF sa ubezpečte, že je blokovací prepínač tlačidla v odblokovanej polohe. Prepnete do zablokovanej polohy, čím predídete náhodnému aktivovaniu tlačidiel po použití.*



- 4) Automatické trojité meranie - WatchBP Home**
S vykoná automaticky trojnásobné meranie v 15-sekundových intervaloch. Pretože sa tlak krvi sústavne mení, výsledok sa takýmto spôsobom stanoví spoľahlivejšie ako iba pri jednom meraní. Počas meranie sa nehýbte, nekrižte nohy ani nenapínajte svaly na ruke. Dýchajte normálne a nerozprávajte.



- * Pre následné prezretie sa uložia posledné tri merania. Pozrite si prosím stranu 11 «Prezeranie meraní».

- 5) Ukončenie merania** – Keď sa vykonalo trojité meranie, zmerané údaje sa automaticky spriemerujú a zobrazia.

- 6) Uloženie nameraných údajov - WatchBP Home**
S automaticky ukladá priemer z 3 za sebou idúcich meraní, a to s dátumom a časom. Uložiť je možné až 30 spriemerovaných meraní. Keď je pamäť plná, každé nové meranie automaticky prepíše najstaršie meranie.

- * Ak je jedno z jednotlivých meraní otázne, vykonáva sa automaticky štvrté meranie.
- * Ak sa tlačidlo štart/stop stlačí počas odpočítavania, merania začne okamžite; ak sa tlačidlo štart/stop stlačí počas merania, meranie sa zruší; zobrazí sa hodnota alebo priemerné hodnoty z meraní.

Zobrazenie kontrolky poruchy srdcového rytmu a kontrolky hypertenzie

1) Kontrolka AFIB - Toto zariadenie dokáže detekovať poruchu srdcového rytmu (AFIB). Ak sa počas merania tlaku krvi vyskytne porucha srdcového rytmu, zobrazí sa kontrolka AFIB . Odporúča sa, aby sa o hodinu vykonalo ďalšie meranie, čím sa zvýši presnosť detekcie. Spustí sa animácia návštevy lekára, ktorá vás nabáda k návšteve lekára, kde sa podrobíte ďalším vyšetreniam.



2) Kontrolka hypertenzie - Kontrolka hypertenzie sa zobrazí vtedy, ak je priemer tlakov krvi väčší alebo rovný ako hraničná hodnota 135/85 mmHg pre systolický a diastolický tlak krvi. Kontrolka sa zobrazí v troch rozličných stavoch:

- (1) Systolický aj diastolický tlak krvi je väčší alebo rovný ako 135/85 mmHg.
- (2) Systolický tlak krvi je väčší alebo rovný ako 135 mmHg.
- (3) Diastolický tlak krvi je väčší alebo rovný ako 85 mmHg.

$\geq 135/85$

SYS ≥ 135 mmHg,
DIA ≥ 85 mmHg

$\geq 135/$

SYS ≥ 135 mmHg,
DIA < 85 mmHg

$\geq \quad /85$

SYS < 135 mmHg,
DIA ≥ 85 mmHg

* *Niekedy zariadenie zistí poruchu srdcového rytmu, aj keď neexistuje. Stane sa to vtedy, ak sa počas merania hýbe ramenom alebo nastane iná porucha rytmu. Počas merania rukou nehýbte. Možno bude potrebné navštíviť lekára s týmto zariadením, aby overil akékoľvek problémy s rytmom.*

* *Toto zariadenie nemusí zistiť poruchu srdcového rytmu u ľudí s kardiostimulátormi alebo defibrilátormi.*

3) Kontrolka pokračovania merania -

Ak je priemer tlakov krvi väčší alebo rovný ako hraničná hodnota 135/85 mmHg pre systolický a diastolický tlak krvi, zobrazí sa kontrolka pokračovania merania , a súčasne sa zobrazí aj kontrolka hypertenzie, ktorá vám pripomína, aby ste realizovali merania počas nasledujúcich 3 dní, čím sa optimálne stanoví výška vášho tlaku krvi. Ak sa zobrazí kontrolka pokračovania merania, odporúča sa realizovať merania počas nasledujúcich 3 dní. Získate tým zvyčajnú hodnotu tlaku krvi. Počas tohto 3-dňového merania nepoužívajte svoje zariadenie WatchBP Home S spoločne s iným užívateľom.

$\geq 135/85$ alebo $\geq 135/$ alebo $\geq$ /85 

4) Kontrolka návštevy lekára - Ak je hodnota

3-dňového priemeru tlaku krvi stále vyššia ako 135/85 mmHg, a to buď systolického, alebo diastolického tlaku krvi, spustí sa animácia návštevy lekára. Toto nastane v prípade, ak sa na vyvolanie meraní stlačí tlačidlo M. Pripomína vám to, že máte navštíviť lekára.

Avg
 $\geq 135/85$ alebo $\geq 135/$ alebo $\geq$ /85

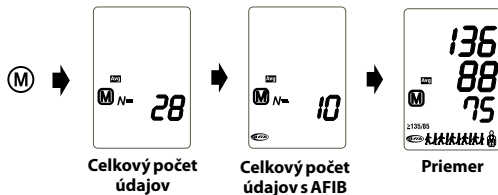

*Dni D3 nemusia byť 3 po sebe idúce dni.

*Pri sledovaní hypertenzie sa animácia návštevy lekára spustí vtedy, keď sa dokončí 3-dňové meranie.

Prezeranie a mazanie meraní

Prezeranie meraní

- 1) Keď stlačíte tlačidlo M, zobrazí sa celkový počet uložených meraní, napr. N=28, a potom sa hneď zobrazí celkový počet meraní s AFIB a priemer všetkých meraní. Každé priemerné meranie je možné vidieť po opakovanom stlačení tlačidla M.

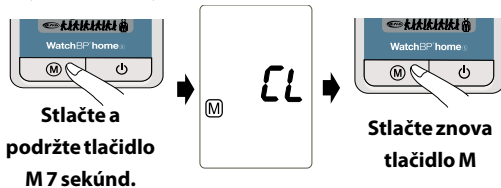


- 2) Posledné tri jednotlivé merania je možné vidieť stlačením a podržaním tlačidla M, pokiaľ sa nezobrazí na obrazovke «1». Hodnoty sa budú zobrazovať postupne.

Mazanie meraní

- * Pred vymazaním údajov sa uistite, že sa namerané údaje už nebudú vyžadovať. Ak sú hodnoty vášho krvného tlaku príliš vysoké, alebo ak hodnoty vykazujú poruchu srdcového rytmu, odporúča sa, aby ste hodnoty krvného tlaku ukázali svojmu lekárovi.

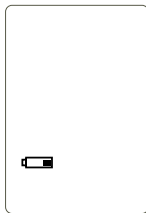
- 1) Stlačte tlačidlo M a podržte ho 7 sekúnd, pokiaľ sa nezobrazí značka mazania **CL**.
- 2) Uvoľnite tlačidlo M a potom ho znova stlačte. Týmto sa vymažú všetky merania.



Batérie a sieťový adaptér

Kontrolka batérie

Keď zostáva v batériách $\frac{1}{4}$ ich kapacity, vždy pri zapnutí zariadenia bude blikať značka batérie. Výmena nových batérií, keď sa zobrazí kontrolka batérií.



Výmena nových batérií

Keď je potrebné batérie vymeniť, vždy pri zapnutí zariadenia bude blikať značka batérie.

- 1) Otvorte priehradku na batérie v zadnej časti zariadenia.
- 2) Vymeňte batérie – zachovajte správnu polaritu podľa značiek na priehradke.

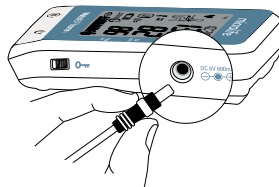
- * Použite 4 nové 1,5 V batérie dlhej životnosti – rozmer AA.
- * Nepoužívajte batérie po ich dobe použiteľnosti.
- * Keď zariadenie nebudete dlhšie používať, batérie vyberte.

Používanie sieťového adaptéra

Zariadenie WatchBP Home S je možné používať aj so sieťovým adaptérom Microlife (6 V DC, 600 mA).

* Používajte iba značkové sieťové adaptéry Microlife

- 1) Pripojte kábel adaptéra do zásuvky na zariadení WatchBP Home S.
- 2) Pripojte adaptér do zásuvky na stene. Keď je sieťový adaptér pripojený, nespotrebováva sa žiadne napätie z batérie.



Bezpečnosť, starostlivosť, skúška presnosti a likvidácia

Bezpečnosť a ochrana

Toto zariadenie sa môže používať iba na účely popísané v tomto návode. Zariadenie sa skladá z citlivých komponentov, preto sa s ním musí zaobchádzať opatrne. Výrobca nezodpovedá za škody spôsobené nesprávnym použitím.



- Zaistite, aby zariadenie nepoužívali deti bez dozoru; niektoré časti sú malé, takže by ich mohli prehltnúť.
- Pumpu aktivujte iba vtedy, ak je nasadená manžeta.
- Zariadenie nepoužívajte, ak si myslíte, že je poškodené alebo sa hocičo javí nezvyčajne.
- Prečítajte si ďalšie bezpečnostné opatrenia uvedené v jednotlivých kapitolách návodu na použitie.

Dodržujte skladovacie a prevádzkové podmienky popísané v kapitole «Technické údaje» tohto návodu.



Zariadenie chráňte pred vodou a vlhkosťou



Zariadenie chráňte pred priamymi slnečnými lúčmi



Zariadenie chráňte pred nadmerným teplom a chladom



Zamedzte blízkosti elektromagnetických polí, ako napríklad blízkosti polí z mobilných telefónov



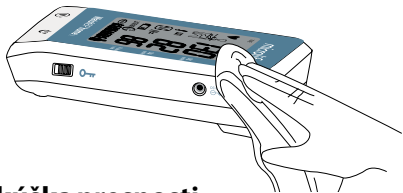
Zariadenie nikdy neotvárajte



Zariadenie chráňte pred pádom a nárazmi

Starostlivosť o zariadenie

Zariadenie čistite mäkkou a suchou handrou.



Skúška presnosti

Odporúča sa testovať presnosť zariadenia WatchBP Home S každé 2 roky alebo po akomkoľvek mechanickom údere (napr. ak spadlo). Čo sa týka skúšky presnosti, spojte sa prosím so spoločnosťou Microlife.

Starostlivosť o manžetu

Manžetu nikdy neperte. Poťah manžety nikdy nežehlite.



Manžetu nikdy neperte!



Manžetu nikdy nežehlite!

Likvidácia



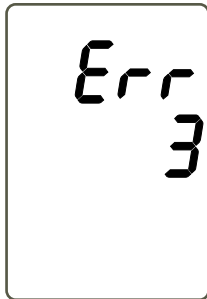
Batérie a elektronické zariadenia sa musia likvidovať v súlade s miestnymi nariadeniami a nie ako domáci odpad.

Chybové hlásenia

Ak sa počas merania vyskytne chyba, meranie sa preruší a zobrazí sa chybové hlásenie «Err».



- Ak sa opakovane vyskytuje tento alebo nejaký iný problém, spojte sa prosím so svojim miestnym servisným strediskom spoločnosti Microlife.
- Ak si myslíte, že sú výsledky nezvyčajné, prečítajte si prosím pozorne informácie uvedené v tomto návode na použitie.



Chyba	Popis	Možná příčina a náprava
«Err 1»	Príliš slabý signál	Signály pulzov na manžete sú príliš slabé. Premiestnite manžetu a zopakujte meranie.
«Err 2»	Chybový signál	Počas merania detekovala manžeta chybové signály, ktoré spôsobil napríklad pohyb alebo napnutie svalov. Zopakujte meranie, nehýbte rukou.

«Err 3»	V manžete nie je žiaden tlak	V manžete nie je možné vytvoriť dostatočný tlak. Niekde môže byť únik. Podľa potreby vymeňte batérie. Zopakujte meranie.
«Err 5»	Abnormálny výsledok	Meracie signály nie sú presné a preto nie je možné zobraziť žiaden výsledok. Prečítajte si kontrolný zoznam, aby ste vykonali spoľahlivé merania a potom meranie zopakujte.

«HI»	Pulzný tlak alebo tlak v manžete príliš vysoký	Tlak v manžete je príliš vysoký (viac ako 300 mmHg) ALEBO pulzný tlak je príliš vysoký (viac ako 200 úderov za minútu). Oddychujte 5 minút a potom meranie zopakujte.
«LO»	Tep príliš nízky	Tep je príliš nízky (menej ako 40 úderov za minútu). Zopakujte meranie.

Dôležité skutočnosti o poruche srdcového rytmu a tlaku krvi

Čo je porucha srdcového rytmu (AFIB)?

Za normálnych okolností sa vaše srdce sťahuje a uvoľňuje v pravidelnom rytme. Isté bunky vo vašom srdci vytvárajú elektrické signály, ktoré spôsobujú sťahovanie srdca a pumpovanie krvi. Porucha srdcového rytmu sa vyskytuje vtedy, keď sa v horných dvoch komorách srdca nazývaných predsieň vyskytnú náhle neorganizované elektrické signály, ktoré spôsobia rýchle a nepravidelné sťahovania srdca (čo sa tiež nazýva fibrilácia). Porucha srdcového rytmu je najbežnejšou formou arytmie srdca alebo nepravidelného tlkotu srdca. S poruchou srdcového rytmu môžete žiť, ale môže viesť k iným problémom s rytmom, k chronickej únave, zlyhaniu srdca a v najhoršom prípade k mozgovej mŕtvici. Tento problém budete musieť riešiť so svojím lekárom.

Aký má porucha srdcového rytmu vplyv na moju rodinu a na mňa samotného?

Jedna zo šiestich mozgových mŕtvíc je vyvolaná AFIB. Hoci ľudia starší ako 65 rokov majú väčšie predispozície na vznik poruchy

srdcového rytmu, touto poruchou môžu trpieť aj ľudia mladší ako 40 rokov. Riziko mozgovej mŕtvice napomáha znížiť včasná diagnostika.

WatchBP Home S poskytuje pohodlný spôsob sledovania poruchy srdcového rytmu.

Poznanie svojho krvného tlaku a poznanie skutočnosti, či máte poruchu srdcového rytmu alebo ju majú členovia vašej rodiny vám pomôže znížiť riziko mozgovej mŕtvice. WatchBP Home S poskytuje pohodlný spôsob sledovania poruchy srdcového rytmu so súčasným meraním krvného tlaku.

Rizikové faktory, ktoré môžete kontrolovať

Vysoký krvný tlak a porucha srdcového rytmu sa považujú za «kontrolovateľné» rizikové faktory mozgovej mŕtvice. Poznanie svojho krvného tlaku a poznanie skutočnosti, či máte alebo nemáte poruchu srdcového rytmu je prvým krokom v proaktívnej prevencii výskytu mozgovej mŕtvice.

Dôležité skutočnosti o poruche srdcového rytmu a tlaku krvi

Vyhodnotenie údajov tlaku krvi

Tabuľka vpravo uvádza údaje tlaku krvi pre dospelých v súlade so smernicami Európskej spoločnosti pre hypertenziu (ESH) v 2007. Údaje v mmHg.

Vyššia hodnota je tá, ktorá definuje vyhodnotenie.

Príklad: odčítaná hodnota od **150/85** alebo **120/98** mmHg indikuje «Hypertenziu 1. stupňa».

Kategória	Systolický	Diastolický
Optimálny	< 120	< 80
Normálny	120 - 129	80 - 84
Vysoký normálny	130 - 139	85 - 89
Hypertenzia 1. stupňa	140 - 159	90 - 99
Hypertenzia 2. stupňa	160 - 179	100 - 109
Hypertenzia 3. stupňa	≥ 180	≥ 110
Izolovaná systolická hypertenzia	≥ 140	< 90

Technické údaje

Prevádzková teplota:	• 10 - 40 °C / 50 - 104 °F • 15 - 90 % max. relatívna vlhkosť
Teplota skladovania:	• -20 °C až 55 °C / -4 °F až 131 °F • 15 - 90 % max. relatívna vlhkosť
Hmotnosť:	• 412 g (vrátane batérií)
Rozmery:	• 154 x 94 x 40 mm
Spôsob merania:	• Oscilometrický
Rozsah merania:	• 30 - 280 mmHg – tlak krvi • 40 - 200 úderov za minútu – tep
Zobrazená hodnota tlaku v manžete:	• Rozsah: 0 - 299 mmHg • Rozlíšenie: 1 mmHg • Statická presnosť: tlak ± 3 mmHg alebo 2% hodnoty nad 200 mmHg • Tepová presnosť: ± 5 % odčítanej hodnoty

Zdroj napätia:	• 4 x 1,5 V alkalické batérie; rozmer AA • Sieťový adaptér DC 6V, 600 mA (vol.)
Odkaz na normy:	Zariadenie vyhovuje požiadavkám normy pre neinvazívne sledovanie tlaku krvi: EN 1060-1 EN 1060-3 EN 1060-4 IEC 60601-1 IEC 60601-1-2 Zariadenie spĺňa nariadenia normy IEC 60601-1-2
Elektromagnetická kompatibilita CE 0044	Plnia sa ustanovenia nariadenia EÚ 93/42/EEC pre zdravotnícke zariadenia triedy IIa.

Microlife si vyhradzuje právo meniť technické údaje bez predchádzajúceho písomného upozornenia.



Microlife AG, Espenstrasse 139
9443 Widnau, Švajčiarsko

Záručný list

Na toto zariadenie sa poskytuje 5-ročná záruka odo dňa jeho kúpy. Táto záruka platí iba po predložení záručného listu vyplneného vlastníkom s potvrdením dátumu kúpy alebo po predložení pokladničného dokladu. Táto záruka sa nevzťahuje na batérie, manžetu a diely podliehajúce opotrebovaniu.

Meno:

Adresa:

Dátum:

Tel. č.:

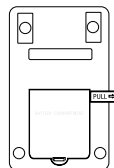
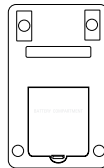
Email:



Výrobok: WatchBP Home S

Číslo výrobku: BP3MX1-5

Dátum:



Európa / Stredný východ / Afrika

Microlife AG
Esenstrasse 139
9443 Widnau, Švajčiarsko
Tel. +41 71 727 7000
Fax +41 71 727 7011
Email: watchbp@microlife.ch
www.watchbp.com

Ázia

Microlife Corporation
9F, 431, RuiGang Road, NeiHu
Taipei, 114, Taiwan, R.O.C.
Tel. +886 2 8797 1288
Fax. +886 2 8797 1283
Email: watchbp@microlife.com.tw
www.watchbp.com

Severná / Stredná / Južná Amerika

Microlife Medical Home Solutions,
Inc.
2801 Youngfield St., Suite 241
Golden, CO 80401, USA
Tel. +1 303 274 2277
Fax +1 303 274 2244
Email: info@mimhs.com
www.watchbp.com



Type BF applied part



Pred použitím zariadenia si pozorne prečítajte pokyny.

IB WatchBP Home S 3MX1-5 0117