

АВТОМАТИЧНИЙ ВИМІРЮВАЧ АРТЕРІАЛЬНОГО ТИСКУ

модель

M1-3

INSTRUCTION BOOK

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ



Gamma
TECHNICS FOR HEALTH

Automatic Blood Pressure Monitor Gamma™ Model M1-3

INSTRUCTION BOOK

Thank you for choosing our Automatic Blood Pressure Monitor Gamma™ designed on the basis of the most advanced technologies. The device you are holding now is your reliable assistant. You can measure your blood pressure with this monitor as accurately and precisely as an experienced doctor or a skilled nurse would do it. We are sure that having appraised worthily the high quality and reliability of this device you will become a regular user of the products of Gamma Trade Mark.

Before starting to use this device please study the instruction book carefully. The instruction book offers all information you need to correctly measure your blood pressure and pulse.

Regular blood pressure control allows for reliable and easy health monitoring and for effective combating possible complications caused by blood pressure abnormalities.

ATTENTION

This blood pressure monitor is designed to carry out self-control over blood pressure but NOT to make self-diagnosis of hypertension/hypotension. Please DO NOT diagnose by yourselves basing on the measurement results obtained with the blood pressure monitor. Please DO NOT execute self-treatment of high/low blood pressure and DO NOT change the methods prescribed without consulting your doctor.

CONTENT

1. Features of Automatic Blood Pressure Monitor Gamma™ Model M1-3

- 1.1. Components of your blood pressure monitor kit
- 1.2. Description of the blood pressure monitor

2. Getting ready for measurement

- 2.1. Inserting the batteries
 - 2.1.1. Using an A/C power adapter
- 2.2. Cuff connection
- 2.3. Setting the time and date

3. Measurement Procedure

- 3.1. Fitting the cuff
- 3.2. Measuring procedure
- 3.3. Reading measurement results
- 3.4. Discontinuing a measurement
- 3.5. Irregular Heartbeat Detector

4. Memory function

5. Error Messages/Troubleshooting

6. Care and maintenance

7. Technical specifications

8. Warranty

9. Important information on blood pressure and its measurement

- 9.1. What is blood pressure?
- 9.2. Which values are normal?
- 9.3. What can be done to lower/maintain the level of blood pressure?

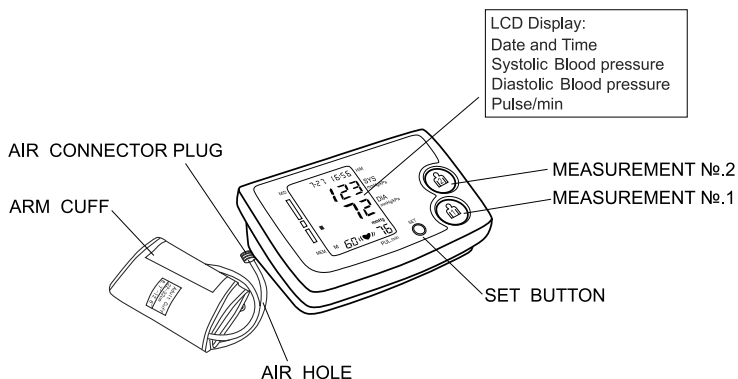
1. Features of Automatic Blood Pressure Monitor Model M1-3

1.1. Components of your blood pressure monitor kit

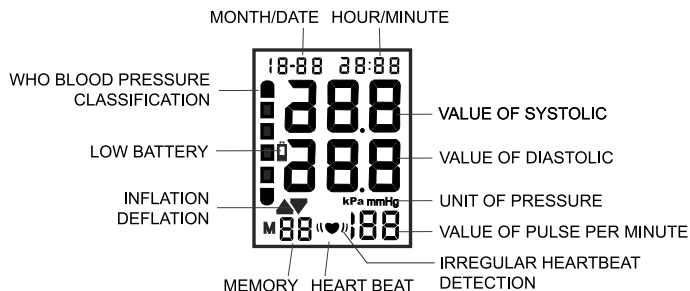
The blood pressure monitor kit includes Automatic Blood Pressure Monitor Model M1-3, the cuff, 4 batteries (AA), bag for storing of devices, Instruction Book, Warranty Card, kit box.

1.2. Description of the blood pressure monitor

Measuring unit Model M1-3



SYMBOLS ON DISPLAY



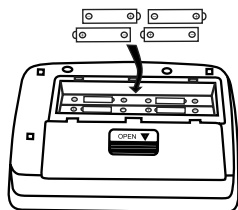
2. Getting ready for measurement

2.1. Insert or replace batteries

1. Remove the battery cover.
2. Insert new batteries into the battery compartment as shown, taking care that the polarities(+) and (-)are correct.
3. Close the battery cover. Use only Alkaline batteries (LR6, AA).

CAUTION

- Insert the batteries as shown in the battery compartment. If not, the device will not work.
- When  (LOW BATTERY mark) blinks in the display, replace all batteries with new ones. Do not mix old and new batteries. It may cause the device to malfunction.  (LOW BATTERY mark) does not appear when the batteries run out.



4X1.5V Batteries
(LR6 or AA)

- After the battery warning  appears, the device is blocked until the batteries have been replaced.
- Battery life varies with the ambient temperature and may be shorten at low temperatures.
- If the blood pressure monitor is not used for more then a week, remove the batteries from the device.
- The battery may leak and cause a malfunction of the device.
- Do not use rechargeable batteries.

Disposal and empty battery to the authorized collection party subject to the regulation of each individual territory

Use the specified batteries only. The batteries provided with the device are for testing monitor performance and may have a shorter life.

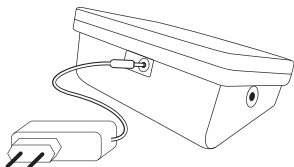
2.1.1. Using an A/C power adapter

It is possible to operate Automatic Blood Pressure Monitor Model M1-3 with an AC/DC adaptor.

1. Push the plug into the socket at the bottom part of the device. No power is taken from the batteries while the AC/DC adaptor is connected to the device.

2. Plug the AC adaptor into a 220/110 V power socket. The device is ready for measurement.

3. Test that power is available by pressing the START button.

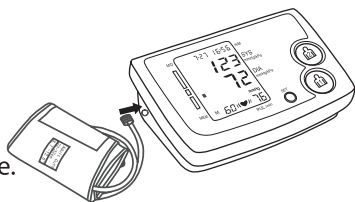


Note:

Please use only the AC adaptor supplied in the set. Any other adaptor being used, the service centre is not considered responsible for the warranty servicing/repair of the monitor. No power is taken from the batteries while the AC/DC adaptor is connected to the device. Please consult if you have questions relating to the AC/DC adaptor.

2.2. Cuff connection

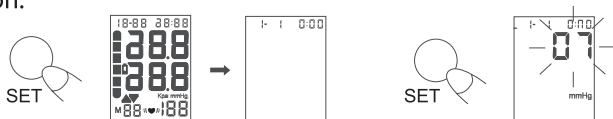
Insert the cuff tube into the opening provided on the side of the device as shown in the picture.



2.3. Setting the time and date

1. Under Power Off. Press "SET" button, automatically power off in 3 seconds.

2. Press and hold "SET" button until the year number displays and flashes on LCD to enter setting mode. And press "121" button to adjust the year. Confirm your selection by pressing «SET» button.



3. Following the same steps to chose year, month, day, hour, minutes, unit conversion (mmHg/kPa), press “” to change the value.



year



month



day



hour



minute



unit

ATTENTION

At installation of unit conversion be attentive. Choose units of measure mmHg.

3. Measurement Procedure

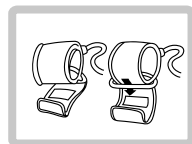
ATTENTION

- Find time (5-10 min.) to relax by sitting in a quiet atmosphere for some time before measurement.
- Efforts by the patient to support the arm can increase the blood pressure. Make sure you are in a comfortable, relaxed position and do not activate any muscles in the arm during measurement.
- Always measure on the same arm (normally left).
- Remove any garment that fits closely to your upper arm. Do not roll the sleeve since it can squeeze your hand and this can lead to false results.
- Use only clinically approved original cuff.
- If you want to follow the results of your blood pressure measurements, always perform measurements at the same time of day, since blood pressure changes during the course of day.
- Measurements should be done after a 5 minute rest to ensure accuracy.

3.1. Fitting the cuff

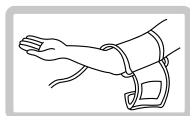
1. Pass the end of the cuff through the flat metal ring so that a loop is formed, and the velcro faces outwards.

2. Place the cuff over the left upper arm

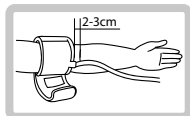


so that tube is closer to your lower arm.

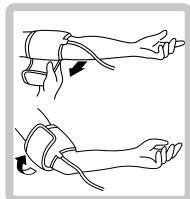
3. Lay the cuff on the arm so that the lower edge of the cuff lies approximately 2 to 3 cm above the elbow.



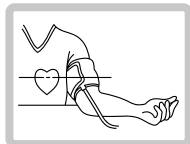
4. Tighten the cuff by pulling the end and close the cuff by affixing the velcro. There should be little free space between the arm and the cuff. Cuff that does not fit properly results in false measurement values. Clothing must not restrict the arm. Any piece of clothing which does must be removed.



5. Lay your arm on a table so the cuff is at the same height as your heart. If the upper arm artery lies considerably lower or higher than the heart, a false higher or lower blood pressure will be measured! A variation of 15 cm between cuff and heart level can result in a reading error of + or - 10mm Hg.



Make sure the tube is not kinked.



6. Remain seated quietly for two minutes before you begin the measurement.



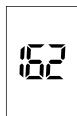
3.2. Measuring procedure

1. Press  or  button, the display shows "0", Inflation icon  flashes on display when it begins to inflate.

During the inflation, please do not move

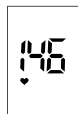
2. Automatic deflation after measurement, and display the blood pressure, heart rate, and blood pressure indicator

- Mistake, display "E", please refer the instruction about troubleshooting.



- When cuff remove during the measurement, please fix the cuff and test again.
- Stop the measurement in emergency, please press  or  power. Automatic deflation at the same time.

3. Power off. Press  or  ,to cut off the power.

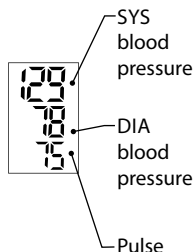
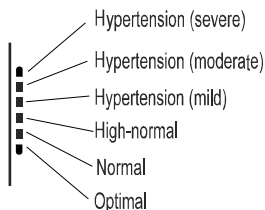


3.3. Reading measurement results

When the measurement has been concluded, the measured blood pressure and pulse values are now displayed.

The appearance of this symbol «♥» signifies that an irregular heartbeat was detected. This indicator is only a caution. It is important that you be relaxed, remain still and do not talk during measurements.

On the graphic indicator the element showing level of arterial pressure on a scale of World Health Organization is displayed

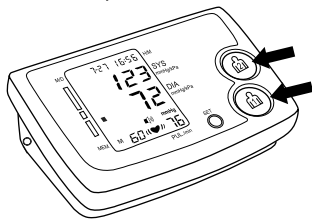


Note: We recommend contacting your physician if you see this indicator frequently.

To prolong the batteries' life the device switches off automatically if no button is pressed for 1 minute. Otherwise you can switch it off by pressing the  or  button.

3.4. Discontinuing a measurement

If it is necessary to interrupt a blood pressure measurement for any reason (e.g. the patient feels unwell), the  or  button can be pressed at any time. The device then immediately lowers the cuff pressure automatically.



3.5. Irregular Heartbeat Detector (IHD-technology)

This function indicates allorhythmic heartbeating. If the symbol of IHD «♥» appears on the display that means that certain abnormality in heart beat frequency was detected during the measurement. In this case, the result may deviate from your normal blood pressure – repeat the measurement. In most cases, this is no cause for concern. However, if the symbol «♥» appears on a regular basis (e.g. 3-5 times a week with measurements taken daily) we advise you to tell your doctor. Please show your doctor the following explanation:

Information for the doctor on frequent appearance of the Irregular Heartbeat Detector

This instrument is an oscillometric blood pressure monitor that also analyses pulse frequency during measurement. The instrument is clinically tested.

The symbol «♥» is displayed after the measurement, if pulse irregularities occur during measurement. If the symbol «♥» appears more frequently (e.g. several times per week on measurements performed daily) we recommend the patient to seek medical advice.

The instrument does not replace a cardiac examination, but serves to detect pulse irregularities at an early stage.

4. Memory function

1. Under power off. Hold  or  for 3 seconds, get into relative memory mode, it reads the average of latest 3 measurements, press "SET" to find more memory.



- After measurement, press "SET" to read the average of latest 3 measurements.

2. Press  or  to cut off the power.

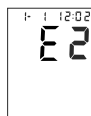
- If forget to turn it off. Automatically power off in one minute.
- More than 60 measurements, it will deletes the earliest one automatically
- The stored memory will not lose after replacing battery.

3. Delete memory (all the memory will be deleted). Showing memory, hold "SET" for 5 seconds, display "No" means all the memories have been deleted.



5. Error Messages/Troubleshooting

If an error occurs during a measurement, the measurement is discontinued and a corresponding error code is displayed (picture: error no. 2)



- Please consult your doctor, if this or any other problem occurs repeatedly

Other possible errors and their solutions

If problems occur when using the device, the following points should be checked:

ERROR DISPLAY	POSSIBLE CAUSE	HOW TO CORRECT
Nothing is displayed When you push the POWER button or battery icon  flash	No battery installation Battery worn out The polarities of batteries placed wrongly	Insert batteries Replace new batteries Insert new batteries in accordance to this instruction
E1 :can't normally Increase pressure	Check your cuff if any air leakage	Replace cuff with new one
E2 E4 : have shaking while measurement	Hand or body shaking while measurement	keeping static and correct gesture to measure again
E3 inflate pressure too high		Re-measurement or send back to Service Center for re-calibrate pressure
Battery icon  on	Battery low power	Replace battery and measure again

The systolic pressure Value or diastolic Pressure value too high	1. The arm cuff was held lower than your heart 2. The arm cuff was not attached properly 3. You moved your body or spoke during measurement	keeping correct position and gesture to measure again
The systolic pressure Value or diastolic Pressure value too low	1. The arm cuff was held higher than your heart 2. you moved your body or Spoke during measurement	keeping correct position and gesture to measure again

Note

Blood pressure is subject to fluctuations even in healthy people. Please remember that **comparable blood pressure measurements always require the same time and the same conditions! These are normally quiet conditions.**

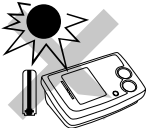
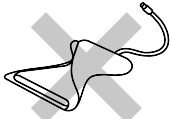
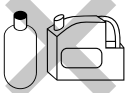
ATTENTION

Should any technical malfunctions arise in the blood pressure monitor, please contact the point of sale where you bought the device or your nearest Service Center listed in the warranty card.

Never attempt to repair the instrument yourself!

Any unauthorized opening of the instrument invalidates all warranty claims.

6. Care and maintenance

<p>Do not expose the device to either extreme temperatures, humidity, dust or direct sunlight. Store the device at least 2 m from sources of electromagnetic fields.</p>	
<p>Handle the cuff carefully and avoid all types of stress through twisting or buckling in order not to damage the sensitive air-tight bubble.</p>	
<p>Clean the device with a soft, dry cloth. Do not use gas, thinners or similar solvents. Spots on the cuff can be removed carefully with a damp cloth and soapsuds. Do not submerge the cuff in water!</p>	
<p>Handle the tube carefully. Keep the hose away from sharp edges.</p>	
<p>Do not drop and hit the monitor or treat it roughly in any way.</p>	
<p>Never open the monitor! Otherwise the manufacturer's calibration will be spoiled.</p>	

7. Technical specifications*

Measuring Method:	Oscillometric Measurement
Indication:	Digital LCD display
Measuring Range:	Pressure: (30-280) mmHg Pulse: (40-199) Beat/min
Accuracy:	Static Pressure: ± 3 mmHg Pulse: $\pm 5\%$
Memory:	60/60 Memories
Power supply:	4x1.5V Batteries(LR6 or AA)
Operating condition:	+5°C~+40°C. 30%RH~80%RH
Storage condition:	-20r~+55t:. 10%RH~93%RH
Dimensions:	Approx 156(W)X105(H)X65(D) mm
Weight:	Approx,450g, excluding batteries
Classification:	Type BF
Upper arm circumference:	(22-32) cm

*Specifications may be changed without notice in the event of improvement being made!

8. Warranty

Your Automatic Blood Pressure Monitor Model M1-3 is warranted for 3 years from date of purchase. The warranty doesn't cover the cuff.

Service life of the device is 10 years after date of purchase with following all operating instructions.

The warranty does not apply to damage caused by improper handling, accidents, not following the operating instructions or self-maintained alterations made to the device.

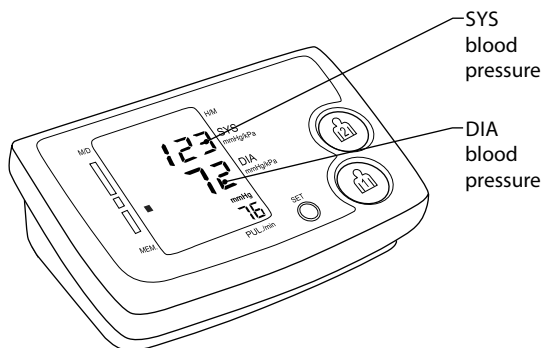
The warrantee is only valid upon presentation of the warrantee card which was correctly filled in and sealed.

9. Important information on blood pressure and its measurement

9.1. What is blood pressure?

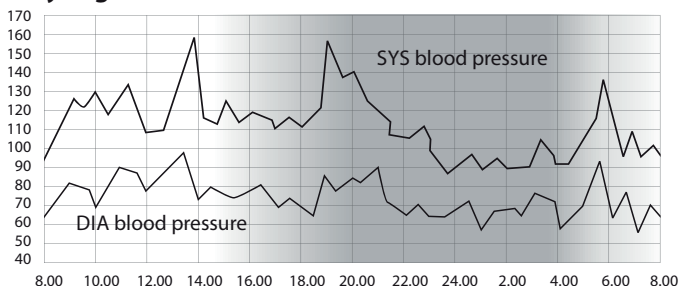
Blood pressure is the pressure that your blood extends to the vascular walls. Blood pressure is necessary to provide for constant blood flow inside the body. Thanks to it the cells get oxygen that provides for their normal functioning. The heart performs the function of a “pump”, sending blood to the blood vessels. Each heart beat creates a certain level of the blood pressure.

There are 2 kinds of blood pressure: a systolic (upper) one, which corresponds to the heartbeat pushing blood into the arteries; and a diastolic (lower) one, which means the blood pressure between two heartbeats.



Blood pressure is subject to fluctuations during the day even in healthy people. The fluctuations are influenced by a number of factors – time of day, person’s condition, physical or mental activity, environment, etc.

Day-Night Fluctuations of the Blood Pressure



An increase of blood pressure increases the burden onto the heart, affects blood vessels making their walls thick and less elastic. One of the features of the hypertension is its ability to remain unnoticed for the patient at its early stages. That's why the self-control of the blood pressure is so important. With the illness progressing, headaches and regular dizziness appear, the sight declines, the functioning of vitals (encephalon, heart, kidneys, blood vessels) breaks down. Without special treatment the complications of hypertension might be kidney damages, breast-pang, paralytic stroke, aphasia, dementia, heart attack and stroke.

9.2. Which values are normal?

The world standard as for the norms of the blood pressure is the Classification* of the World Health Organization (WHO):

Blood Pressure Category	Systolic Blood Pressure (mmHg)	Systolic Blood Pressure (mmHg)	Recommendation
blood pressure too low	< 100	< 60	Consult your doctor
blood pressure optimum	100 ... 120	60 ... 80	Self-check

blood pressure normal	120 ... 130	80 ... 85	Self-check
blood pressure slightly high	130 ... 140	85 ... 90	Consult your doctor
blood pressure too high	140 ... 160	90 ... 100	Seek medical advice
blood pressure far too high	160 ... 180	100 ... 110	Seek medical advice
blood pressure dangerously high	> 180	> 110	Urgently seek medical advice!

* printed with curtailments

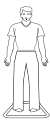
- The diagnosis of hypertension requires from the patient to combine medical treatment prescribed by the doctor and mode of life correction.
- People with normal pressure and high normal pressure are recommended to carry out self-control of their tension in order to timely take measures to decrease the blood pressure level down to the optimal one without using any medications.
- For people more than 50 years old high level of systolic blood pressure (higher than 140 mmHg) is more crucial than diastolic pressure.
- Even with blood pressure being normal, people run the bigger risk of hypertension development with advancing age.

ATTENTION

If you have normal results of blood pressure measured under calm conditions but your results are excessively high when measured under the conditions of physical or mental exhaustion, this might be a sign of so called brittle (that is unstable) hypertension. If you suspect that, please consult your doctor.

When measured correctly, if diastolic blood pressure is more than 120 mmHg, it is necessary to call the doctor immediately.

9.3. What can be done to lower/maintain the level of blood pressure?

Recommendation		How much the systolic blood pressure can be lowered
- Try to maintain the weight which is considered standard for your age. Decrease overweight if any!		5 – 20 mmHg with every 10 kilos of weight reduction
- Avoid salt overuse (it's recommended to use no more than 6 g per day)!		2 – 8 mmHg
- Avoid eating fat food! Introduce to your diet some food that is rich in dietary fiber (fruits, vegetables)		8 – 14 mmHg
- Refuse from smoking outright! - Use only limited amount of alcohol (beer – 350 g, or wine – 150 g, or vodka – 50 g)! - Restrain the usage of caffeine (coffee)!		2 – 4 mmHg

<p>- After medical examination please regularly go in for sports, with the following restrictions:</p> <ul style="list-style-type: none"> • go in for endurance exercises not strengthening exercises. • do not train till complete exhaustion. • if you have any chronic diseases and/or you are older than 40 please consult your doctor before you start going in for sports. <p>- Spend at least half an hour out in the open air every day.</p>		<p>4 – 9 mmHg</p>
---	---	-------------------

Автоматический измеритель артериального давления Gamma™ Модель M1-3

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Благодарим Вас за выбор нашего автоматического измерителя артериального давления Gamma™, созданного на основе самых передовых технологий. Прибор, который Вы держите в руках, является Вашим надежным помощником. С его помощью Вы измерите артериальное давление так же точно, как это сделал бы опытный врач или медсестра.

Мы уверены, что, по достоинству оценив качество и надежность этого прибора, Вы станете постоянным пользователем продукции торговой марки Gamma.

Перед тем как начать пользоваться данным прибором, внимательно прочитайте инструкцию. В ней Вы найдете всю информацию, необходимую Вам для правильного проведения измерения артериального давления и пульса.

Регулярный контроль артериального давления позволяет надежно и просто отслеживать состояние Вашего здоровья и эффективно бороться с возможными осложнениями, вызванными повышением или понижением артериального давления.

Внимание!

Данный измеритель артериального давления предназначен для осуществления самоконтроля артериального давления, а не для самодиагностики гипертонии/гипотонии. Ни в коем случае не ставьте диагноз самостоятельно на основе результатов, полученных с помощью измерителя артериального давления. Не занимайтесь самолечением артериального давления и не меняйте самостоятельно прописанные методы лечения, не проконсультировавшись предварительно с врачом.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Особенности автоматического измерителя артериального давления Gamma™ Модель M1-3

1.1. Комплектация

1.2. Внешний вид и описание прибора

2. Подготовка к измерению

2.1. Установка батареек

2.1.1. Подключение сетевого адаптера

2.2. Подключение манжеты

2.3. Установка времени/даты

3. Проведение измерения

3.1. Наложение манжеты

3.2. Процесс измерения

3.3. Чтение результатов измерения

3.4. Прерывание измерения

3.5. Функция выявления нарушений частоты сердечных сокращений (IHD)

4. Функция «Память»

5. Сообщения об ошибках

6. Хранение и уход

7. Технические характеристики

8. Гарантия

9. Что необходимо знать об артериальном давлении

9.1. Что такое артериальное давление

9.2. Нормы артериального давления

9.3. Коррекция образа жизни для снижения/поддержания уровня артериального давления

1. Особенности автоматического измерителя артериального давления Gamma™ Модель M1-3

1.1. Комплектация

В комплект входит автоматический измеритель артериального давления модели M1-3, манжета, 4 батарейки AA, сумка для хранения прибора, инструкция по эксплуатации, гарантийный талон, упаковка.

1.2. Внешний вид и описание прибора

На рисунке представлен автоматический измеритель артериального давления TM Gamma модели M1-3



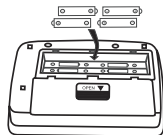
1.3. Символы на экране.



2. Подготовка к измерению

2.1. Установка и замена батареек.

1. Снимите защитную крышку отсека батареек.
2. Установите новые батарейки так, как показано на рисунке, обратите внимание на соответствие полюсов (+) и (-).
3. Закройте защитную крышку. Используйте только щелочные батарейки типа LR6, AA.



4X1.5V Батарей
(LR6 или AA)

Внимание!

- Установите батарейки, как показано на рисунке. Иначе прибор не будет работать.
- Когда на экране начнет мигать символ  (значок низкого заряда батарейки), замените все старые батарейки новыми. Не используйте вместе старые и новые батарейки. Это может стать причиной неисправности прибора.
-  (значок низкого заряда батарейки) не появляется, когда заряд батарейки полностью исчерпался.
- Срок работы батарейки зависит от внешних температур, при низких температурах срок работы уменьшается.
- Вытяните батарейки, если Вы не будете пользоваться аппаратом больше одной недели.
- Батарейки могут потечь, что станет причиной сбоя в работе прибора.
- Не используйте аккумуляторные батарейки.

Использованные батарейки должны быть утилизированы в авторизованных точках приема, согласно их региональному размещению.

Используйте только рекомендованные батарейки. Те батарейки, которые входят в комплект с прибором для тестирования монитора, могут иметь низкий заряд.

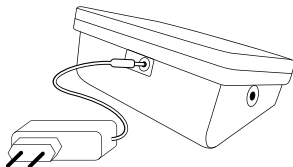
2.1.1. Подключение сетевого адаптера

В конструкции автоматического измерителя артериального давления модели М1-3 предусмотрена возможность подключения сетевого адаптера. Для подключения сетевого адаптера:

1. Подключите штекер адаптера к гнезду, расположенному в нижней части прибора. При этом питание прибора от батареек автоматически отключается.

2. Подключите адаптер к источнику питания 220/110 В. Прибор готов к работе.

3. Проверьте включение прибора нажатием на кнопку START (Вкл./Выкл.).

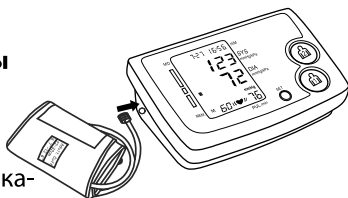


Примечание:

Используйте только адаптер, идущий в комплекте с данным прибором. При использовании любого другого адаптера сервисный центр снимает с себя обязательства по гарантийному обслуживанию прибора. Батарейки не расходуются, когда адаптер переменного тока подключен к прибору. Пожалуйста, обратитесь к торгующей организации либо в сервисный центр, если у Вас имеются вопросы относительно работы устройства от переменного тока.

2.2. Подключение манжеты

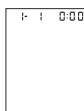
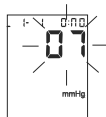
Вставьте трубку манжеты в предназначенный для этого разъем, расположенный с левой стороны прибора, как показано на рисунке.



2.3. Установка времени/даты

1. Выключите прибор. Прибор автоматически отключается через 3 секунды после нажатия кнопки «SET».

2. Нажмите и удерживайте кнопку «SET» пока на экране не начнет мигать «Год», затем, нажимая кнопку , выберите необходимое значение. Подтвердите свой выбор нажатием кнопки «SET».



3. Точно так же, введите значения месяца, дня, часа, минут, единиц измерения (мм рт. ст./кПа). Нажмите кнопку  для изменения значений.



Год



месяц



день



час



минута



единицы
измерения
давления

Внимание!

При установке единиц измерения давления будьте предельно внимательны! Выбирайте единицы измерения мм. рт.ст. (mmHg).

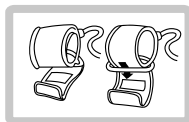
3. Проведение измерения

Внимание!

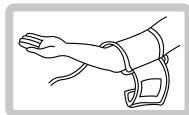
- Перед измерением желательно 5-10 минут посидеть в спокойном, расслабленном состоянии.
- Каждое напряжение пациента, например, упор на руку, может повысить артериальное давление. Уделите внимание тому, чтобы тело было приятно расслаблено, и не напрягайте во время измерения никакие мускулы на руке, на которой Вы проводите измерение.
- Измеряйте давление всегда на одной и той же руке (обычно левой).
- Освободите левую руку от одежды. Не закатывайте рукав на руке, на которой производится измерение, т.к. он сдавит ее, и это приведет к неточности при измерении.
- Используйте только клинически протестированную оригинальную манжету!
- Если вы хотите вести учет своего артериального давления, старайтесь проводить измерения в одно и то же время, поскольку артериальное давление меняется в зависимости от времени суток.
- Для того, чтобы измерения происходили корректно, повторное измерение следует выполнять лишь после 5-минутного перерыва.

3.1. Наложение манжеты

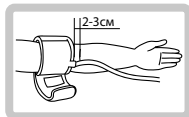
1. Проденьте конец манжеты через металлическое кольцо так, чтобы застежка-липучка находилась с внешней стороны.



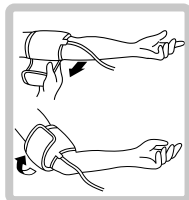
2. Проденьте руку в образовавшееся кольцо так, чтобы воздушная трубка выходила по направлению к Вашей ладони.



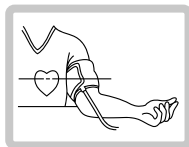
3. Расположите манжету на руке таким образом, чтобы ее край находился на расстоянии 2-3 см от локтевого сгиба руки.



4. Плотнo, но не туго, затяните манжету, потянув за свободный конец. Манжета должна плотно обтягивать руку. Свободно или криво одетая манжета может являться причиной неправильных показаний. Нельзя надевать манжету поверх плотной одежды.



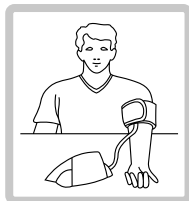
5. Положите руку на стол так, чтобы точка входа воздушной трубки в манжету располагалась над локтевой ямкой и находилась на уровне сердца.



Если эта точка находится выше уровня сердца на 15 см, прибор покажет значение верхнего давления примерно на 10 мм.рт.ст. ниже истинного значения Вашего давления и наоборот.

Следите за тем, чтобы шланг не перекручивался.

6. Спокойно посидите 2 минуты перед измерением.



3.2. Процесс измерения

1. Нажмите кнопку  или , на дисплее появится «0», значок  нагнетания начнет мигать, когда воздух начнет поступать в манжету.

* Во время нагнетания воздуха, пожалуйста, не двигайтесь.

2. Автоматический спуск воздуха будет произведен после измерения. На дисплее появится показатель артериального давления, пульса и единиц измерения

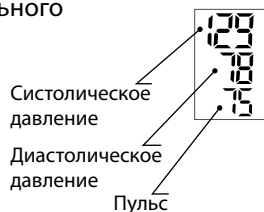
- Если на дисплее появится значок «E», значит, произошла ошибка, для ее ликвидации обратитесь к инструкции.
- Если во время измерения манжета сползла, пожалуйста, вновь зафиксируйте манжету и произведите измерение повторно.
- В случае экстренного происшествия, пожалуйста, нажмите кнопку  или  для выключения прибора и автоматического спуска воздуха.

3. Выключите прибор, нажав кнопку  или .

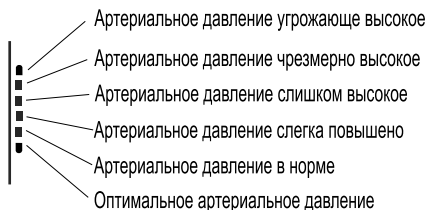


3.3. Чтение результатов измерения.

После окончания измерения на дисплее высвечиваются значения артериального давления и пульса.



На графическом индикаторе отображается элемент, показывающий уровень артериального давления по шкале Всемирной организации здравоохранения



Появление символа «♥» означает, что прибор распознал нарушение регулярности сердцебиения. Этот индикатор служит предупреждением. Не забывайте, что во время измерения важно сидеть расслабившись, спокойно и не разговаривая.

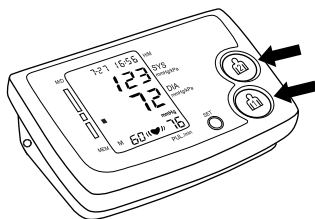
Примечание: Мы рекомендуем Вам обратиться к врачу, если такой символ появляется часто (3-5 раз в неделю при ежедневных измерениях).

Для экономии батареек прибор выключается автоматически после 1 минуты бездействия или нажатием на кнопку

 или  (Вкл./Выкл.).

3.4. Прерывание измерения

Если по какой-либо причине необходимо прервать измерение (например, из-за плохого самочувствия), нажмите кнопку  или  . Прибор выключится и выпустит воздух из манжеты.



3.5. Функция выявления нарушений частоты сердечных сокращений (IHD-технология)

Данная функция позволяет определить нерегулярное сердцебиение. Если на дисплее прибора появляется символ технологии IHD «♥», это означает, что во время измерения артериального давления прибор выявил какие-то нарушения частоты сердечных сокращений. Возможно, что в каком-то конкретном случае такой результат обусловлен изменением Вашего обычного артериального давления; просто повторите измерение еще раз в соответствии с требованиями инструкции. В большинстве случаев, поводов для беспокойства нет. Тем не менее, если символ «♥» появляется постоянно (3-5 раз в неделю при ежедневных измерениях), мы рекомендуем Вам сообщить об этом врачу. Пожалуйста, покажите своему врачу данное пояснение:

Информация для медиков относительно функции выявления нарушений частоты сердечных сокращений (IHD)

Данный прибор представляет собой осциллометрический измеритель артериального давления с функцией анализа частоты пульса одновременно с проведением измерения. Прибор клинически одобрен.

По окончании измерения на дисплее прибора появляется символ технологии IHD «♥», если во время измерения артериального давления прибор выявил какие-то нарушения частоты пульса. Если символ «♥» появляется достаточно часто (например, несколько раз в неделю при ежедневных измерениях), мы рекомендуем обратиться за медицинским обследованием.

Этот прибор ни в коем случае не заменяет кардиологическое обследование, тем не менее, он позволяет выявлять нарушения частоты сердечных сокращений на ранней стадии.

4. Функция «Память»

1. При выключенном приборе удерживайте кнопку  или  на протяжении 3 секунд, если хотите увидеть средний результат трех последних измерений. Для получения предыдущих результатов нажмите кнопку «SET».

- После измерения, нажмите кнопку «SET» для получения среднего значения трех последних измерений.

2. Нажмите кнопку  или  для выключения прибора.

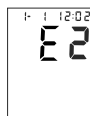
- Если Вы не выключите прибор, он выключится автоматически в течение 1 минуты.
- В памяти сохранится только 60 последних измерений, более ранние измерения автоматически стираются.
- После замены батарей информация обо всех измерениях сохранится в памяти.

3. Очистить память (вся информация будет стерта): если во время просмотра информации, сохраненной в памяти, нажать и удерживать кнопку «SET» в течение 5 секунд, значок «Lo» на дисплее будет означать, что все результаты измерений стерты.



5. Сообщения об ошибках

Если во время измерения возникла какая-либо ошибка, измерение прерывается, и на дисплее возникает соответствующий значок (на рисунке – ошибка 2).



*Пожалуйста, посоветуйтесь с врачом, если такие или другие проблемы возникают регулярно.

Иные возможные неисправности и их устранение

Если во время пользования прибором возникли неполадки, необходимо проверить следующие пункты и предпринять соответствующие меры:

Значок на дисплее	Возможные причины	Как исправить ошибку?
При нажатии кнопки «POWER» на экран ничего не выводится или мигает значок низкого заряда батареи 	Отсутствует батарея	Вставьте батарею
	Заряд батареи исчерпан	Замените батарею новыми
	Не соблюдена полярность размещения батареи	Вставьте батарею правильно (см. п. 2.1 инструкции)
E1: невозможно накачать воздух в манжету.	Проверьте манжету, нет ли в ней утечки воздуха	Замените манжету
E2 E4: движение во время измерения	Движение головой или туловищем во время измерения	Займите правильное положение и не двигайтесь во время повторного измерения
E3: слишком много воздуха в манжете		Повторите измерения или обратитесь в сервисный центр для повторной калибровки прибора

Появился индикатор батарей 	Низкий заряд батарей	Замените батарейки и повторите измерения
Показатель систолического или показатель диастолического давления слишком высокий	1. Во время измерения манжета находится ниже уровня сердца 2. Манжета одета неправильно 3. Вы двигались или разговаривали во время измерения	Займите правильное положение и не двигайтесь во время повторного измерения
Показатель систолического или показатель диастолического давления слишком низкий	1. Во время измерения манжета находилась выше уровня сердца 2. Вы двигались или разговаривали	Займите правильное положение и не двигайтесь во время повторного измерения

Примечание

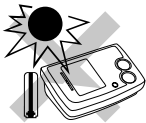
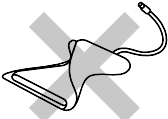
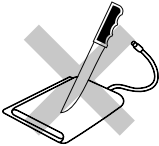
Уровень артериального давления имеет свойство колебаться в течение дня и у здоровых людей. Обратите внимание: **чтобы иметь возможность сравнивать результаты измерений, эти измерения должны производиться приблизительно в одно и то же время и в одинаковых условиях** (в состоянии покоя)!

Внимание!

Если в измерителе артериального давления возникли неполадки технического характера, обратитесь в торговую точку, где Вы приобрели прибор, или в ближайший сервисный центр, указанный в гарантийном талоне. **Ни в коем случае не пытайтесь самостоятельно ремонтировать прибор!**

В случае самостоятельного вскрытия прибора гарантия утрачивает силу.

6. Хранение и уход

<p>Храните измеритель артериального давления в сухом месте, защищенном от воздействия слишком высоких/низких температур (см. тех. характеристики), пыли и прямых солнечных лучей, а также на расстоянии не менее 2м от источников электромагнитных полей.</p>	
<p>Не перекручивайте и не заламывайте манжету, чтобы не повредить находящийся в ней чувствительный вкладыш.</p>	
<p>Для чистки измерителя используйте чистую мягкую тканевую салфетку. Не используйте бензин, растворитель и прочие подобные средства. Пятна на манжете осторожно удаляйте с помощью ткани, увлажненной мыльным раствором. Не стирайте манжету!</p>	
<p>Осторожно обращайтесь с соединительным воздушным шлангом. Оберегайте манжету и резиновые трубки от острых предметов.</p>	
<p>Не роняйте измеритель, не ударяйте по нему и не применяйте силу при его использовании.</p>	

Никогда не вскрывайте прибор! В противном случае нарушится заводская калибровка прибора.



7. Технические характеристики*

Модель	М1-3
Метод измерения	Осциллометрический метод
Индикатор	Цифровой жидкокристаллический дисплей
Диапазон измерений	Артериальное давление (30 - 280 мм рт. ст.) Пульс (40 - 199 ударов в минуту)
Точность измерения	Артериальное давление ± 3 мм рт. ст. пульс: ± 5 %
Память	60/60 значений
Источник питания	4x1,5V батареи (LR6 или AA)
Условия эксплуатации	Температура $+5 \sim +40$ °C. Относительная влажность 30%~80%
Условия хранения	Температура $-20 \sim +55$ °C Относительная влажность 10%~93%
Размеры	156 x 105 x 65 мм
Вес	450 г. (без батарей)
Классификация	Тип BF

Обхват плеча	(22~32) см
--------------	------------

* Технические характеристики могут изменяться без дополнительных сообщений в случае усовершенствования прибора.

8. Гарантия

На автоматический измеритель артериального давления модели М1-3 распространяется гарантия сроком 3 года со дня приобретения. Гарантия не распространяется на манжету. При соблюдении всех требований по эксплуатации и хранению срок службы прибора составляет 10 лет с момента приобретения.

Гарантия не распространяется на повреждения, возникшие в результате неправильного обращения, несчастных случаев, несоблюдения инструкции по эксплуатации или самостоятельных попыток вскрыть и/или отремонтировать прибор.

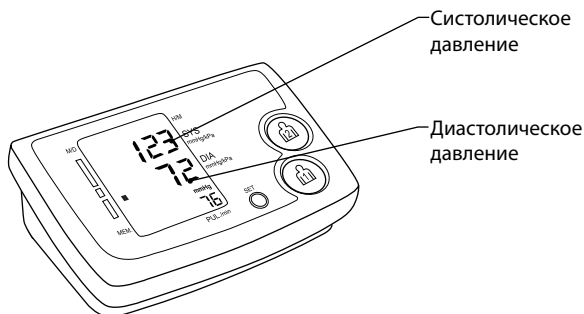
Гарантия действует только в случае предъявления в сервисный центр правильно заполненного гарантийного талона с печатью торговой организации.

9. Что необходимо знать об артериальном давлении

9.1. Что такое артериальное давление

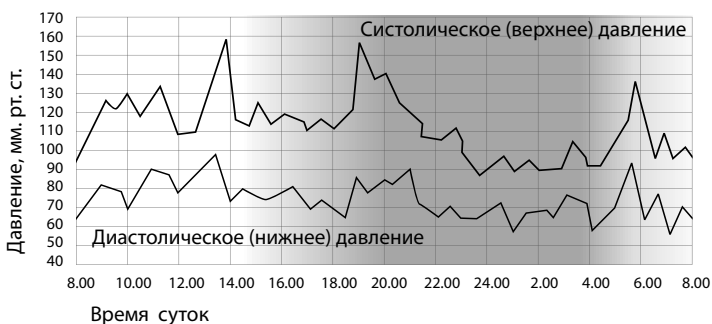
Артериальное давление – это давление крови на стенки артерий. Артериальное давление (АД) необходимо для обеспечения постоянной циркуляции крови в организме. Благодаря ему клетки организма получают кислород, который обеспечивает их нормальное функционирование. «Насосом», выталкивающим кровь в сосуды, выступает сердце. Каждый удар сердца обеспечивает определенный уровень АД.

Различают 2 вида АД: *систолическое* (верхнее) давление, которое соответствует сокращению сердца, при котором происходит выталкивание крови в артерии; и *диастолическое* (нижнее) давление, которое соответствует давлению крови между двумя сокращениями сердца.



На уровень артериального давления влияет целый ряд факторов: время суток, состояние человека, физическая или умственная деятельность, условия окружающей среды и т.д.

Суточный ритм артериального давления человека



Повышение артериального давления увеличивает нагрузку на сердце, влияет на кровеносные сосуды, делая их стенки толстыми и менее эластичными. Одной из характеристик гипертонии является то, что на начальном этапе она может протекать незаметно для самого больного. Именно поэтому самоконтроль АД играет такую важную роль. С прогрессированием болезни возникают головные боли, постоянные головокружения, ухудшается зрение, функционирование жизненно важных органов – головного мозга, сердца, почек, кровеносных

сосудов. При отсутствии соответствующей терапии возможны такие последствия повышенного артериального давления, как поражения почек, стенокардия, паралич, потеря речи, слабоумие, инфаркт миокарда и инсульт головного мозга.

9.2. Нормы артериального давления

Мировым стандартом в отношении норм артериального давления является Классификация* Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ):

Категория АД	Систолическое АД (мм рт. ст.)	Диастолическое АД (мм рт. ст.)	Рекомендации
артериальное давление слишком низкое	< 100	< 60	Обратитесь к врачу
оптимальное артериальное давление	100 ... 120	60 ... 80	Самостоятельный контроль
артериальное давление в норме	120 ... 130	80 ... 85	Самостоятельный контроль
артериальное давление слегка повышено	130 ... 140	85 ... 90	Обратитесь к врачу
артериальное давление слишком высокое	140 ... 160	90 ... 100	Обратитесь за медицинской помощью
артериальное давление чрезмерно высокое	160 ... 180	100 ... 110	Обратитесь за медицинской помощью
артериальное давление угрожающе высокое	> 180	> 110	Срочно обратитесь за медицинской помощью

* приведена с сокращениями

- При диагнозе ГИПЕРТОНИЯ необходимо совмещение медикаментозного лечения, назначенного врачом, и коррекции образа жизни.
- При высоком нормальном и нормальном АД рекоменду-

ется осуществление самоконтроля с тем, чтобы вовремя принять меры по снижению уровня АД до оптимального без применения лекарственных средств.

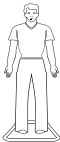
- В возрасте старше 50 лет высокое (больше 140 мм рт. ст.) систолическое давление играет более важную роль, чем диастолическое давление.
- Даже при нормальном АД, риск развития гипертензии увеличивается с возрастом.

Внимание!

Если измеренные в состоянии покоя показатели АД не являются необычными, однако в состоянии физического или душевного утомления вы наблюдаете чрезмерно повышенные результаты, то это может указывать на наличие так называемой лабильной (т. е. неустойчивой) гипертензии. Если у вас имеются подозрения на это явление, рекомендуем обратиться к врачу.

Если при правильном измерении артериального давления диастолическое давление составляет более 120 мм рт. ст., необходимо незамедлительно вызвать врача.

9.3. Коррекция образа жизни для снижения/поддержания уровня артериального давления

Рекомендация		На сколько можно снизить систолическое АД
- Старайтесь поддерживать нормальный вес, соответствующий вашему возрасту. Снижайте избыточный вес!		5 – 20 мм рт. ст на каждые 10 кг снижения веса
- Избегайте чрезмерного употребления соли (желательно не более 6 гр в день)!		2 – 8 мм рт. ст
- Избегайте употребления жирной пищи! Включите в диету пищу, насыщенную клетчаткой (овощи, фрукты)		8 – 14 мм рт. ст.
- Полностью откажитесь от курения! - Употребляйте алкоголь только в ограниченных количествах (пиво – 350 гр, или вино – 150 гр, или водка – 50 гр. в сутки)! - Ограничьте употребление кофеина (кофе) - один раз в день!		2 – 4 мм рт. ст.

<p>- После прохождения медицинского обследования регулярно занимайтесь спортом, но при этом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отдайте предпочтение нагрузкам на выносливость, а не силовым видам спорта. • не нагружайте себя до полного изнеможения • если у вас есть хронические заболевания и/или вам более 40 лет, пожалуйста, проконсультируйтесь с врачом перед тем, как начать заниматься спортом. <p>- Проводите на свежем воздухе не менее 30 минут в день</p>		<p>4 – 9 мм рт. ст.</p>
--	---	-----------------------------

Автоматичний вимірювач артеріального тиску Gamma™ Модель M1-3

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Дякуємо Вам за вибір нашого автоматичного вимірювача артеріального тиску Gamma™, створеного на основі передових технологій. Прилад, який Ви тримаєте в руках, є Вашим надійним помічником. З його допомогою Ви зможете виміряти артеріальний тиск так само точно, як це зробив би досвідчений лікар чи медсестра.

Ми впевнені, що належним чином оцінивши якість і надійність цього приладу, Ви станете постійним користувачем продукції торгової марки Gamma.

Перед тим як почати користуватися даним приладом, уважно прочитайте інструкцію. У ній Ви знайдете всю інформацію, необхідну Вам для правильного проведення вимірювання артеріального тиску і пульсу.

Регулярний контроль артеріального тиску дозволяє надійно і просто відслідковувати стан Вашого здоров'я й ефективно боротися з можливими ускладненнями, викликаними підвищенням чи зниженням артеріального тиску.

Увага!

Даний вимірювач артеріального тиску призначений для здійснення самоконтролю артеріального тиску, а не для самодіагностики гіпертонії/гіпотонії. Ні в якому разі не ставте діагноз самостійно на основі результатів, отриманих за допомогою вимірювача артеріального тиску. Не займайтеся самолікуванням артеріального тиску і не змінюйте самостійно призначені методи лікування, не проконсультувавшись попередньо з лікарем.

ЗМІСТ

1. Особливості автоматичного вимірювача артеріального тиску Gamma™ Модель M1-3

- 1.1. Комплектація
- 1.2. Зовнішній вигляд і опис приладу

2. Підготовка до вимірювання

- 2.1. Встановлення і заміна батарейок
 - 2.1.1. Підключення мережевого адаптера
- 2.2. Підключення манжети
- 2.3. Установка часу/дати

3. Проведення вимірювання

- 3.1. Накладення манжети
- 3.2. Процес вимірювання
- 3.3. Зчитування результатів вимірювання
- 3.4. Переривання вимірювання
- 3.5. Функція виявлення порушень частоти серцевих скорочень (IHD)

4. Функція “Пам’ять”

5. Повідомлення про помилки

6. Зберігання і догляд

7. Технічні характеристики

8. Гарантія

9. Що необхідно знати про артеріальний тиск

- 9.1. Що таке артеріальний тиск
- 9.2. Норми артеріального тиску
- 9.3. Корекція способу життя для зниження/підтримки рівня артеріального тиску

1. Особливості автоматичного вимірювача артеріального тиску Gamma™ Модель M1-3

1.1. Комплектація

У комплект входить автоматичний вимірювач артеріального тиску моделі M1-3, манжета, 4 батарейки AA, сумка для зберігання приладу, інструкція з експлуатації, гарантійний талон, упаковка.

1.2. Зовнішній вигляд і опис приладу

На малюнку представлений автоматичний вимірювач артеріального тиску TM Gamma моделі M1-3



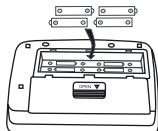
1.3. Символи на екрані



2. Підготовка до вимірювання

2.1 Установлення і заміна батарейок

1. Зніміть захисну кришку відсіку батарей.
2. Вставте нові батарейки так, як показано на малюнку, звернувши увагу на відповідність полюсів (+) та (-).
3. Закрийте захисну кришку. Використовуйте тільки лужні батарейки типу LR6, AA.



4X1.5V Батареї
(LR6 або AA)

Увага!

- Розмістіть батарейки, як показано на малюнку. Інакше прилад не працюватиме.
- Коли на екрані почне мерехтіти малюнок  (показник низького заряду батарейки), замініть всі старі батарейки новими. Не використовуйте разом старі та нові батарейки. Це може призвести до несправностей приладу.
-  (показник низького заряду батарейки) не з'явиться, коли заряд батареї повністю вичерпаний.
- Строк роботи батарейки залежить від зовнішніх температур, при низьких температурах строк роботи зменшується.
- Витягніть батарейки, якщо Ви не користуватиметесь приладом більше одного тижня.
- Батарейки можуть потекти, що спричинить збій у роботі приладу.
- Не використовуйте акумуляторні батарейки.

Використані батарейки повинні бути утилізовані в авторизованих точках прийому, відповідно до їх регіонального розташування.

Використовуйте тільки рекомендовані батарейки.

Ті батарейки, що йдуть в комплекті з приладом для тестування монітору, можуть мати низький заряд.

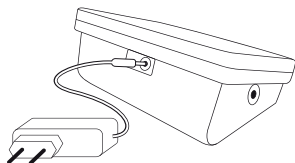
2.1.1. Підключення мережевого адаптера.

В конструкції автоматичного вимірювача артеріального тиску моделі M1-3 передбачена можливість підключення мережевого адаптера. Для підключення мережевого адаптера:

1. Підключіть штекер адаптера до гнізда, розташованого в нижній частині приладу. При цьому живлення приладу від батарейок автоматично відключається.

2. Підключіть адаптер до джерела живлення 220/110 В. Прилад готовий до роботи.

3. Перевірте включення приладу натисканням на кнопку START (Вмик./Вимк.).

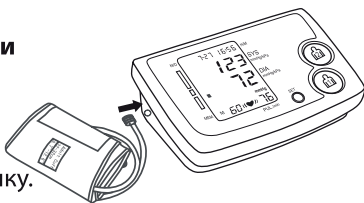


Примітка:

Використовуйте тільки адаптер з комплекту поставки даного приладу. При використанні будь-якого іншого адаптера сервісний центр знімає із себе зобов'язання по гарантійному обслуговуванню приладу. Батарейки не витрачаються, коли адаптер змінного струму підключений до приладу. Будь ласка, зверніться до торгової організації або в сервісний центр, якщо у Вас є питання щодо роботи пристрою від змінного струму.

2.2. Підключення манжети

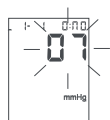
Встановіть трубку манжети в призначене для цього гніздо, розташоване з лівої сторони приладу, як показано на малюнку.



2.3. Установка часу/дати

1. Вимкніть прилад. Прилад автоматично вимкнеться через 3 секунди після натиснення кнопки «SET».

2. Натисніть та утримуйте кнопку «SET» поки на екрані не почне мерехтіти «Рік». Потім, натискаючи кнопку , виберіть необхідне значення. Підтвердіть свій вибір натисканням кнопки «SET».



3.Так само введіть значення місяця, дня, годин, хвилин, одиниць вимірювання (мм рт. ст./кПа).

Натисніть кнопку  для зміни значень.



Увага!

При виборі одиниць вимірювання тиску будьте дуже уважні. Обирайте одиниці виміру мм рт. ст. (mmHg).

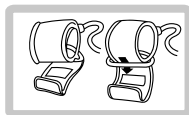
3. Проведення вимірювання

Увага!

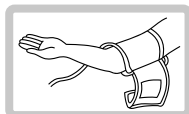
- Перед вимірюванням бажано 5-10 хвилин посидіти в спокійному, розслабленому стані.
- Кожне напруження пацієнта, наприклад, опір на руку, може підвищити артеріальний тиск. Приділіть увагу тому, щоб тіло було приємно розслаблене, і не напружуйте під час вимірювання ніякі мускули на руці, на якій Ви здійснюєте вимірювання.
- Вимірюйте тиск завжди на одній і тій самій руці (зазвичай лівій).
- Звільніть ліву руку від одягу. Не заковуйте рукав на руці, на якій проводиться вимірювання, тому що він здавить її, і це призведе до неточності при вимірюванні.
- Використовуйте тільки клінічно протестовану оригінальну манжету!
- Якщо ви хочете вести облік свого артеріального тиску, намагайтеся проводити вимірювання в один і той самий час, оскільки артеріальний тиск міняється в залежності від часу доби.
- Для того, щоб вимірювання відбувалися коректно, повторне вимірювання треба виконувати лише після 5-хвилинної перерви.

3.1. Накладення манжети

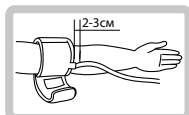
1. Просмикніть кінець манжети через металеве кільце так, щоб застібка-липучка знаходилася з зовнішньої сторони.



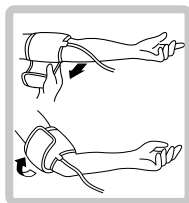
2. Просмикніть руку в кільце, що утворилося, так, щоб повітряна трубка виходила в напрямку до Вашої долоні.



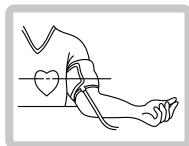
3. Розташуйте манжету на руці таким чином, щоб її край знаходився на відстані 2-3 см від ліктьового згину руки.



4. Щільно, але не туго, затягніть манжету, потягнувши за вільний кінець. Манжета повинна щільно обтягати руку. Вільно або криво одягнена манжета може бути причиною неправильних показань. Не можна надягати манжету поверх щільного одягу.



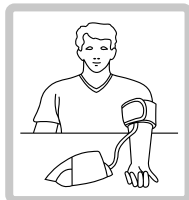
5. Покладіть руку на стіл так, щоб точка входу повітряної трубки в манжету розташовувалася над ліктьовою ямкою і знаходилася на рівні серця.



Якщо ця точка знаходиться вище рівня серця на 15 см, прилад покаже значення верхнього тиску приблизно на 10 мм.рт.ст. нижче справжнього значення Вашого тиску і навпаки.

Стежте за тим, щоб трубка не перекручувалася.

6. Спокійно посидьте 2 хвилини перед вимірюванням.



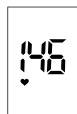
3.2. Процес вимірювання

1. Натисніть кнопку  або , на дисплеї з'явиться «0», значок накачування  почне мерехтити, коли почнеться накачування повітря.



* Під час накачування повітря, будь ласка, не рухайтесь.

2. Автоматичний спуск повітря буде здійснено після вимірювання. На дисплеї з'являться показники артеріального тиску, пульсу та одиниць вимірювання.

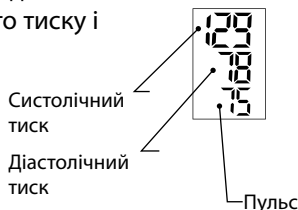


- Якщо на дисплеї з'явилася позначка «Е», то виникла помилка, для її ліквідації зверніться до інструкції.
- Якщо під час вимірювання манжета сповзла, будь-ласка, знову зафіксуйте манжету та виконайте вимірювання.
- У разі екстреного випадку, будь-ласка, натисніть кнопку  або  для вимкнення приладу та автоматичного спуску повітря.

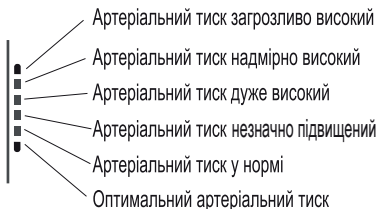
3. Вимкніть прилад, натиснувши кнопку  або .

3.3. Зчитування результатів вимірювання

Після закінчення вимірювання на дисплеї з'являються значення артеріального тиску і пульсу.



На графічному індикаторі відображається елемент, що визначає рівень артеріального тиску за шкалою Всесвітньої організації охорони здоров'я.



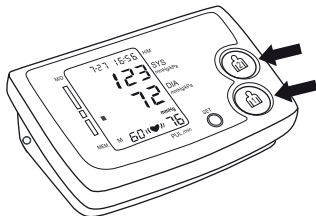
Поява символу «♥» означає, що прилад розпізнав порушення регулярності серцебиття. Цей індикатор служить попередженням. Не забувайте, що під час вимірювання важливо сидіти розслаблено, спокійно і не розмовляючи.

Примітка: Ми рекомендуємо Вам звернутися до лікаря, якщо такий символ з'являється часто (3-5 разів на тиждень при щоденних вимірюваннях).

Для економії батарейок прилад вимикається автоматично після 1 хвилини бездіяльності чи натисканням на кнопку  або  (Вмик./Вимк.).

3.4. Переривання вимірювання

Якщо з будь-якої причини необхідно перервати вимірювання (наприклад, через погане самопочуття), натисніть кнопку  або  Прилад вимкнеться і випустить повітря з манжети.



3.5. Функція виявлення порушень частоти серцевих скорочень (IHD-технологія)

Ця функція дозволяє визначити нерегулярне серцебиття. Якщо на дисплеї приладу з'являється символ технології IHD «♥», це означає, що під час вимірювання артеріального тиску прилад виявив якісь порушення частоти серцевих скорочень. Можливо, що в якомусь конкретному випадку такий результат обумовлений зміною Вашого звичайного артеріального тиску; просто повторіть вимірювання ще раз відповідно до вимог інструкції. У більшості випадків приводів для занепокоєння немає. Проте, якщо символ «♥» з'являється часто (наприклад, 3-5 разів на тиждень при щоденних вимірюваннях), ми рекомендуємо Вам сповістити про це лікаря. Будь ласка, покажіть своєму лікарю наступне пояснення:

Інформація для медиків щодо функції виявлення порушень частоти серцевих скорочень (IHD)

Даний прилад є осцилометричним вимірювачем артеріального тиску з функцією аналізу частоти пульсу одночасно з проведенням вимірювання. Прилад клінічно схвалений.

Після закінчення вимірювання на дисплеї приладу з'являється символ технології IHD «♥», якщо під час вимірювання артеріального тиску прилад виявив якісь порушення частоти пульсу. Якщо символ «♥» з'являється досить часто (наприклад, декілька разів на тиждень при щоденних вимірюваннях), ми рекомендуємо звернутися за медичним обстеженням.

Цей прилад ні в якому разі не замінює кардіологічного обстеження, проте, він дозволяє виявляти порушення частоти серцевих скорочень на ранній стадії.

4. Функція "Пам'ять"

1. При вимкненому приладі тримайте кнопку  або  протягом 3 секунд для того, щоб побачити середній результат трьох останніх вимірювань. Для отримання попередніх результатів натисніть кнопку «SET».



- Після вимірювань, натисніть кнопку «SET» для перевірки середнього значення трьох останніх вимірювань.

2. Натисніть кнопку  або  для вимкнення приладу.

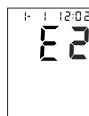
- Якщо Ви не вимкнете прилад, він вимкнеться автоматично протягом 1 хвилини бездіяльності.
- У пам'яті зберігається тільки 60 останніх вимірювань, більш ранні вимірювання автоматично стираються.
- Після заміни батареї інформація щодо всіх вимірювань зберігається в пам'яті.

3. Очистити пам'ять (всю інформацію буде стерто): якщо продивляючись інформацію в пам'яті, натиснути і тримати кнопку «SET» протягом 5 секунд, на дисплеї позначка «» буде означати, що всі результати вимірювань стерто.



5. Повідомлення про помилки

Якщо під час вимірювання виникла яка-небудь помилка, вимірювання переривається, і на дисплеї виникає відповідний значок (на малюнку - помилка 2).



*Будь ласка, порадьтеся з лікарем, якщо такі чи інші проблеми виникають регулярно.

Інші можливі несправності і їхнє усунення

Якщо під час користування приладом виникли неполадки, необхідно перевірити наступні пункти і вжити відповідних заходів:

Позначка на дисплеї	Можливі причини	Як виправити помилку?
При натисканні кнопки «POWER» нічого не виводиться на екран або мерехтить значок низького заряду батареї 	Немає батареї	Вставте батареї
	Заряд батареї вичерпано	Замініть батареї на нові
	Невідповідна полярність розташування батареї	Вставте батареї правильно (див. п. 2.1 цієї інструкції)
E1: неможливо накачати повітря в манжету.	Перевірте манжету, чи немає витоку повітря	Замініть манжету
E2 E4: рух під час вимірювання	Рух головою або тілом під час вимірювання	Займіть правильне положення та не рухайтеся під час повторного вимірювання
E3: занадто багато повітря в манжеті		Повторіть вимірювання або зверніться в сервісний центр для перекалібрування приладу

З'явився індикатор батареї 	Низький заряд батарей	Замініть батарейки та повторіть вимірювання
Показник систолічного або показник діастолічного тиску занадто високий	<p>1. Під час вимірювання манжета знаходилася нижче рівня серця</p> <p>2. Манжета одягнена неправильно</p> <p>3. Ви рухались або розмовляли під час вимірювання</p>	Займіть правильне положення і не рухайтесь під час повторного вимірювання.
Показник систолічного або показник діастолічного тиску занадто низький	<p>1. Під час вимірювання манжета знаходилася вище рівня серця</p> <p>2. Ви рухались або розмовляли під час вимірювання</p>	Займіть правильне положення і не рухайтесь під час повторного вимірювання.

Примітка

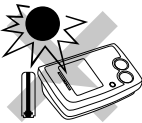
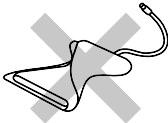
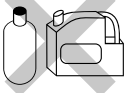
Рівень артеріального тиску має властивість коливатися протягом дня й у здорових людей. Зверніть увагу: **щоб мати можливість порівнювати результати вимірювань, ці вимірювання повинні відбуватися приблизно в той самий час і в однакових умовах** (у стані спокою)!

Увага!

Якщо у вимірювачі артеріального тиску виникли неполадки технічного характеру, зверніться в торгову точку, де Ви придбали прилад, чи в найближчий сервісний центр, що вказаний в гарантійному талоні. **Ні в якому разі не намагайтеся самостійно ремонтувати прилад!**

У випадку самостійного розкриття приладу гарантія втрачає силу.

6. Зберігання і догляд

<p>Зберігайте вимірювач артеріального тиску в сухому місці, захищеному від впливу занадто високих/низьких температур (дивіться тех. характеристики), пилу і прямих сонячних променів, а також на відстані не менше 2 м. від джерел електромагнітних полів</p>	
<p>Не перекручуйте і не заламуйте манжету, щоб не пошкодити чутливий вкладиш, що знаходиться в ній.</p>	
<p>Для чищення вимірювача використовуйте чисту м'яку тканинну серветку. Не використовуйте бензин, розчинник та інші подібні засоби. Плями на манжеті обережно видаляйте за допомогою тканини, зволоженої мильним розчином. Не періть манжету!</p>	
<p>Обережно поводьтеся зі сполучним повітряним шлангом. Обережно манжету і гумову трубку від гострих предметів.</p>	

Уникайте падіння вимірювача, не вдаряйте по ньому і не застосовуйте силу при його використанні.	
Ніколи не розкривайте прилад! У іншому випадку порушиться заводське калібрування приладу.	

7. Технічні характеристики*

Модель	M1-3
Метод вимірювання	Осцилометричний метод
Індикатор	Цифровий рідкокристалічний дисплей
Діапазон вимірювань	Артеріальний тиск (30 - 280 мм рт. ст.) Пульс (40 - 199 ударів за хвилину)
Точність вимірювання	Артеріальний тиск ± 3 мм рт. ст. пульс: ± 5 %
Пам'ять	60/60 значень
Джерело живлення	4x1,5V батареї (LR6 або AA)
Умови експлуатації	Температура $+5 \sim +40$ °C. Відносна вологість 30%~80%

Умови зберігання	Температура -20~+55 °C Відносна вологість 10%~93%
Розміри	156 x 105 x 65 мм
Вага	450 г. (без батарей)
Класифікація	Тип BF
Обхват передпліччя	(22~32) см

* Технічні характеристики можуть бути змінені без додаткових повідомлень у разі удосконалення приладу

8. Гарантія

На автоматичний вимірювач артеріального тиску модель M1-3 поширюється гарантія терміном 3 роки з дня придбання. Гарантія не поширюється на манжету. При дотриманні всіх вимог з експлуатації та зберігання строк служби приладу складає 10 років з дня придбання.

Гарантія не поширюється на пошкодження, що виникли в результаті неправильного поводження, нещасних випадків, недотримання інструкції з експлуатації чи самостійних спроб розкрити і/чи відремонтувати прилад.

Гарантія діє тільки у випадку пред'явлення в сервісний центр правильно заповненого гарантійного талона з печаткою торгової організації.

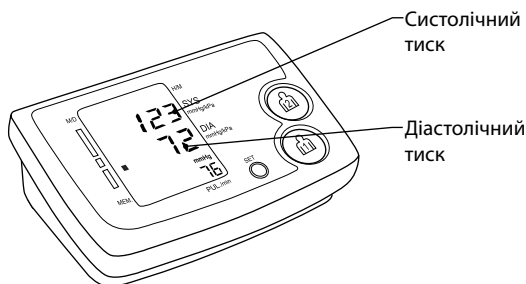
9. Що необхідно знати про артеріальний тиск

9.1. Що таке артеріальний тиск

Артеріальний тиск - це тиск крові на стінки артерій. Артеріальний тиск (АТ) необхідний для забезпечення постійної циркуляції крові в організмі. Завдяки йому клітини організму одержують кисень, що забезпечує їхнє нормальне функціонування. "Насосом", що виштовхує кров у судини, виступає серце. Кожен удар серця забезпечує визначений рівень АТ.

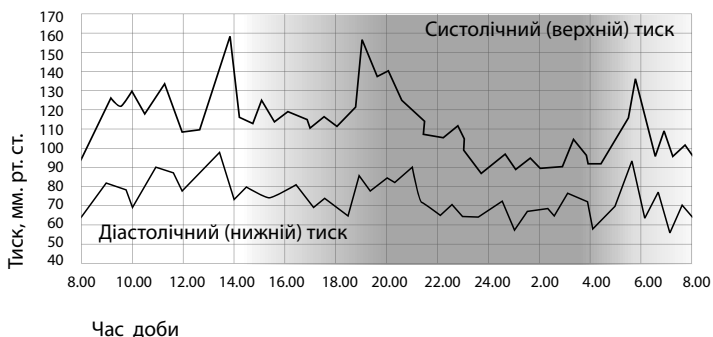
Розрізняють 2 види АТ: систолічний (верхній) тиск, що відповідає скороченню серця, при якому відбувається виш-

товхування крові в артерії; та діастолічний (нижній) тиск, що відповідає тиску крові між двома скороченнями серця.



Рівень артеріального тиску має властивість коливатися протягом дня навіть у здорових людей. На ці зміни впливає цілий ряд факторів: час доби, стан людини, фізична чи розумова діяльність, умови навколишнього середовища і т.д.

Добовий ритм артеріального тиску людини



Підвищення артеріального тиску збільшує навантаження на серце, впливає на кровonosні судини, роблячи їхні стінки товстими і менш еластичними. Однією з характеристик гіпертонії є те, що на початковому етапі вона може протікати непомітно для самого хворого. Саме тому самоконтроль АТ

грає таку важливу роль. З прогресуванням хвороби виникають головні болі, постійні запаморочення, погіршується зір, функціонування життєво важливих органів - головного мозку, серця, нирок, кровоносних судин. При відсутності відповідної терапії можливі такі наслідки підвищеного артеріального тиску, як ураження нирок, стенокардія, параліч, утрата мови, слабоумство, інфаркт міокарда й інсульт головного мозку.

9.2. Норми артеріального тиску

Світовим стандартом у відношенні норм артеріального тиску є Класифікація* Всесвітньої Організації Охорони здоров'я:

Категорія АТ	Систолічний АТ (у мм рт. ст.)	Діастолічний АД (у мм рт. ст.)	Рекомендація
артеріальний тиск дуже низький	< 100	< 60	Зверніться до лікаря
оптимальний артеріальний тиск	100 ... 120	60 ... 80	Самостійний контроль
артеріальний тиск у нормі	120 ... 130	80 ... 85	Самостійний контроль
артеріальний тиск злегка підвищений	130 ... 140	85 ... 90	Зверніться до лікаря
артеріальний тиск дуже високий	140 ... 160	90 ... 100	Зверніться по медичну допомогу
артеріальний тиск надмірно високий	160 ... 180	100 ... 110	Зверніться по медичну допомогу
артеріальний тиск загрозливо високий	> 180	> 110	Негайно зверніться по медичну допомогу

* приведена зі скороченнями

- При діагнозі ГІПЕРТОНІЯ необхідно поєднання медикаментозного лікування, призначеного лікарем, і корекції способу життя.
- При високому нормальному і нормальному АТ

рекомендується здійснення самоконтролю для того, щоб вчасно вжити заходів по зниженню рівня АТ до оптимального без застосування лікарських засобів.

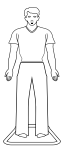
- У віці старше 50 років високий (більше 140 мм рт. ст.) систолічний тиск грає більш важливу роль, ніж діастолічний тиск.
- Навіть при нормальному АТ, ризик розвитку гіпертонії збільшується з віком.

Увага!

Якщо виміряні в стані спокою показники АТ не є незвичайними, однак у стані фізичного чи душевного стомлення ви спостерігаєте надмірно підвищені результати, то це може вказувати на наявність так званої лабільної (тобто нестійкої) гіпертонії. Якщо у Вас є підозри на це явище, рекомендуємо звернутися до лікаря.

Якщо при правильному вимірюванні артеріального тиску діастолічний тиск складає більш 120 мм рт. ст., необхідно негайно викликати лікаря.

9.3. Корекція способу життя для зниження/підтримки рівня артеріального тиску

Рекомендація		На скільки можна знизити систолічний АТ
- Намагайтеся підтримувати нормальну вагу, що відповідає вашому віку. Знижуйте надлишкову вагу!		5 - 20 мм рт. ст на кожні 10 кг зниження ваги

<p>- Уникайте надмірного вживання солі (бажано не більш 6 гр у день)</p>		<p>2 – 8 мм рт. ст</p>
<p>- Уникайте вживання жирної їжі! Включіть в дієту їжу, насичену клітковиною (овочі, фрукти)</p>		<p>8 – 14 мм рт. ст.</p>
<p>- Цілковито відмовтеся від паління!</p> <p>- Вживайте алкоголь тільки в обмежених кількостях (пиво - 350 гр, чи вино - 150 гр, чи горілка - 50 гр за добу)!</p> <p>- Обмежте вживання кофеїну (кави) - один раз на день!</p>		<p>2 – 4 мм рт. ст.</p>
<p>- Після проходження медичного обстеження регулярно займайтеся спортом, але при цьому:</p> <ul style="list-style-type: none"> • віддайте перевагу навантаженням на витривалість, а не силовим видам спорту. • не навантажуйте себе до повної знемоги • якщо у вас є хронічні захворювання і/чи вам більш 40 років, будь ласка, проконсультуйтеся з лікарем перед тим, як розпочати займатися спортом. • Проводьте на свіжому повітрі не менш 30 хвилин у день 		<p>4 – 9 мм рт. ст.</p>

