

07/2009



EU Representative: Lotus Global Co., Ltd
47 Spenlow House, Bermondsey London
SE16 4SJ, UK

Imported by: LUTTER & PARTNER GMBH
Schleissheimer Strasse 93 a, 85748 Garching bei München, GERMANY

Hersteller: Andon Health Co. Ltd
No. 31, Changjiang Road, Tianjin, China

Orig. mod. no. KD-7901
Ursprungsland: China

Ausgabe 04/2009

salva  tec

Art. AT 10489

Deutsch

Handgelenk-Blutdruckmessgerät (Batterie)



Bedienungsanleitung und Garantie

Inhaltsverzeichnis

Bestimmungsgemäße Verwendung	1
1. Kurzanleitung	2
2. Sicherheitshinweise	4
3. Wissenswertes über den Blutdruck	7
4. Das Messverfahren	10
5. Gerätebeschreibung	11
6. Vorbereiten des Gerätes zur Messung	13
a) Batterien einlegen/austauschen	
b) Datum und Uhrzeit einstellen	
c) Druckmanschette anlegen	
d) Wichtige Hinweise vor der Blutdruckmessung	
e) Richtige Haltung bei der Messung	
7. Messungen durchführen	23
a) Gerät einschalten	
b) Automatisches Aufpumpen und Messen	
c) Automatisches Ausschalten	
d) Speichern und Abrufen der Messwerte – Memory-Abfrage	
e) Löschen des Speichers	

Firma und Sitz des Verkäufers:

HOFER KG,
A-4642 Sattledt, Hofer-Straße 2

Serviceadresse: **Österreich:**

Leopold Kober Ges.m.b.H.
A-9020 Klagenfurt, Rosentaler Str. 207

Hotline: **Österreich:** Tel. 0043-463-282733-0

E-Mail: **Österreich:** office@kober.at

Importeurbezeichnung:

LUTTER & PARTNER GmbH
85748 Garching bei München
Schleissheimer Strasse 93 a, DEUTSCHLAND

Produktbezeichnung:

Handgelenk-Blutdruckmessgerät

Produkt-/Herstellerkennzeichnungsnummer:

Art. 8324902

Artikelnummer: AT 10489

Aktionszeitraum: 07/2009

Ursprungsland: China

GARANTIEKARTE

Name des Käufers: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Tel./E-mail: _____

Unterschrift

38

8. Fehlerbehebung	29
9. Technische Spezifikationen	30
10. Reinigung und Aufbewahrung	32
11. Kalibrierung	32
12. Entsorgung und Umweltschutz	33
13. Konformität	34
Garantiekarte	36
Importeurbezeichnung	39
Ursprungsland	39

Liebe Kundin, lieber Kunde,

wir bedanken uns, dass Sie sich für dieses Blutdruckmessgerät entschieden haben und wünschen Ihnen damit viel Freude.

Es ermöglicht Ihnen, jederzeit und überall eine genaue, schnelle und unkomplizierte Messung Ihres Blutdruckes direkt am Handgelenk vorzunehmen.

Bei der Anwendung des Gerätes sind jedoch einige Voraussetzungen zu beachten, um genaue, verwertbare Messergebnisse zu erhalten. Detaillierte Erläuterungen hierzu finden Sie nachfolgend.

Diese Anleitung wird Sie mit der Funktionsweise des Gerätes vertraut machen und Ihnen die Bedienung erleichtern.

Lesen Sie die Anleitung deshalb aufmerksam durch und beachten Sie auch die darin enthaltenen Sicherheitshinweise, um Unfälle und Beschädigungen zu vermeiden. Bewahren Sie die Anleitung zum späteren Nachlesen sorgfältig auf.

Bei Weitergabe des Blutdruckmessgerätes bitten Sie auch diese Anleitung mitgeben.

Die Garanzzeit kann nur verlängert werden, wenn dies eine gesetzliche Norm vorsieht. In den Ländern, in denen eine (zwingende) Garantie und/oder eine Ersatzteillagerhaltung und/oder eine Schadenersatzregelung gesetzlich vorgeschrieben sind, gelten die gesetzlich vorgeschriebenen Mindestbedingungen. Nach Ablauf der Garanzzeit haben Sie ebenfalls die Möglichkeit, das defekte Gerät zwecks Reparatur an die Servicestelle zu senden. Nach Ablauf der Garanzzeit anfallende Reparaturen sind kostenpflichtig.

Fehlerbeschreibung:

GARANTIEKARTE

Die Garantiezeit beträgt 3 Jahre und beginnt am Tag des Kaufs bzw. am Tag der Übergabe der Ware.

Für die Geltendmachung von Garantieansprüchen sind die Vorlage des Kassabons sowie die Ausfüllung der Garantiekarte dringend erforderlich. Bitte bewahren Sie den Kassabon und die Garantiekarte daher auf!

Der Hersteller garantiert die kostenfreie Behebung von Mängeln, die auf Material- oder Fabrikationsfehler zurückzuführen sind, nach Wahl des Herstellers durch Reparatur, Umtausch oder Geldrückgabe. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Schäden, die durch einen Unfall, durch ein unvorhergesehenes Ereignis (z. B. Blitz, Wasser, Feuer etc.), unsachgemäße Benützung oder Transport, Missachtung der Sicherheits- und Wartungsvorschriften oder durch sonstige unsachgemäße Bearbeitung oder Veränderung verursacht wurden. Die gesetzliche Gewährleistungspflicht des Übergebers wird durch diese Garantie nicht eingeschränkt.

Bestimmungsgemäße Verwendung

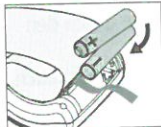
Das Gerät ist zur Blutdruckmessung an erwachsenen Personen vorgesehen.

Es ersetzt keineswegs die Untersuchungen durch den Arzt.

Das Gerät ist ausschließlich für den privaten Gebrauch bestimmt.

1. Kurzanleitung

A) Einsetzen der Batterien

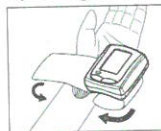


Setzen Sie die Batterien gem. A1 b. in das Batteriefach ein.

Batterie-Typ:
2 Alkaline LR03 1,5 V (AAA)

Siehe Absatz 6 a

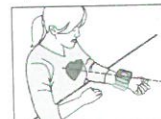
B) Anlegen der Manschette



Anlegen der Manschette an das linke Handgelenk

Siehe Absatz 6 c

C) Messposition einnehmen



Heben Sie das Handgelenk in die Höhe des Herzens.

Verwenden Sie dazu ggf. die Aufbewahrungsbox als Unterlage für die Hand.

Siehe Absatz 6 e

HINWEIS ZUR GARANTIE:

Bitte beachten Sie, dass die Garantie bei missbräuchlicher oder unsachgemäßer Behandlung, bei Nichtbeachtung der für das Gerät geltenden Sicherheitsvorkehrungen, bei Gewaltanwendung oder bei Eingriffen, die nicht von der von uns autorisierten Service-Adresse vorgenommen wurden, erlischt.

Von der Garantie ausgenommen sind außerdem Bauteile, welche einem gebrauchsbedingten Verschleiß/Verbrauch unterliegen.

13. Konformität

Die Ergebnisse der Blutdruckmessung mit diesem Gerät entsprechen innerhalb der von der amerikanischen Norm American National Standard for Electronic or Automated Sphygmomanometers (ANSI/AAMI SP10-1992) vorgegebenen Grenzen denen, die ein geschulter Anwender bei der Auskultation mit Manschette/Stethoskop erhält.

Das Gerät ist ein Anwendungsteil des Typs B.



In Übereinstimmung mit den Europäischen Richtlinien:
93/42/EEC Richtlinie für medizinische Geräte
2004/108/EC EMV-Richtlinie

wurde auf dem Produkt das
CE-Zeichen angebracht.



Die dazugehörige Konformitätserklärung ist beim
EU-Representative hinterlegt.

D) Start-Taste drücken



Ruhig verhalten während der Messung

Siehe Absatz 7 a

E) Ablesen der Messwerte



Nach erfolgter Messung wird der Manschet-
tendruck komplett abgelassen und es ertönen
3 Piepstöne. Lesen Sie nun Ihre Blutdruck-
werte und die Pulsrate ab.

Siehe Absatz 7 b

F) Automatisches Speichern



Wenn die Messung erfolgt ist und der Mess-
wert gespeichert wurde, blinkt das Symbol **M**

Siehe Absatz 7 d

2. Sicherheitshinweise

Es werden folgende Signalworte und Symbole verwendet:

Achtung!



Folgende Sicherheitshinweise sind unbedingt zu beachten.



Hier gibt es besondere Informationen zum Gebrauch des Gerätes.

Wartung und Reparatur so überprüfen zu lassen, dass mindestens die Anforderungen gemäß 7.1.1 der EN 1060-1:1995 und 7.4.1 der EN 1060-3:1997 eingehalten werden.

Das Gerät darf jedoch nur vom Kundendienst geöffnet werden.

12. Entsorgung und Umweltschutz



Es ist gesetzlich verboten, Batterien in den Müll zu werfen. Bitte entsorgen Sie die Batterien über das Rücknahmesystem oder einen dafür vorgesehenen Sammelbehälter im Handel.

Geben Sie das Gerät am Ende seiner Lebensdauer nicht in den Müllcontainer. Erkundigen Sie sich in Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung nach Möglichkeiten einer umwelt- und sachgerechten Entsorgung als Elektroschrott.



10. Reinigung und Aufbewahrung

1. Gerät und Manschette dürfen nur mit einem feuchten Tuch abgewischt werden.
Die Manschette darf nicht gewaschen oder chemisch gereinigt werden.
2. Lagern Sie das Gerät nicht an einem Ort, an dem es direkter Sonneneinstrahlung, Staub oder starker Feuchte ausgesetzt ist.
3. Bewahren Sie das Gerät und die Batterien unzugänglich für Kinder auf.
4. Entnehmen Sie die Batterien, wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen.

11. Kalibrierung

Das Gerät wurde vor Auslieferung kalibriert. Eine turnusmäßige Nachkalibrierung ist nicht erforderlich.
Es wird empfohlen, das Gerät alle zwei Jahre, sowie nach




- Beachten Sie die Anweisungen dieser Anleitung, um genaue Messergebnisse zu erhalten.
- Schalten Sie den Blutdruckmesser erst ein, wenn die Manschette korrekt am Handgelenk befestigt ist. Das Gerät ist nicht geeignet, den Blutdruck von Kindern zu messen.
- Das Gerät ersetzt keinesfalls die Untersuchungen durch den Arzt. Ziehen Sie ihn immer zu Rate, falls die Messergebnisse außerhalb des gewohnten Bereiches liegen.
- Bei Diabetikern, Menschen mit Herzschrittmachern, bei Herzrhythmusstörungen, Arteriosklerose, sowie nach Medikamenteneinnahme sind abweichende Blutdruckwerte gegenüber gesunden Patienten durchaus möglich. Befragen Sie jedoch dazu unbedingt ihren Arzt.
- Lagern Sie den Blutdruckmesser nicht an einem Ort, an dem er direkter Sonneneinstrahlung, Staub oder Nässe ausgesetzt ist. Bewahren Sie das Gerät und die Batterien unzugänglich für Kinder auf.

- Lassen Sie das Gerät nicht fallen. Schützen Sie es vor plötzlichen Stößen und Erschütterungen.
- Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser.
- Entnehmen Sie die Batterien, wenn Sie den Blutdruckmesser längere Zeit nicht benutzen.
- Das Gerät ist ausschließlich für den privaten Gebrauch vorgesehen. Es unterliegt daher nicht der Eichpflicht.
- Reinigen Sie das Gerät nicht mit lösungsmittelhaltigen Flüssigkeiten. Druckmanschette nicht waschen.
- **Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhalten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.**

Speicher	2mal 60 Messungen
Automatische Abschaltung	Automatische Abschaltung nach 1 bzw. 2 Minuten Nichtgebrauch zur Schonung der Batterien
Automatischer Druckneuaufbau	Automatischer Druckneuaufbau bei unzureichendem Manschettendruck
Betriebsumgebung	+5° bis +40°C, < 85% rF
Lagerumgebung	-20° bis +55°C, < 95% rF
Gerätemaße	86 mm (B) x 68 mm (H) x 32 mm (T)
Handgelenksumfang	ca. 135–195 mm
Zubehör	Aufbewahrungsbox, Bedienungsanleitung, 2 Batterien LR03 (AAA) 1,5 V Alkaline

9. Technische Spezifikationen

Bezeichnung und Modellnummer	Vollautomatisches Handgelenk-Blutdruckmessgerät Health Control Comfort, Modell 8324902
Klassifikation	Ausführung gemäß Typ B 
Anzeigesystem	Digitales LCD-Anzeigesystem SYS, DIA, PULSE, Zeit, Datum, Memory
Messverfahren	Oszillometrisches Verfahren
Stromversorgung	LR03 (AAA) 2 x 1,5-V-Batterien (3 V \Rightarrow)
Messbereich	0–300 mmHg (Druck) 40–180 Pulsschläge/Minute (Puls)
Genauigkeit	± 3 mmHg (Druck) / $\pm 5\%$ (Puls)
Drucksensor	Halbleiter
Drucksystem	Automatischer Druckaufbau mit Mikropumpe
Druckablassen	Magnetventil

30

3. Wissenswertes über den Blutdruck

Der Blutdruck ist die Kraft, die den Blutstrom durch den Körper bewegt. Dabei wird auch Druck auf die Arterienwände ausgeübt, der gemessen werden kann. Der arterielle Blutdruck hängt vom Pumpzyklus des Herzens ab.

Der höchste Druck in diesem Zyklus – **systolischer** Blutdruck – entsteht bei Kontraktion des Herzens, der niedrigste Druck – **diastolischer** Blutdruck – bei Entspannung des Herzmuskels und Nachfließen des Blutes. Ihr Arzt benötigt beide Blutdruck-Werte, um Ihren Kreislauf beurteilen zu können.

Die Blutdruckmessung durch einen Arzt im Rahmen von Untersuchungen kann bei der zu untersuchenden Person Nervosität und damit einen Blutdruckanstieg verursachen.

Der Blutdruck wird von verschiedensten Faktoren beeinflusst und kann daher nicht anhand einer einzigen Messung beurteilt werden.

7


Auch kurzfristig kann er deutlich schwanken, weshalb auch wiederholte Messungen unterschiedliche Ergebnisse liefern können.

Der direkt morgens nach dem Aufstehen und vor dem Frühstück gemessene Blutdruck bei einer ruhenden Person wird als fundamentaler Blutdruck bezeichnet. In der Praxis ist er schwer zu messen.

Für eine möglichst genaue Ermittlung des fundamentalen Blutdrucks Messung sinnvollerweise zu Hause vornehmen.

Die Messung des Blutdruckes ist sehr wichtig, da Bluthochdruck Auslöser vieler Krankheiten sein kann.

8. Fehlerbehebung

Displaysymbol	Zustand/Ursache	Abhilfe
Keine Anzeige	Sind die Batterien verbraucht?	Batterien tauschen.
	Sind die Batterien falsch eingelegt?	Batterien korrekt einlegen.
	Haben die Batterien Kontakt?	Ggf. die Kontaktbleche im Batteriefach mit einem geeigneten Gegenstand in Richtung Batterie biegen
 Batterien austauschen	Anzeige bei verbrauchten Batterien	Beide Batterien gegen neue austauschen.
EE Messfehler	Erscheint, wenn der richtige Blutdruck nicht gemessen werden konnte	Vor einer erneuten Messung fünf Minuten warten; die Manschette lösen, um die Blutzirkulation durch Handgelenk und Hand zu ermöglichen. Manschette kontrollieren.

Sie können mit der **M**-Taste durch die bisher gespeicherten Werte blättern. Wird das Gerät während der Memory-Abfrage nicht ausgeschaltet (mit der **START**-Taste) oder erfolgt kein manueller Wechsel auf den nächsten Wert (mit der **M**-Taste), dann schaltet sich das Gerät nach ca. 2 Minuten automatisch ab.

e) Löschen des Speichers

Sind die 60 Speicherplätze für einen Nutzer belegt, so können Sie den kompletten Speicherbereich **U1** oder **U2** wieder leeren.

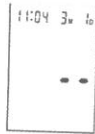


Abb. 7f



Abb. 7g

Starten Sie das Gerät mit der **M**-Taste, wählen Sie den gewünschten Speicherbereich und halten Sie dann für ca. 3 Sekunden die **M**-Taste gedrückt.

Nach drei kurzen Signaltönen sind die Messwerte gelöscht und auf dem Display erscheint das in Abb. 7g dargestellte Bild.

Von der Welt-Gesundheitsbehörde WHO wurden folgende Standardwerte für den Blutdruck ohne Bezugnahme auf das Alter festgelegt:

Systolischer Blutdruck (SYS) mmHg	< 80	90–119	120–139	140–159	≥ 160
Diastolischer Blutdruck (DIA) mmHg	< 49	50–79	80–89	90–99	≥ 100
Bewertung	zu niedrig	Normal	Grenzwertig	Bluthochdruck Stufe 1	Bluthochdruck Stufe 2

4. Das Messverfahren

Das vollautomatische Handgelenk-Blutdruckmessgerät misst den Blutdruck einfach und unkompliziert nach dem oszillometrischen Verfahren. Das Gerät verfügt über eine kleine, vorgeformte Handgelenkmanschette, die leicht anzulegen ist.

Mit einem Tastendruck werden Blutdruck und Puls gemessen und die Messwerte auf einem gut lesbaren Display angezeigt.

Das Gerät kann insgesamt 2 x 60 Messungen speichern.

d) Speichern und Abrufen der Messwerte – Memory-Abfrage

Wird eine Messung durchgeführt, wird der neue Messwert im Speicher als **M 01** abgelegt, während der bisher als **M 01** gespeicherte Wert automatisch in den Speicher als **M 02** verschoben wird usw.

So erhalten Sie die aktuellen Blutdruck- und Pulswerte immer als **M 01** angezeigt (siehe Abb. 7c).

Um einen früheren Messwert aufzurufen, schalten Sie das Gerät mit der **M**-Taste ein.



Abb. 7e

- Das Display zeigt für wenige Sekunden den Speicherbereich **U1** und die Anzahl der bisher gespeicherten Werte – in diesem Beispiel **08** – an (siehe Abb. 7e). Für einen Wechsel auf Speicherbereich **U2** drücken Sie die **START**-Taste.

Nach wenigen Sekunden springt die Anzeige auf den letzten gemessenen Wert **M 01** um (siehe Abb. 7c).

- Falls während des Druckaufbaus die **START**-Taste 2 sec. lang gedrückt wird, wird das Gerät ausgeschaltet und die Luft aus der Manschette abgelassen.

- Nach dem Aufblasen erfolgt das lineare Druckablassen.

Zusammen mit dem Manschettendruck erscheint das Symbol ♥ zur Anzeige der laufenden Messung.

Das Symbol ♥ blinkt mit der Pulsrate.

- Wenn die Messung abgeschlossen ist, wird der Druck komplett abgelassen. – Es ertönt ein Signalton. Der systolische Messwert erscheint im oberen, der diastolische im unteren und die Pulsrate im rechten unteren Displaybereich.

- Der zuletzt gemessene Wert wird immer als **M 01** automatisch abgespeichert.

c) Automatisches Ausschalten

Wird das Gerät nach der Messung nicht manuell durch erneutes Drücken der **START**-Taste ausgeschaltet, schaltet es nach ca. 1 Minute automatisch ab.

26

5. Gerätebeschreibung

Übersicht der Bedienelemente

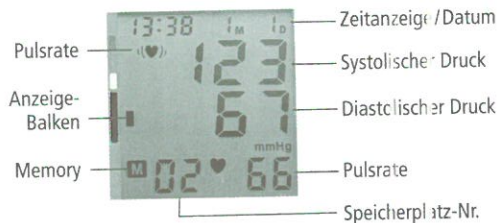
a) Messgerät: (Abb. 1)



- ① LCD Display
- ② Memory-Taste (M)
- ③ START-Taste
- ④ Batteriefach
- ⑤ Handgelenkmanschette

11

b) Display (Abb. 2)



	Batterie Warnung	Batterien wechseln
	Pulsrate	Pulse pro Minute
	Speicherabfrage	Zeigt die Nr. des Speicherplatzes
	Fehler	Fehler im Manschettenebereich Messung wiederholen

12



Abb. 7c



Abb. 7d

Das Display zeigt kurz die zuletzt abgespeicherten Werte für **M 01** an (siehe Abb. 7c links unten), bevor das Gerät kurz vor Messbeginn den Startwert Null anzeigt (siehe Abb. 7d).

Anschließend beginnt die Messung automatisch.

b) Automatisches Aufpumpen und Messen

- Die Druckmanschette wird nun innerhalb weniger Sekunden aufgepumpt. Sie können die Motorpumpgeräusche hören und den Druckanstieg auf dem Display verfolgen.
- Nach dem vollständigen Aufblasen schaltet die Pumpe ab. Ein erneutes Aufpumpen der Manschette ist unbedenklich und bei einigen Benutzern normal, besonders bei Benutzern mit hohem Blutdruck. Der Manschettenendruck steigt dann von 180 mmHg auf 220 mmHg.

25



Abb. 7a

- Wenn das Gerät eingeschaltet wird, erscheint für ca. eine Sekunde die Vollanzeige mit allen Displaysymbolen zum Selbsttest und ein Signalton ertönt (siehe Abb. 7a).

Überprüfen Sie, ob alle Ziffern angezeigt werden. Ist dies nicht der Fall darf das Gerät nicht mehr verwendet werden.



Abb. 7b

- Das Display wechselt anschließend von der Vollanzeige auf die Startanzeige (siehe Abb. 7b). Mit der Memory-Taste **M** können Sie zwischen den Speicherbereichen **U1** und **U2** wechseln.

Für jeden gewählten Speicherbereich stehen 60 Speicherplätze zur Verfügung.

Mit der **START**-Taste bestätigen Sie die Wahl des Speicherbereichs und leiten den automatischen Messvorgang ein.

24

Zubehör: (Abb. 3)



Batterien
2x LR03 (AAA) 1,5 V




Aufbewahrungsbox

6. Vorbereiten des Gerätes zur Messung

a) Batterien einlegen/austauschen (Abb. 4-5)

1. Bei fehlender Anzeige bzw. Erscheinen der Anzeige für verbrauchte Batterien im Display müssen beide Batterien ausgetauscht werden.

 = Anzeige im Display für verbrauchte Batterien.

13



(Abb. 4)



(Abb. 5)

2. Legen Sie das Gerät so, dass die Manschette nach oben zeigt. Ziehen Sie den Batteriefachdeckel (s. Abb. 4) in Pfeilrichtung ab.
3. Legen Sie 2 Batterien Alkaline (AAA) 1,5 V, wie im Batteriefach abgebildet (s. Abb. 5), ein.
Achten Sie auf die richtige Polarität (+/-) der Batterien!
4. Setzen Sie den Batteriefachdeckel auf und schieben Sie ihn in entgegengesetzter Pfeilrichtung, bis er hörbar einrastet.

14

7. Messungen durchführen

Das Gerät kann jeweils 60 Messwerte für zwei unterschiedliche Personen speichern und diese in zwei getrennten Speicherbereichen – **U1** oder **U2** – ablegen.

Bitte lesen Sie vor der Messung die folgenden Punkte von Abschnitt 6 der Bedienungsanleitung vollständig durch, beachten Sie außerdem die Sicherheitshinweise:

- c) Druckmanschette anlegen
 - d) Wichtige Hinweise vor der Blutdruckmessung
 - e) Richtige Haltung bei der Messung
- a) **Gerät einschalten**
- Drücken Sie die **START**-Taste des Geräts und legen Sie dabei Ihr Handgelenk so ab, wie in Abb. 7 „Richtige Körperhaltung bei der Messung“ gezeigt.

23

• **Hinweis:** Dieses Gerät ist für den Betrieb mit wieder aufladbaren Batterien nicht vorgesehen. Berühren Sie das Gerät ausschließlic mit den in der Anleitung angegebenen Batterien des Typs 2x LR03 (AAA) 1,5 V.

Wichtig! Damit das Gerät richtig funktioniert, muss der Batteriefachdeckel fest sitzen. Entfernen Sie die Batterien aus dem Messgerät, wenn Sie es längere Zeit nicht benutzen. Ein Auslaufen der Batterien könnte sonst das Gerät beschädigen.
Entsorgen Sie verbrauchte Batterien gemäß den Vorschriften (siehe Kapitel 12).

• **Hinweis:** Notieren Sie alle wichtigen Werte, bevor Sie die Batterien austauschen, da durch Batterieentnahme alle gespeicherten Daten gelöscht werden!

15

• **Hinweis:** Ihr Herz liegt etwas unterhalb Ihrer Achselhöhle. Der Blutdruck ist je nach Höhe der Manschette gegenüber dem Herzen unterschiedlich!

• **Hinweise:** Wichtig, um stets korrekte Messergebnisse zu erhalten.

Während der Messung:

- Bewegen Sie sich nicht und üben Sie keinen Druck auf Ihr linkes Handgelenk und Ihre linke Hand aus.
- Sprechen, niesen und husten Sie nicht.
- Nehmen Sie keine Messung im Stehen vor.

Warten Sie bei einer Messwiederholung fünf Minuten zwischen den Messungen.
In dieser Zeit können die gestauten Blutgefäße wieder in den Normalzustand zurückkehren, bevor eine neue Messung erfolgt.

Bei nicht vollständiger Befolgung der o.g. Hinweise sind die Messergebnisse ungenau und nicht aussagekräftig!

22

b) Datum und Uhrzeit einstellen 00:00 10.00

Die Einstellung erfolgt mit den Tasten **M** und **START**.

1. **M**- und **START**-Taste gleichzeitig kurz drücken.
1M (Monat) blinkt. Ändern Sie den Monat (1-12) mit der **M**-Taste.
2. Drücken Sie die **START**-Taste erneut, blinkt 1D (Tag).
Ändern Sie das Tagesdatum (1-31) mit der **M**-Taste.
3. Drücken Sie die **START**-Taste erneut, blinkt 2 (Stunden).
Ändern Sie die Uhrzeit (0-23) mit der **M**-Taste.
4. Drücken Sie die **START**-Taste erneut, blinkt 00 (Minuten).
Ändern Sie die Minuten (00-59) mit der **M**-Taste.
5. Speichern Sie die Einstellungen, indem Sie nochmals die **START**-Taste drücken.

- Achten Sie stets darauf, dass Sie eine bequeme und entspannte Körperhaltung einnehmen und diese bis zum Abschluss der Messung beibehalten.
Legen Sie Ihren Ellenbogen auf einen Tisch oder auf eine andere Ablage.
- Legen Sie ein weiches Tuch unter Ihr Handgelenk, um den Arm so zu positionieren, dass die Druckmanschette auf gleicher Höhe wie das Herz liegt.
Keinesfalls die Manschette auf einen harten Gegenstand legen!
Öffnen Sie Ihre Hand leicht und entspannen Sie sich.
- Halten Sie Ihre Hand entspannt mit nach oben weisender Handfläche

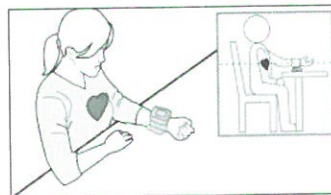


Abb. 7:
Richtige Körperhaltung bei der Messung

10. Blutdruckmessungen müssen von Ärzten bzw. geschultem medizinischem Personal interpretiert werden, die mit Ihrer Krankengeschichte vertraut sind. Durch regelmäßige Messungen mit Ihrem Blutdruckmessgerät und Aufzeichnung der Ergebnisse für Ihren Arzt informieren Sie diesen über anhaltende Trends Ihres Blutdrucks.
11. Um die Vergleichbarkeit zu gewährleisten, nehmen Sie die Messung möglichst immer zur selben Tageszeit vor, da der Blutdruck erheblich schwanken kann.
12. Falls das Gerät extremer Kälte ausgesetzt war, warten Sie bitte mit der Messung, bis das Gerät wieder die Zimmertemperatur angenommen hat.

e) Richtige Haltung bei der Messung (Abb. 7)
Die Messwerte hängen von Ihrer Körperhaltung ab!

- Messen Sie Ihren Blutdruck nur im **Sitzen**.
- Sitzen Sie dabei aufrecht und nehmen Sie vor dem Messen 5–6 tiefe Atemzüge.

20

c) Druckmanschette anlegen (Abb. 6)



- Nehmen Sie Ringe, Armbanduhr oder Armkettchen ab, schieben Sie den Ärmel hoch und legen Sie die Druckmanschette gemäß Abb. 6 an.
- Wickeln Sie die Druckmanschette um das linke Handgelenk. Der Manschettenrand muss etwa 1 cm über Ihrer Handfläche liegen.
- Das Display muss zur Handflächen-seite weisen.
- Die Haut am Handgelenk muss freiliegen.
- Ziehen Sie dabei nicht an der Druckmanschette.
- Legen Sie die Druckmanschette nicht zu fest an.

i Hinweis: Legen Sie die Druckmanschette an Ihrem **linken** Handgelenk an, um genaue Messergebnisse zu erhalten. Ein zu lockerer Sitz der Manschette führt zu ungenauen Messergebnissen!

17



Achtung!

Bei diesem Gerät erfolgt ein automatisches schnelles Ablassen der Druckluft, wenn der Manschetten-
druck 300 mmHg erreicht bzw. übersteigt.
Um bei einem Gerätedefekt das Abschnüren des Hand-
gelenks zu vermeiden, wird der Druck sofort abgelassen,
sobald der Benutzer das Gerät ausschaltet.

i d) Wichtige Hinweise vor der Blutdruckmessung

1. Führen Sie die Messung an einem ruhigen Ort und in entspannter Haltung durch.
Ruhren Sie zuvor 15 Minuten.
2. Stress erhöht den Blutdruck. Messen Sie deshalb Ihren Blutdruck nicht in stressbelasteten Situationen.
3. In seltenen Fällen können bei Personen mit extrem schwachem bzw. unregelmäßigem Puls Messfehler auftreten, die die korrekte Messung verhindern.
4. Legen Sie die Manschette so an, dass sich das Gerät innen an Ihrem linken Handgelenk befindet und die Digitalanzeige leicht ablesbar ist.
5. Es ist normal, dass sich der Blutdruck im Lauf des Tages ändert. Er wird außerdem durch verschiedene Faktoren wie Rauchen, Alkoholkonsum, Medikamenteneinnahme und körperliche Aktivität beeinflusst. Warten Sie eine Stunde nach der Einnahme einer reichlichen Mahlzeit, bevor Sie mit der Messung beginnen.
6. Die Blutdruckmessung kann durch die Position der untersuchten Person, ihre körperliche Verfassung und weitere Faktoren beeinflusst werden.
7. Bleiben Sie während der Messung ruhig und sprechen Sie nicht, um eine Falschmessung zu vermeiden.
8. Messen Sie Ihren Blutdruck bei normaler Körpertemperatur. Wenn Sie frieren oder schwitzen, warten Sie mit der Messung.
9. Warten Sie vor der Wiederholung der Messung fünf Minuten, damit sich die Blutzirkulation normalisieren kann. Entsprechend Ihren körperlichen Eigenschaften kann zwischen den Messungen eine längere oder kürzere Pause erforderlich sein.