

Panasonic

Olkavarsiverenpainemittari

Käyttöohjeet

MAAHANTUOJA:

HORN WELLNESS GROUP FINLAND OY
Yliopistonkatu 30 C
40100 Jyväskylä
FINLAND

info@hornwellness.fi
www.hornwellness.fi
Puhelin: +358 14 676 437

Malli numero EW3152

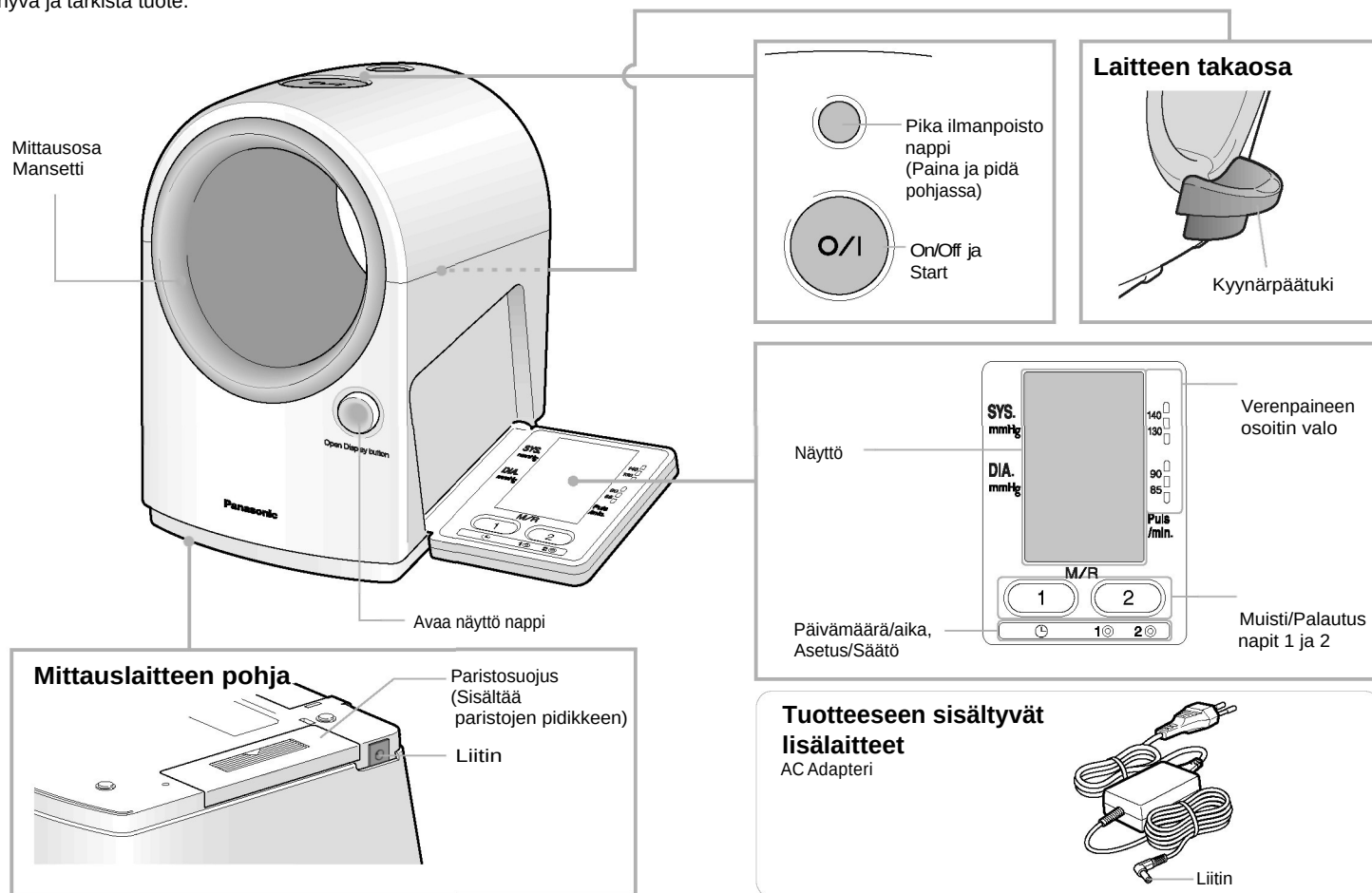


EU Representative/Mandataire
Panasonic Marketing Europe GmbH
Hagenauer Straße 43-D65203, Wiesbaden, Germany

Legal Manufacturer/Fabricant
Matsushita Electric Works, Ltd.
33 Okamachi, Hikone, Shiga 522-8520, Japan

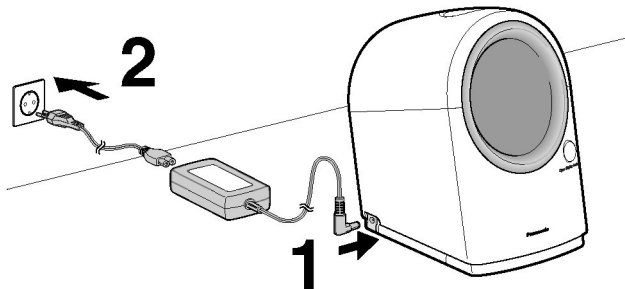
OSIEN TUNNISTAMINEN

Ole hyvä ja tarkista tuote.



AC ADAPTERIN KÄYTTÖ

* Käytä ainoastaan tuotteelle suositeltua AC adapteria (tuotteeseen sisältyvä lisälaite) (katso s.2.)



1 Kiinnitä AC adapteri laitteen sivussa olevaan liitäntään.

2 Yhdistä adapterin pistotulppa kokonaan pistorasiaan.

Varmista että käytät vain tuotteelle suositeltua AC adapteria (tuotteeseen sisältyvä lisälaite).

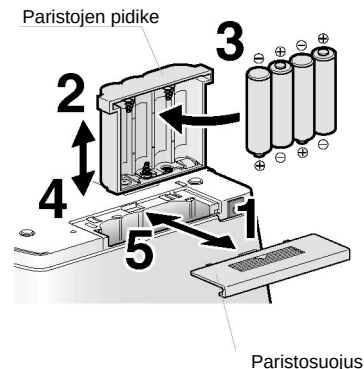
Muiden AC adaptereiden käyttö voi johtaa onnettomuuteen.

Huomioi käyttäessäsi vain AC adapteria

Kun laitteessa ei ole paristoja, eikä AC adapteria ole kiinnitetty laitteeseen tai sähkövirtaan, aika-asetukset häviävät. Tämän vuoksi on suositeltavaa pitää laitteessa myös paristoja, vaikka käyttäisitkin AC adapteria. Kun käytät AC adapteria, virta tulee adapterista, eikä kuluta paristoja.

PARISTOJEN KÄYTTÖ

* Käytä aina alkaliparistoja. (neljä AA LR6 alkaliparistoa)
(Käytä ainoastaan alkaali paristoja. Älä käytä muunlaisia paristoja.)



1 Käännä mittauslaite ympäri, paina kevyesti paristosuojuksen $\triangle$ -merkkiä, poista suojus liu'uttamalla sitä nuolen suuntaan.

2 Liu'uta paristojen pidike ulos nuolen osoittamaan suuntaan.

3 Tarkista paristojen napaisuus ja aseta ne laitteeseen oikein päin.

4 Liu'uta paristojen pidike takaisin laitteeseen. (Laitteesta kuuluu ääni joka osoittaa sen toimivan hetken päästä kun paristot ovat asetetty laitteen sisään.)

5 Liu'uta paristosuojus takaisin paikalleen.

Vaihda paristot kun:



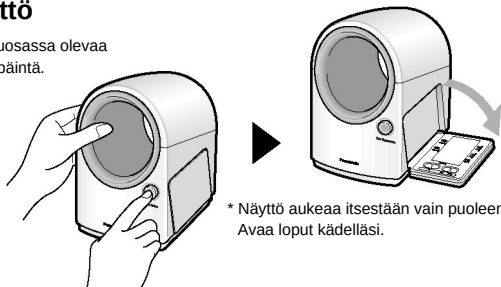
- Kun vasemmalla esitetty merkki ilmestyy näyttöön käytön aikana.
- Kun käynnistyksen jälkeen kaikki näytöt palavat yhtäaikaaisesti hetken jonka jälkeen kaikki näytöt pimenevät.
- Kun näyttö jää pimeäksi, vaikka (On/Off) ja Start on painettu.

- Tuoreet Panasonicin alkaliparistot riittävät keskimäärin 200 mittaukseen (tai n. 2 kuukautta, jos mittauksia tehdään kolmesti päivässä). (Mittaus olosuhteet: huoneen lämpötila 22°C, paineistettuna 170mmHg; olkavarren ympärysmitta: 30cm) (Laitteen mukana tulevat paristot ovat vain testikäyttöön. Niiden käyttöikä ei vastaa normaalien Panasonic paristojen käyttöikää.)
- Vaikka et käyttäisi tuotetta pitkään aikaan, varmista että paristot vaihdetaan joka vuosi. Jos paristojen vaihto viivästyy, vanhentuneiden paristojen vuotaminen saattaa aiheuttaa vahinkoja tuotteelle.
- Kun vaihdat paristoja, käytä aina neljää samanlaista utta saman valmistajan alkaliparistoa.
- Alhaisessa huoneenlämpötilassa paristojen käyttöikä voi lyhentyä.

ENNEN MITTAUKSEN ALOITTAMISTA

Avaa näyttö

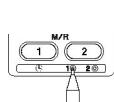
Paina laitteen etuosassa olevaa
Avaa näyttö näppäintä.



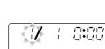
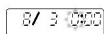
* Näyttö aukeaa itsestään vain puoleen väliin.
Avaa loput kädelläsi.

Päivämäärän ja ajan asetus.

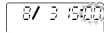
- * Aseta aika ja päivämäärä ennen ensimmäistä verenpaineen mittausta tai paristojen vaihdon jälkeen.
- Jos tuotetta käytetään ilman päiväyksen ja ajan asetusta, päivämäärä ja aika eivät tallennu laitteiston muistiin.
 - Lue "Huomioi käyttäessäsi vain AC adapteria" sivulta 3.



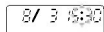
- 1** Paina näytön alapuolella olevaa Asetus näppäintä (1).
Päivämäärä alkaa vilkkua.



- 2** Päivämäärän asetus.
Paina Säätonäppäintä toistuvasti saadaksesi oikean päivän näytölle.



- 3** Kuukauden asetus.
1) Paina Asetusnäppäintä (1). Kuukausi ilmestyy välkkymään näytölle.
2) Paina Säätonäppäintä (2) toistuvasti saadaksesi oikean kuukauden näytölle.



- 4** Tuntien asetus.
1) Paina Asetusnäppäintä (1). Tunnit ilmestyvät välkkymään näytölle.
2) Paina Säätonäppäintä (2) saadaksesi oikean tunti lukeman näytölle.

- 5** Minuuttien asetus.
1) Paina Asetusnäppäintä (1). Minuutit ilmestyvät välkkymään näytölle.
2) Paina Säätonäppäintä (2) toistuvasti saadaksesi oikean minuuttilukeman näytölle.

- 6** Paina Asetusnäppäintä (1) samaan aikaan kuin minuutit vaihtuvat varmistaaksesi päivämäärä ja aika asetukset.

- 7** Paina (On/Off) ja Start näppäintä kääntääksesi laite pois päältä.

Kun päivämäärä tai aika välkkyvät paikallaan, kello on pysähdyksissä.
Karkausvuosina kolmasosa helmikuun 29. päivästä poistuu. Tästä syystä asenna päiväys 29/2.
Paina Asetus- ja Säätonappeja kevyesti kuulakärkikynän päällä tai muulla teräväpääisellä esineellä.
Älä käytä liijytäytäkynää, liijy saattaa katketa ja vahingoittaa laitetta ja siten aiheuttaa laitteeseen toimintahäiriöitä.

Mittausasento

Mittaria voi käyttää molemmissa olkavarsissa. Oikeata olkavartta käytettäessä näyttöä voi olla vaikea nähdä.

Verenpaineen sanotaan vaihtelevan noin 10mmHg vasemman ja oikean käden välillä, varmista että käytät joka mittauksella samaa käsivartta.

Laitetta ei voi käyttää makuuasennossa. Mittaukset tulee tehdä istuma-asennossa.

Aseta laite pöydälle tai muulle tasaiselle alustalle niin, että laite on samalla korkeudella sydämesi kanssa.

Korkeuserot laitteen sijainnissa olkavarrellasi saattavat väärentää mittaustuloksia. Jos sinun pitää nojata eteenpäin koska tuolin ja pöydän korkeus ei ole sopiva, aseta esim. pino kirjoja laitteen alle saavuttaaksesi sopivan korkeuden.



- 1** Istu pöydän viereen kuten vasemmalla oleva kuva osoittaa.

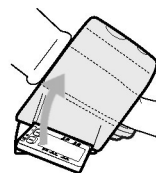
- 2** Laita käsivartesi mittauslaitteeseen.
Pidä laite lähellä, jottei sinun tarvitse kurottautua.
• Ota paitasi pois tai kääri hihasi ylös jotta mittauslaite on paljaalla iholla.
• Jos hihasi kääriminen aiheuttaa puristusta olkavarressasi tai kainalossasi, ota paitasi kokonaan pois mittaamisen ajaksi.

Varmista ettei ylöskäärity hiha joudu laitteen mittausosan väliin mittausta tehdessäsi.



Kyynärpäätuki

- 3** Aseta kyynärpäsi kyynärpäätuen päälle.
• Jos kyynärpäätuki ei heti löydy, käytä vapaana olevaa kättäsi sen paikantamiseen.



- 4** Suorista käsivartesi ja istu suorassa.

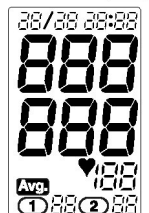
Aseta kämmenesi ylöspäin, rentouta kätesi ja lepuuta sitä pöydällä. Jos kämmenselkäsi ei kosketa pöytää, tee mittaus rennossa asennossa.

LUKEMAN OTTAMINEN

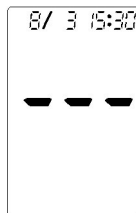
Mittaaminen



- 1** Paina On/Off ja Start näppäintä.
1) Mansetti kiristyy automaattisesti.
2) Mansetti täyttyy paineella automaattisesti ja mittari ottaa lukemat.



Koko näyttö valaistuu noin sekunnin ajaksi.



Mansetti kiristyy automaattisesti.



♥-merkki välkkyi kun sydämen syke havaitaan paineen mittauksen aikana

- 2** Kun mittaus on suoritettu, verenpaine ja pulssiarvot näkyvät näytöllä.

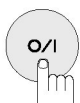
Sen jälkeen kun mittausarvot ovat olleet näytöllä noin 5 sekuntia, ilma poistuu mansetista. (Aika riippuu olkavarren koosta.)

- Verenpaineenosoitinvalot palavat (noin 12 sekuntia).
- Jos mitattu arvo osoittaa korkeaa verenpainetta, mittausarvot välkkyvät (noin 12 sekuntia). (Miten arvot luetaan, katso s.9.)
- (1) (2) – merkit syttyvät. (Mittausarvojen tallennus, katso s.11.)
- Pulssiarvo tarkoittaa sydämenlyöntien määrää minuutissa mittauksen aikana.



- 3** Ota käsivartesi pois laitteesta.

- 4** Sammuttaaksesi laitteen, paina On/Off ja Start näppäintä
- Jos unohdat sammuttaa laitteen, se sammuu automaattisesti noin viidessä minuutissa.



Tarkkojen tulosten mittaamiseen

Mittaa verenpaine istuessasi rauhallisesti ja rennosti.

- Älä nojaa kehoasi eteenpäin verenpaineen mittauksen aikana. Mittaa verenpaineesi oikeassa asennossa. (Katso s.6.)
- Älä nosta laitetta pöydältä. Pidä laite pöydällä mittauksen aikana.
- Älä päästä ylöskäärittyä hihaa mansetin väliin. Kääri hihasi tarpeeksi ylös.
- Älä mittaa verenpainettasi kyynärpään kohdalta. Aseta kyynärpääsi kyynärpäätukeen.
- Älä nosta käsivarttasi. Lepuuta kättäsi pöydällä kämmenpuoli ylöspäin.

Noudata seuraavia ohjeita verenpainettasi mitatessasi:

- Älä liikuta kehoasi, käsivarttasi tai sormiasi.
- Älä kosketa laitetta.
- Älä puhu.
- Älä käytä matkapuhelinta laitteen läheisyydessä.

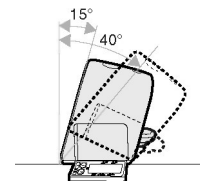
Näiden ohjeiden noudattamatta jättäminen saattaa johtaa virheellisten tulosten saamiseen.

Tämän laitteen kulmaa voidaan säätää, jotta verenpaineen mittaaminen onnistuu luonnollisessa asennossa.

- Kulmaa voi säätää vain kun näyttö on päällä.
- Kulma ei ole lukittu.

Vaikka istutkin rauhassa paikoillasi, kulma saattaa liikahtaa mansetin täyttymisen aikana.

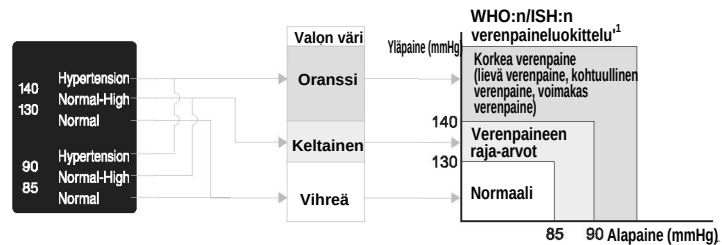
Kulman vaihtuminen mittauksen aikana ei vaikuta mittaustuloksiin.



LUKEMAN OTTAMINEN (JATKUU)

Verenpainemittarin lukeminen

Jos verenpaineen ylä- tai alapaineet ovat korkeassa tai normaalissa verenpaineryhmässä, ne luokitellaan WHO:n/ISH:n (World Health Organization/International Society of Hypertension) verenpaineluokittelien mukaan ja verenpainearvo välkkyi näytöllä tarvittaessa.



- Jos mitattu verenpainearvo on korkeassa verenpaineryhmässä, arvot välkkyvät noin 6 sekuntia. (Ainoastaan heti mittauksen jälkeen.)



- Yläpaine:** 140mmHg tai enemmän
- Alapaine:** 90mmHg tai enemmän

Jos arvoja ei voitu mitata oikein



Uusintamittausmerkki E ilmestyy näytölle.

Saadaksesi uusintamittauksen onnistumaan, paina On/Off ja Start nappia sammuttaaksesi laitteen ja lepää 4 tai 5 minuuttia ennen kuin mittaat verenpaineesi uudelleen.

Ohje:

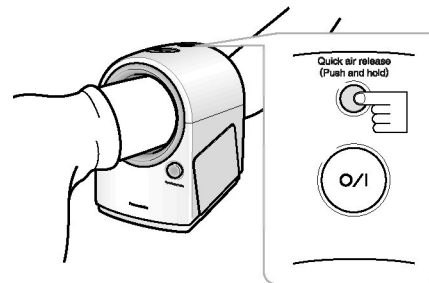
Normaalisti toisella kerralla mitattaessa verenpainearvot ovat matalampia kuin ensimmäisellä kerralla, koska olet rauhallisempi.

Henkilöille, jotka jännittävät paljon, on suositeltavaa mitata verenpaine kahdesti joka kerta.

Kun verenpaine mitataan kahdesti, normaalisti pienempi arvo tallentuu laitteen muistiin. Mitatessasi verenpaineesi kahdesti, muista aina rauhoittua 4 tai 5 minuuttia mittausten välillä.

^{*1} 1999 World Health Organisationin ja International Society of Hypertensionin ohjeistus verenpaineen hallintaan

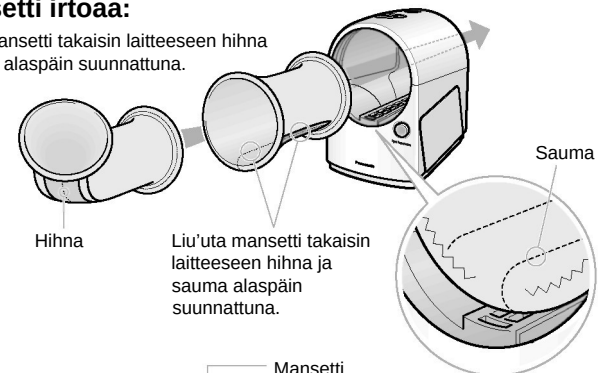
Mittaamisen keskeyttäminen hätätapauksessa



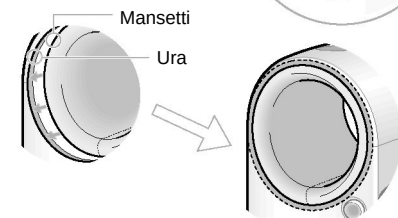
Jos mansetti ei tyhjene vaikka On/Off ja Start näppäintä on painettu, paina pika ilmanpoisto nappia ja pidä sitä pohjassa. Ilma poistuu mansetista noin 4 sekunnissa.

Jos mansetti irtoo:

- Liu'uta mansetti takaisin laitteeseen hihna ja sauma alaspäin suunnattuna.

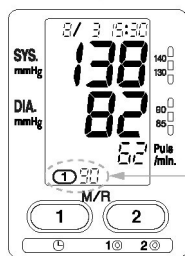
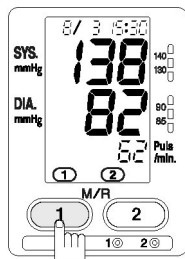


- Paina mansetti laitteen uraan. Kumman vain, etu- tai takaosan voi kiinnittää ensin.



MITTAUSARVOJEN TALLENNUS

Tämä laite voi tallentaa 90 mittausarvoa/hlö kahdelle henkilölle.



Tallennettujen
arvojen määrä

Mittauksen jälkeen (1)(2) merkkivalo syttyy.
Paina Muisti/Selaus näppäintä 1 tai 2 riippuen henkilöstä joka haluaa tallentaa mittaustuloksensa.

Esimerkki: Henkilö A: Paina (1)

Henkilö B: Paina (2)

Tallennus on valmis.

- Jopa 90 mittausarvoa voidaan tallentaa. Kun muisti täyttyy ja uusia arvoja tallennetaan, vanhin arvo poistuu muistista ja uusin arvo tulee poistuneen tilalle.
- Jos mittausarvoa ei ole voitu suorittaa oikein (E-merkki ilmestyy näytölle verenpainearvojen sijaan), mittausarvoja ei voida tallentaa muistiin.

Jos E-merkki ilmestyy vain pulssin arvon kohdalle, mittaustulos voidaan tallentaa.

Poistaaksesi kaikki tallentamasi mittausarvot laitteen muistista:

- Paina Muisti/Selaus näppäintä 1 tai 2 riippuen kumman tiedot haluat poistaa. Tallennetut tiedot tulevat näytölle.
- Paina samaa Muisti/Selaus näppäintä uudelleen, ja pidä sitä pohjassa kunnes mittausarvot häviävät näytöltä (noin 3 sekuntia tai enemmän).

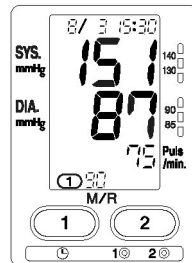
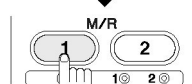
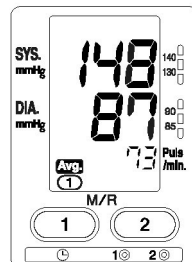
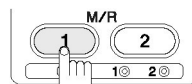
* yksittäisten mittausarvojen poistaminen ei ole mahdollista.



Sammutaaksesi laitteen, paina On/Off ja Start näppäintä.

- Jos unohdat sammuttaa laitteen, se sammuu automaattisesti noin viidessä minuutissa.

MITTAUSTULOJEN SELAILU MUISTISTA



- Paina Muisti/Selaus näppäintä 1 tai 2 riippuen kenen tietoja haluat selata.

Kaikkien mittausten keskiarvo ilmestyy näytölle.

- Avg-merkki ilmestyy näytön alareunaan.
- Esimerkiksi, jos muistissa on 90 tallennettua mittausarvoa, keskiarvo 90:lle mittausarvolle näytetään. (Jos vain yksi mittausarvo on tallennettu, Avg-merkki ei ilmesty näytöön.)
- Verenpaineenosoitinvalot syttyvät. (Noin 6 sekunniksi.)

- Paina Muisti/Selaus näppäintä uudestaan.

Joka kerta kun painat Muisti/Selaus näppäintä, edellinen tallennettu arvo ilmestyy näytölle, aloittaen uusimmasta tallennetusta arvosta.

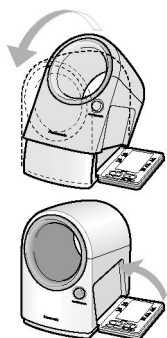
- Verenpaineenosoitinvalot syttyvät. (Noin 6 sekunniksi.)
- Jos mittaustuloksia ei ole tallennettu, muisti on tyhjä.

Paina Muisti/Selaus näppäintä kevyesti vain hetken ajan. Jos painat nappia kolmen sekunnin ajan tai pidempään, koko tiedosto poistuu. Ole siis varovainen.

- Poistuaaksesi mittaustulosten selailusta paina On/Off ja Start näppäintä.

- Jos unohdat sammuttaa laitteen, se sammuu automaattisesti noin 30 sekunnissa.

KÄYTÖN JÄLKEEN/TUOTESELOSTE



1 Jos laitteen kulmaa on vaihdettu, palauta laite sen normaaliin asentoon.

2 Taita näyttö takaisin laitetta vasten.
• Taita näyttöä kunnes tunnet että se on kunnolla sulkeutunut.

TUOTESELOSTE (LAITE)

Virtalähde	DC 6V (4 LR6/AA/ alkaline paristoa), AC 100-240V 50-60Hz (käyttäessäsi AC adapteria)
Näyttö	Digitaalinen nestekidenäyttö
Mittausmenetelmä	Oskillometrinen
Mittausasteikko	Verenpaine 0-280mmHg, Pulssi 30-160 lyöntiä/minuutti
Tarkkuus	Verenpaine +/- 3mmHg, Pulssi +/- 5%
Käyttölämpötila/kosteus	10-40°C, 30-85% huoneen kosteus
Säilytyslämpötila/ kosteus	-10- +60°C, 10-95% huoneen kosteus
Mitattavan olkavarren ympärysmitta	Noin 20-34 cm
Laitteen paino	Noin 1200g (ilman paristoja)
Ulkomitat	22x15,5x21cm

TUOTESELOSTE (AC ADAPTERI)

Adapteri	AC 100-240V 50-60Hz
Paristot	DC 6V 2A

MITTAUSTETULOSTEN TARKKUUS

Yleistä

Tämä verenpaineenmittauslaite noudattaa Eurooppalaisia säädöksiä (EU direktiivi 93/42/EEC päivätty 14.7.1993) ja sillä on CE merkintä "CE 0197". Tämän laitteen laatu on todennettu ja varmistettu seuraavilla standardeilla:

EN 1060-1 (Joulukuu 1995)	Ei-invasiivinen verenpainemittari Yleiset vaatimukset
EN 1060-3 (Syyskuu 1997)	Ei-invasiivinen verenpainemittari Täydentävät vaatimukset elektromeekaanisille verenpaineenmittauslaitteille
EN 1060-4 (Syyskuu 2004)	Ei-invasiivinen verenpainemittari, joka määrittää automatisoidun ei-invasiivisen verenpainemittarin kokonaistarkkuuden
EN 60601-1-2 (Marraskuu 2001)	Elektromagneettinen kilpailukykyisyys ja turvallisuus lääketieteellisissä sähköisissä laitteissa

CE-merkintä turvaa tuotteiden vapaan liikumisen EU maiden alueella.

Panasonic varmistaa tarkat mittaustulokset.
Leima varmistaa että jokainen laite on tarkistettu
varmojen mittaustulosten saamiseksi Matsushitan
tehtaalla. Suosituksena on että tuote kalibroidaan
uudestaan kolmen vuoden välein, aloittaen vuodesta
joka näkyy leimassa.

CALIBRATED UNTIL

2009

Kun tuotetta on huollettu tai leimaa ei pysty enää lukemaan, tuotteen
tarkkuus ei ole enää luotettava. Näissä tapauksissa on suositeltavaa, että
tuote vietäisiin uudelleen kalibroitavaksi.

TÄRKEITÄ TURVALLISUUSOHJEITA

- Ennen tämän tuotteen käyttöönottoa, lue tärkeät turvallisuusohjeet ja varmista että käytät laitetta oikein.
- Tämän osion varoitusten tarkoituksena on opastaa sinua laitteen oikeanlaiseen käyttöön ja välttää aiheuttamasta tapaturmia itsellesi tai muille ihmisille.

Joka varoitus sisältää tärkeää tietoa turvallisuuteen liittyvistä asioista ja niitä on noudatettava.

Varoitus: Ohjeiden noudattamatta jättäminen voi johtaa vakavaan onnettomuuteen, tapaturmaan tai omaisuusvahinkoihin.

VAROITUS:

- Henkilöt joilla on veren tukkeutumia käsivarressa tulee ottaa yhteys lääkäriinsä ennen laitteen käyttöä. Tämän jättämättä tekeminen voi johtaa fyysisen hyvinvoinnin rappeutumiseen.
- Laitetta puhdistaessa irroita AC adapteri laitteesta ennen puhdistuksen aloittamista. Älä kiinnitä tai irroita AC adapteria märillä käsillä. Tämä voi johtaa sähköiskuun tai tulipaloon.
- Älä anna lasten koskea laitteeseen.
- Tuotteen väärinkäyttö voi johtaa tapaturmaan.
- Älä läikytä vettä laitteen äläkä AC adapterin päälle. Tämä voi johtaa sähköiskuun, oikosulkuun tai tuotteen vahingoittumiseen.
- Älä käytä AC adapteria jos se on vioittunut tai jos se kiinnittyy istukkaan löyhästi. Tämä voi johtaa sähköiskuun tai oikosulkuun.

HUOMAUTUS:

- Älä tee päätelmiä tuotteen mittausarvojen perusteella äläkä aloita itsehoitoa.
- Mittaa verenpaineesi lääkärisi ohjeiden mukaan ja anna lääkärisi tehdä mittausarvoista diagnoosi.
- Ota lääkkeet lääkärisi ohjeiden mukaan.
- Älä käytä laitetta muuhun kuin verenpaineen mittaukseen. Tämä voi johtaa tapaturmaan tai tuotteen toimintahäiriöön.
- Älä muuntele tuotetta, pura sitä osiin tai yritä korjata sitä itse. Tämä saattaa johtaa tulipaloon tai tapaturmaan.

SÄILYTÄ NÄMÄ OHJEET

HUOMIOI:

- Jos laite ei toimi tai käyttäytyy epänormaalisti, lopeta käyttö välittömästi, irroita pistoke pistorasiasta ja vie laite tarkistettavaksi ja/tai huollettavaksi. Jos laite jätetään huoltamatta, siinä oleva vika voi johtaa tulipaloon, sähköiskuun tai palovammoihin.
- Varmista aina, että pistoke on kiinnitetty pistorasiaan kunnolla. Jos pistoke ei ole kunnolla kiinnitetty, se saattaa johtaa sähköiskuun tai oikosulkuun.
- Kun tuote ei ole käytössä, irroita AC adapteri tuotteesta ja pistorasiasta. AC adapterin irrottamatta jättäminen saattaa johtaa eristeiden huonontumiseen johtuen pölystä tai kosteudesta ja aiheuttaa vuotoja tai tulipalon.
- Irroitaessasi pistoketta pistorasiasta, vedä pistokkeesta, älä johdosta. Johdosta vetäminen voi johtaa sähköiskuun, oikosulkuun tai tulipaloon.
- Älä tee päätelmiä tuotteen mittausarvojen perusteella äläkä aloita itsehoitoa.
- Mittaa verenpaineesi lääkärisi ohjeiden mukaan ja anna lääkärisi tehdä mittausarvoista diagnoosi.
- Ota lääkkeet lääkärisi ohjeiden mukaan.
- Älä käytä laitetta muuhun kuin verenpaineen mittaukseen. Tämä voi johtaa tapaturmaan tai tuotteen toimintahäiriöön.
- Älä pistä neuloja AC adapteriin, tai anna pölyn/pirstaleiden/jätteiden kerääntyä AC adapterin päälle. Tämä voi johtaa sähköiskun, oikosulun tai tulipalon riskiin.
- Älä naarmuta, vahingoita, muuntele, taivuta väkisin, vedä tai väännä AC adapterin johtoa. Älä myöskään aseta painavia esineitä johdon päälle tai purista sitä. Älä kierrä johtoa laitteen tai AC adapterin ympärille. Nämä saattavat johtaa tulipaloon tai sähköiskuun.
- Älä astu AC adapterin päälle. AC adapterin päälle astuminen voi johtaa tapaturmaan.
- Älä käytä jännitteen muunninta. Jännitteen muuntimen käyttö voi johtaa tulipaloon tai sähköiskuun.

HUOMIOI VERENPAINEN MITTAUKSEN AIKANA

Seuraavissa tilanteissa ei saada luotettavia mittaustuloksia:

- Tunnin sisällä syömisestä tai alkoholin nauttimisesta.
- Heti kahvin tai teen juonnin tai tupakoinnin jälkeen.
- Heti urheilusuorituksen tai kylpemisen jälkeen.
 - Odota ainakin 20 minuuttia ennen verenpaineen mittausta rauhallisessa olotilassa.
- Liikkuvassa ajoneuvossa.
- Kylmissä paikoissa.
 - Verenpainemittaukset suoritettava 10°C – 40°C lämpötilassa.
- Jos sinulla on tarve virtsata.
 - Odota useita minutteja virtsaamisen jälkeen ennen kuin mitaat verenpaineen.

HUOLTO JA YLLÄPITO

- Älä käytä liikaa voimaa laitteen käyttöön.
 - Älä pudota laitetta. Tämä voi johtaa laitteen vahingoittumiseen.
- Laitteen käyttö televisioiden, mikroaaltouunien, röntgenlaitteiden tai muiden vahvojen sähkökenttien läheisyydessä voi heikentää tulosten luotettavuutta. Mittaa verenpaineesi riittävän välimatkan päässä kyseisistä laitteista, tai sammuta niistä virta.
- Jos laitetta on varastoitu alle 0°C-lämpötiloissa, älä käytä sitä heti. Jätä laite lämpöiseen paikkaan vähintään tunniksi.
 - Jos tuote ei lämpene kunnolla, mansetti ei välttämättä paineistu.
- Estä pölyn tai muiden roskien pääsy laitteeseen, koska nämä voivat johtaa laitteen toimimattomuuteen.
- Jos tuote likaantuu, puhdista se pehmeällä kostutetulla pyyhkeellä ja lämpöisellä saippuavedellä.
 - (Älä käytä alkoholia, bensiiniä tai ohentimia.)
 - Näiden käyttö voi aiheuttaa värvirheitä tai halkeamia laitteeseen.
- Älä säilytä tuotetta korkeissa lämpötiloissa, kosteissa tiloissa tai suorassa auringonvalossa, koska nämä voivat aiheuttaa toimintahäiriöitä laitteelle.
- Mansettia ei voi pestä.

KYSYMYKSIÄ JA VASTAUKSIA

K Miksi verenpainearvot kotona mitattuina ovat erilaisia kuin lääkärin mitaamat arvot?

V Verenpaine vaihtelee 24 tuntia vuorokaudessa. Lisäksi se voi muuttua suuresti riippuen säätilasta, henkisestä mielialasta, urheilusuorituksista. Tämän lisäksi mittaustulokseen ei vaikuta niin kutsuttu "valkotakkihypertensio", jolloin lääkärin vastaanotolla verenpainetta mitattaessa verenpaineesi saattaa olla korkeampi johtuen huolesta tai stressistä.

Lisäksi jos verenpaine kotona mitatessa on joskus korkeampi tai matalampi kuin lääkärin vastaanotolla mitatessa, tulee ottaa huomioon seuraavat asiat. Kiinnitä näihin asioihin huomiota mitatessasi verenpainetta.

(1) Mittausasentosi oli väärä

Nojasitko eteenpäin mitatessasi verenpaineesi?

(2) Mansetti ei ollut olkavarressa

Pidä kyynärpäsi kyynärpäätuessa mitatessasi verenpainettasi. (Katso s.6.)

(3) Oletko huolissasi tai ärtynyt?

Ennen verenpaineen mittausta hengitä syvään 2 tai 3 kertaa, rentoudu tasoittaaksesi verenpaineesi. Lisäksi on suositeltavaa, että istut rauhallisesti 4 tai 5 minuuttia ennen verenpaineen mittaamista.

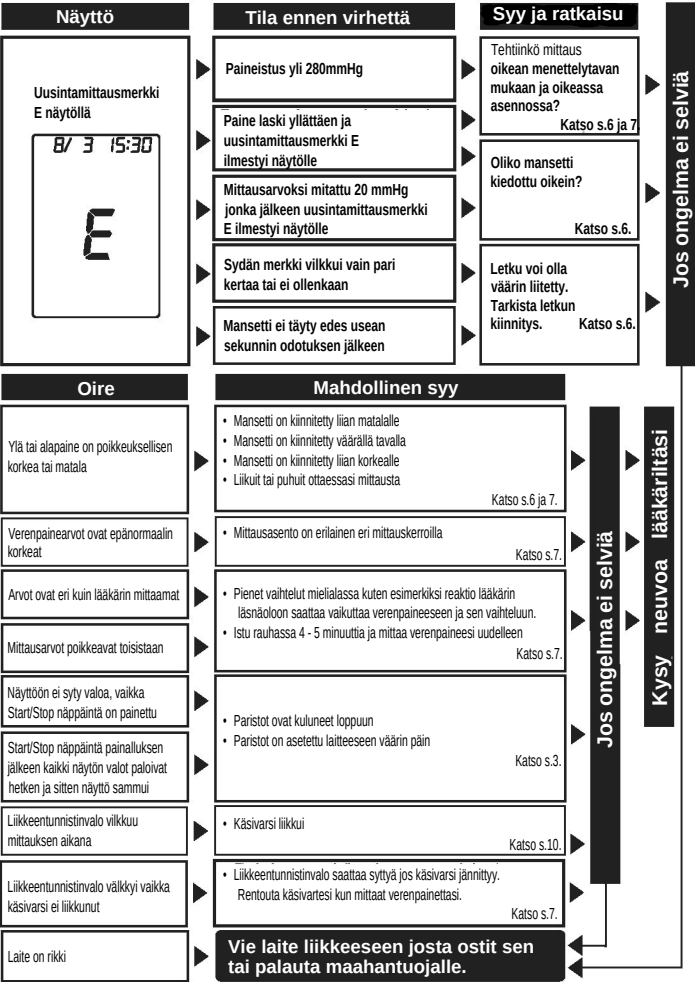
K Miksi mitaamani verenpainearvot eroavat toisistaan?

V (1) Verenpainearvot muuttuvat jopa joka päivä riippuen mittausasennosta. Tästä syystä, kun mitaat verenpainettasi, varmista että teet sen aina samoissa olosuhteissa.

- (2) Henkilöillä, jotka käyttävät verenpainelääkitystä, verenpaine voi muuttua suuresti riippuen lääkkeen vaikutuksesta.
- (3) Jos mittaat verenpaineesi kahdesti samalla kerralla, varmista että pidät mittausten välillä taukoa 4 tai 5 minuuttia.

- K** Miksi mittaustulokset eroavat vasemman ja oikean käden välillä?
- V** Sanotaan että verenpaineen arvojen erot vasemman ja oikean käden välillä ovat noin 10mmHg. Verenpainetta voi mitata joko oikeasta tai vasemmasta kädestä, mutta mittaukset tulee suorittaa joka kerta samasta kädestä.

VIANMÄÄRITYS



Tietoa käyttäjille sähkö- ja elektroniikkalaitteiden hävittämisestä (yksityiset kotitaloudet)



Tämä tunnus tuotteissa ja/tai tuotteen mukana toimitetuissa asiakirjoissa tarkoittaa, että käytettyjä sähkö- ja elektroniikkalaitteita ei saa sekoittaa tavallisiin talousjätteisiin.

Asianmukaista käsittelyä ja kierrätystä varten nämä tuotteet on vietävä erityisiin keräyspisteisiin, joissa ne oletaan vastaan maksutta. Joissakin maissa tuotteet voidaan palauttaa paikalliselle jälleenmyyjälle vastaavan uuden laitteen hankinnan yhteydessä. Tämän laitteen hävittäminen asianmukaisella tavalla auttaa säästämään luonnonvaroja ja estämään mahdollisia negatiivisia terveys- ja ympäristövaikutuksia, joita aiheutuu virheellisestä jätteiden käsittelystä. Kysy paikallisilta viranomaisilta tarkemmat tiedot lähimmän keräyspisteen sijainnista. Kansallisten lakien mukaan virheellisestä jätteiden hävittämisestä saattaa olla seurauksena rangaistus.

Liikekäyttö Euroopan Unionissa

Jos haluat hävittää sähkö- tai elektroniikkalaitteen, ota yhteys jälleenmyyjään tai maahantuojaan lisätietoja varten.

Tietoja hävittämisestä Euroopan Unionin ulkopuolissa maissa

Tämä tunnus on voimassa vain Euroopan Unionissa. Jos haluat hävittää tämän tuotteen, ota yhteys paikallisiin viranomaisiin tai jälleenmyyjään ja kysy tarkemmat tiedot hävitystavasta.