

UA-621

Upper Arm Blood Pressure Monitor

OPERATION MANUAL (English)

操作手冊 (Chinese)

사용 설명서 (Korean)

คู่มือการใช้งาน (Thai)

Operasi Manual (Malay)

Cẩm Nang Vận Hành (Vietnamese)

संचालन मै युअल (Hindi)

Panduan Pengoperasian (Indonesian)



AND
A&D Medical

1WMPD4001977A

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

ଧଉଧନିୟ

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

Thank you for purchasing an A&D Monitor!

Index

1. Getting Started	
- Set Components	2
- Device Description	2
- Installing the batteries	3
2. Measurement	
- Securing the Cuff	3
- Measuring your Blood Pressure.....	4
- Memory Recall	4
- Tips for accurate Measurements.....	5

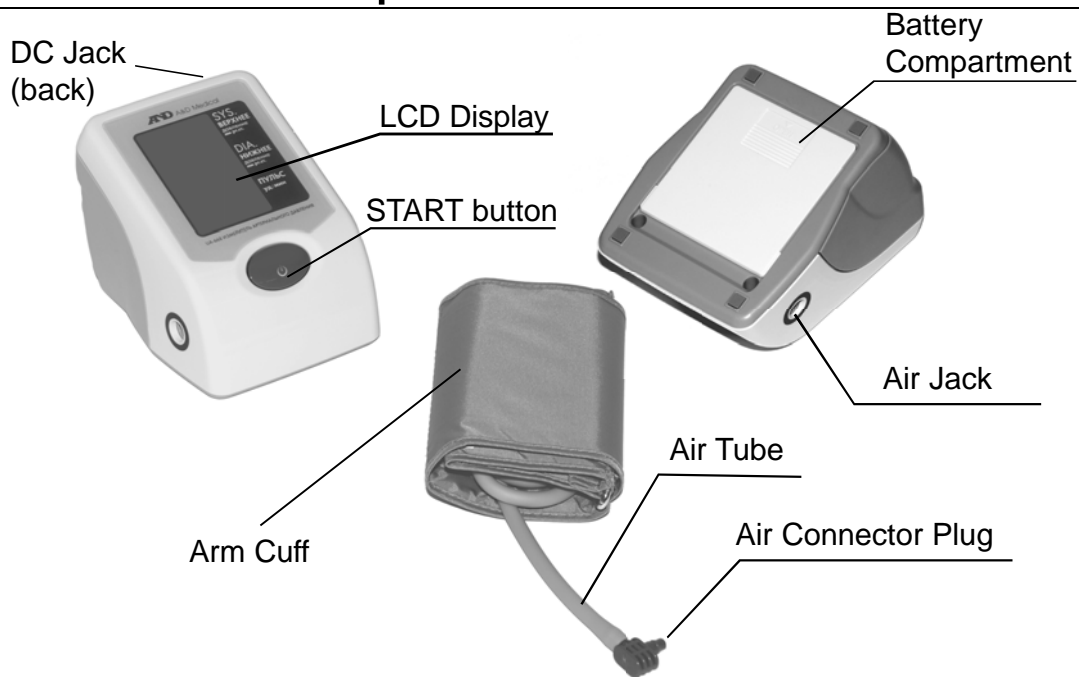
Getting Started

1. Set Components

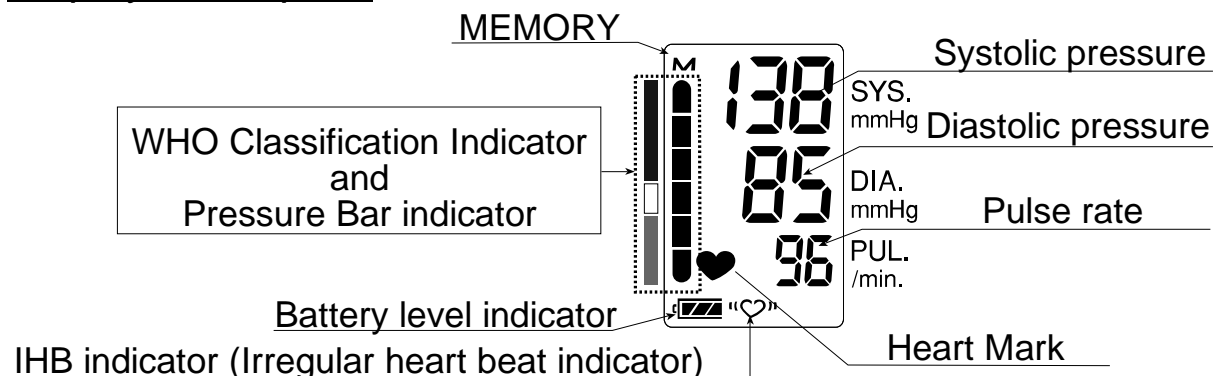
This package contains the following items:

- Blood Pressure Monitor
- Arm Cuff with air tube
- Batteries (AA) x 4
- Soft Carrying Case
- Instruction Manual
- Operation Manual

2. Device Description



Display Description



3. Installing the Batteries

1. Open the battery cover by sliding it upward.
2. Install or replace batteries in the battery compartment as shown. Please check that the polarities (+) and (-) are correct.
3. Close the cover by sliding the battery cover down. Use only R6P, LR6 or AA batteries.



Measurement

1. Securing the Cuff

1. Insert the air connector plug into the air jack on the left side of the monitor.
2. Put your left arm into the cuff loop--the air tube should be on the bottom--and wrap the cuff around your upper arm

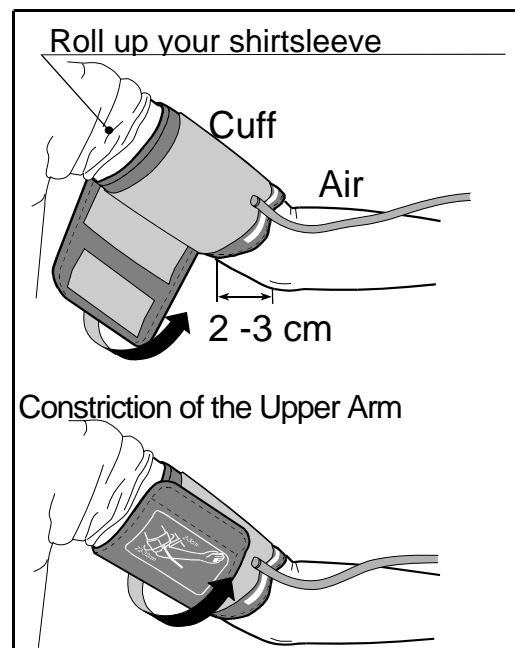


Where:

The cuff should be about 2 - 3 cm above the elbow. Place the cuff directly against the skin, as clothing may cause a faint pulse and result in a measurement error.

Note:

- Please make sure that the cuff is wrapped securely around the arm, but not too tightly. Adjust cuff tightness by putting 1 or 2 fingers between the cuff and arm.



2. Measuring your blood pressure

1. Sit on a chair with you feet flat on the floor. Put your arm on a table and relax your posture. The cuff should be about the same level as your heart.
2. Press the START button to start the measurement.
3. Keep quiet and still until the measurement is complete.



3. Memory Recall

This blood pressure monitor memorizes measurement data (Systolic, Diastolic and Pulse value) automatically after each measurement is complete.

- Total No. of memory: 30 sets
- When the memory reaches maximum capacity, it deletes the oldest memory data.
- All the memory data will be erased when the batteries are removed from the monitor.

1. Press the START button and keep the button depressed for approx. 3 seconds until the “n01” mark appears on the display.
2. Stop depressing the button.
3. All the data shall be displayed automatically. (Newest data will be displayed first)



4. Tips for accurate Measurements

Before measurement

- 1) Measure blood pressure at the same time each day; blood pressure fluctuates throughout the day.
- 1) Relax for five to ten minutes before taking your measurement.
- 2) Sit in a relaxed position.
- 3) Properly secure the cuff on your arm as described above.

During the measurement

- 1) Do not talk.
- 2) Keep quiet and stay calm for the entire process.
- 3) Keep the cuff at heart level.

After the measurement

- 1) Do not become alarmed after each measurement result.
- 2) Consult your physician and avoid self-diagnosis.

Several factors that increase your blood pressure



Quick movement



Sudden change in ambient temperature



Excitement



Alcohol or smoking



Obesity



Lack of sleep

For more details, please read the instruction manual included in the package.

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

थययययय

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

感谢您購買 A&D 血壓監測儀!

操作手冊

索引

1. 快速入門

- 設定組件 2
- 裝置說明 2
- 安裝電池 3

2. 測量

- 固定袖帶 3
- 測量血壓 4
- 記憶體重新叫用 4
- 精確測量之提示 5

快速入門

1. 安裝組件

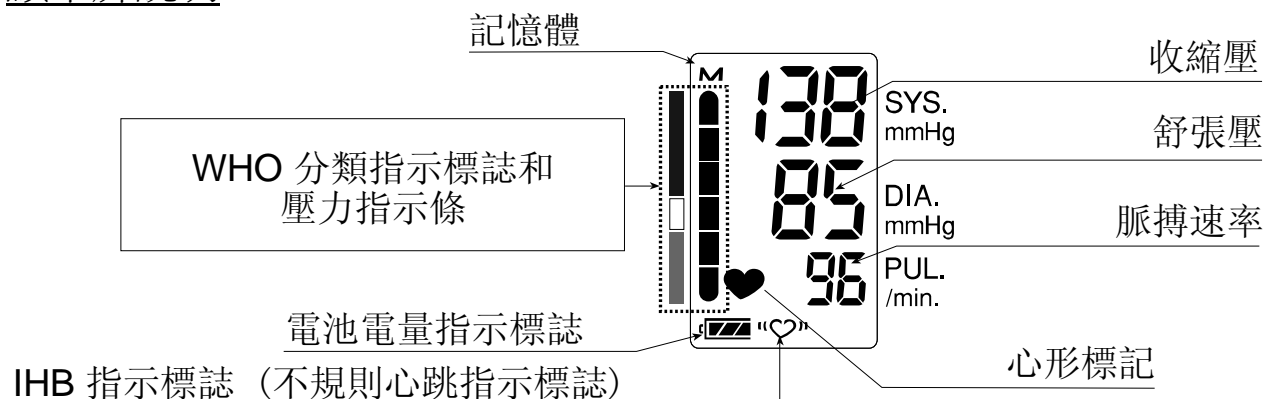
此產品包裝內含以下物件：

- 血壓監測儀
- 帶壓氣管之袖帶
- 四顆電池 (AA)
- 軟攜帶套
- 說明手冊
- 操作手冊

2. 裝置說明



顯示屏說明



3. 安裝電池

1. 向上滑動電池室蓋以開啓之。
2. 如圖所示，安裝或更換電池室中的電池。請檢查電池正極 (+) 與負極 (-) 的方向是否正確。
3. 向下滑動電池室蓋以關閉之。
僅可使用 R6P、LR6 或 AA 電池。



測量

1. 固定袖帶

1. 將氣壓連接器插頭插入監測儀左邊的壓氣插孔中。
2. 將右臂穿入袖帶圈內 (壓氣管應位於底部)，並用袖帶包繞住上臂

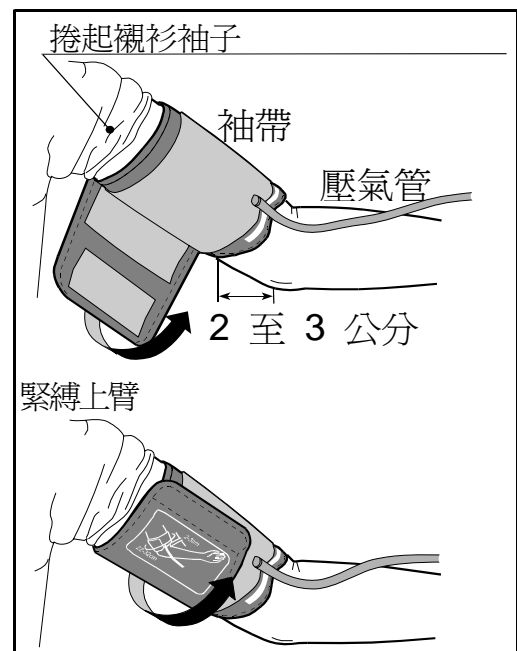


此處：

袖帶應位於肘上方約 2 至 3 公分。
請讓袖帶直接與皮膚接觸，若有衣物相隔，則可能因脈搏微弱而導致測量錯誤。

注意事項：

- 請確保袖帶妥貼地包繞手臂，但不要太緊。將一或二個手指放在袖帶和手臂之間，來調整袖帶的緊縛程度。



2. 測量血壓

1. 坐在椅子上，雙腳平放於地面。將手臂放在桌子上，身體放鬆。
袖帶應與心臟位置處於同一水平面。
2. 按下 **START** 按鈕開始測量。
3. 保持安靜，直到完成測量為止。



3. 記憶體重新叫用

每次測量完畢之後，此血壓監測儀會自動記憶測量資料（心臟收縮壓、舒張壓和脈搏值）。

- 記憶體總次數：30 次
- 記憶體使用到最大容量時，會刪除最舊的記憶資料。
- 從監測儀中取下電池時，會清除全部記憶資料。

1. 按住 **START** 按鈕約 3 秒鐘，直到「n01」標記出現在顯示屏上為止。
2. 鬆開按鈕。
3. 會自動顯示全部資料。(最新資料將會最先顯示)



4. 精確測量之提示

測量之前

- 1) 每天在同一時間測量血壓；血壓在一天中會有變化。
- 2) 測量之前保持放鬆五至十分鐘。
- 3) 放鬆地坐在椅子上。
- 4) 按以上步驟將袖帶妥貼地固定在手臂上。

測量期間

- 1) 不要講話。
- 2) 在整個測量過程中保持安靜和心情平靜。
- 3) 讓袖帶與心臟位置處於同一水平面。

測量之後

- 1) 每次測量之後，請不要看到結果時驚慌不安。
- 2) 請諮詢醫師，不要自行診斷結果。

血壓升高之因素



如需詳細資料，請參閱產品包裝中隨附的說明手冊。

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

ଧନ୍ୟବାଦ!

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

A&D 혈압계를 구입해 주셔서 감사합니다!

사용 설명서

목 차

1. 사용 전 준비

- 구성 요소 설정2
- 장치 설명2
- 건전지 설치3

2. 측정

- 커프 고정3
- 혈압 측정4
- 데이터 불러오기4
- 정확한 측정을 위한 정보5

사용 전 준비

1. 구성 요소 설정

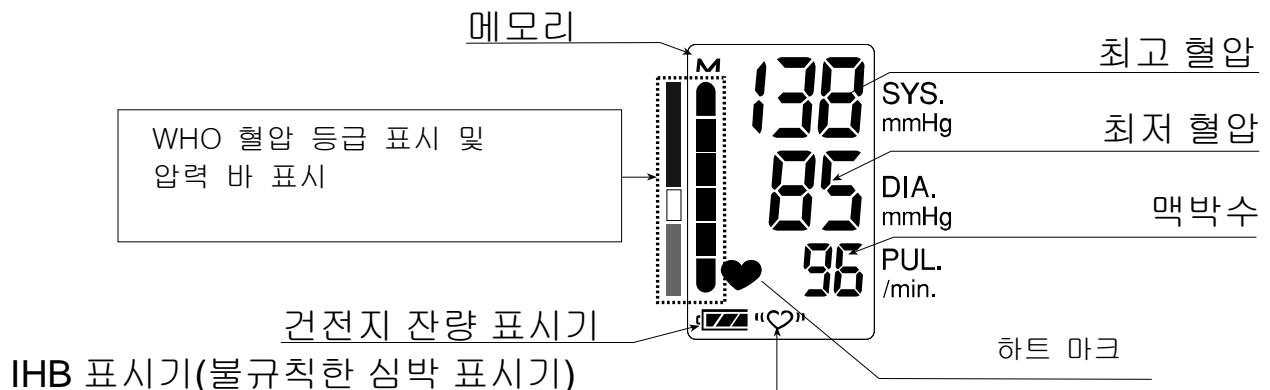
본 포장에는 다음과 같은 품목이 들어 있습니다.

- 혈압 모니터
- 에어 호스가 연결된 커프
- 건전지(AA) x 4
- 휴대용 케이스
- 취급설명서
- 사용 설명서

2. 장치 설명



화면 표시



3. 건전지 설치

1. 건전지 덮개를 위쪽으로 밀어서 엽니다.
2. 그림과 같이 건전지 삽입구에 전지를 끼웁니다.
(+)와 (-)극 방향이 올바른지 확인하십시오.
3. 건전지 덮개를 아래로 밀어서 덮개를 닫습니다.
R6P, LR6 또는 AA 건전지만
사용하십시오.



측 정

1. 커프 고정

1. 모니터 왼쪽에 있는 에어 소켓에 에어 플러그를 꽂습니다.
2. 왼쪽 팔을 커프에 넣고(에어 호스는 아래쪽에 있어야 함) 팔 위쪽에 커프를 감습니다.

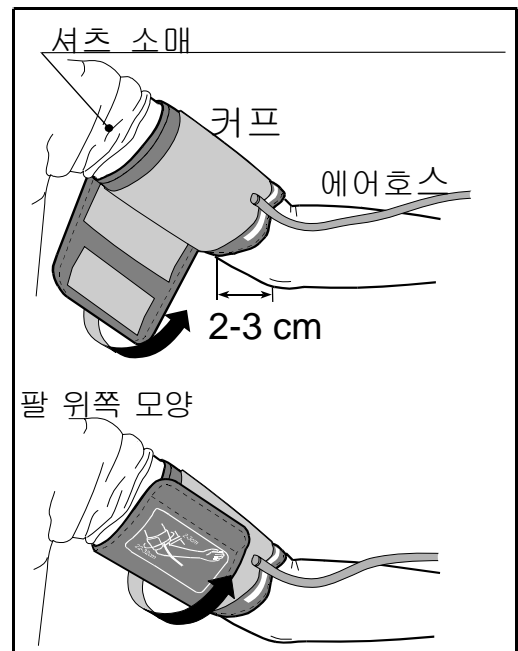


위치:

커프는 팔꿈치 위 2-3 cm 부근에 있어야 합니다. 커프는 피부에 직접 착용하십시오. 옷 위에 커프를 감으면 감지되는 맥박이 약해 측정 오류가 발생할 수 있습니다.

주:

- 커프를 팔 둘레에 확실하게 감되지 지나치게 세게 감지는 않도록 하십시오. 커프와 팔 사이에 손가락 1-2 개가 들어갈 정도면 됩니다.



2. 혈압 측정

1. 바닥에 발을 대고 의자에 앉습니다. 탁자에 팔을 올려놓고 편안한 자세로 앉으십시오. 커프는 심장 높이에 있어야 합니다.
2. **START** 버튼을 눌러서 측정을 시작합니다.
3. 측정이 끝날 때까지 움직이지 않고 조용히 기다립니다.



3. 데이터 불러오기

본 혈압계는 측정이 끝난 후 측정 데이터(최고혈압, 최저혈압 및 맥박 값)를 자동으로 저장합니다.

- 총 메모리 수: 30 세트
- 메모리가 최대 용량에 도달하면 가장 오래 된 저장 데이터가 삭제됩니다.
- 모니터에서 건전지를 제거하면 모든 저장 데이터가 지워집니다.

1. “n01” 표시가 표시창에 나타날 때까지 약 3 초 정도 **START** 버튼을 누르고 있습니다.
2. 버튼 누르기를 중지합니다.
3. 모든 데이터가 자동으로 표시됩니다.
(가장 최신 데이터가 먼저 표시됨)



4. 정확한 측정을 위한 정보

측정 전

- 1) 매일 같은 시간에 혈압을 측정하십시오. 혈압은 하루 동안 자주 바뀝니다.
- 2) 측정하기 전 5-10 분 동안 편안히 있어야 합니다.
- 3) 편안한 자세로 앉습니다.
- 4) 위에 설명된 대로 팔에 커프를 제대로 고정시킵니다.

측정 도중

- 1) 말하지 마십시오.
- 2) 측정 중 움직이지 말고 정숙하십시오.
- 3) 커프는 심장과 같은 높이로 유지하십시오.

측정 후

- 1) 측정결과에 일희일비 하지 마십시오.
- 2) 의사와 상의하고, 자체 진단은 삼가하십시오.

혈압을 높이는 여러 가지 요인



자세한 사항은 포장에 들어 있는 취급설명서 참조하십시오.

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

ขอบคุณ

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

ขอขอบคุณที่เลือกใช้เครื่องวัดความดันโลหิตของ A&D

คู่มือการใช้งาน

ดัชนี

1. การเริ่มต้นการใช้งาน

- ส่วนประกอบของชุดอุปกรณ์2
- รายละเอียดของอุปกรณ์.....2
- การใส่แบตเตอรี่3

2. การวัด

- การพันแถบรัด3
- การวัดความดันโลหิตของคุณ4
- การเรียกดูข้อมูลในหน่วยความจำ4
- คำแนะนำเพื่อการวัดที่เที่ยงตรง5

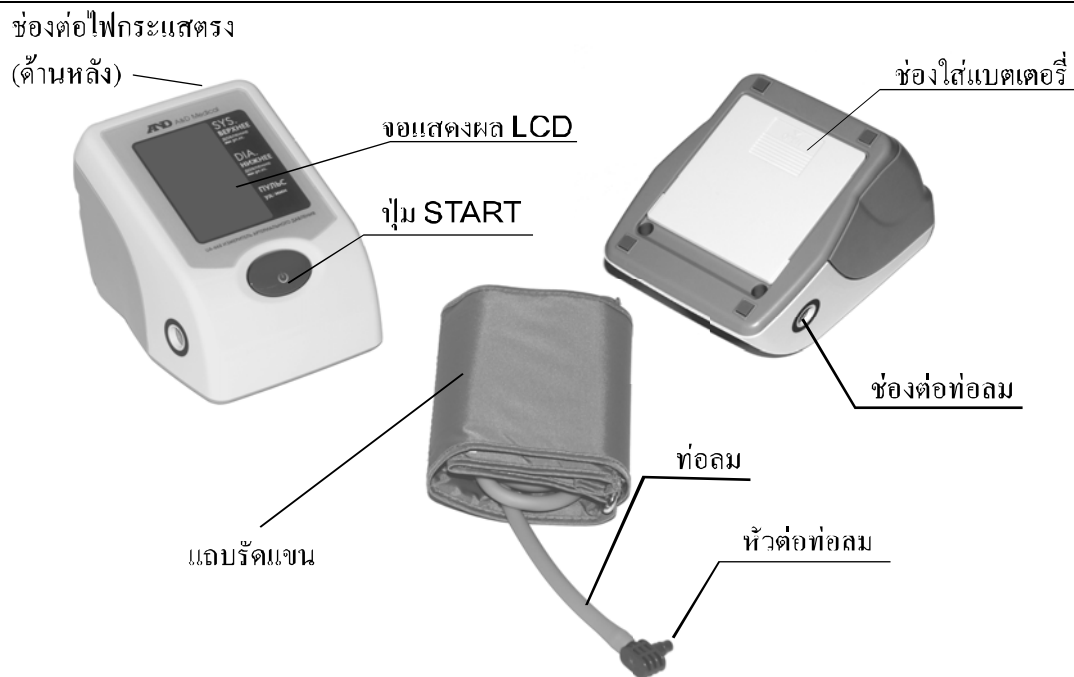
การเริ่มต้นการใช้งาน

1. ส่วนประกอบของชุดอุปกรณ์

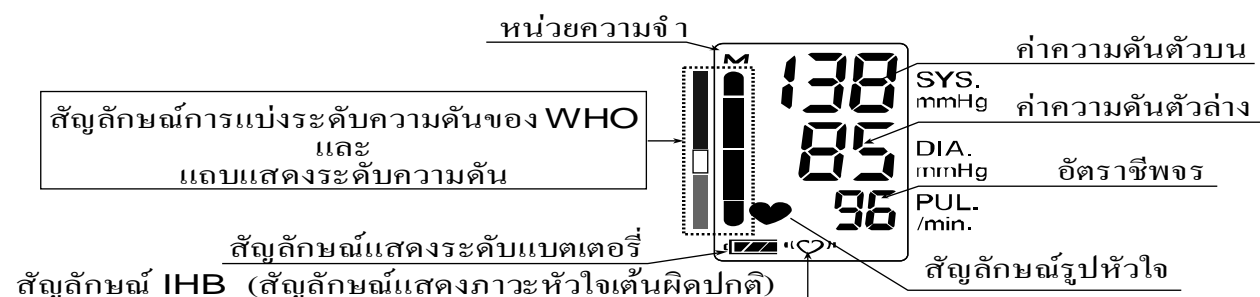
ชุดผลิตภัณฑ์นี้ประกอบด้วยรายการอุปกรณ์ดังต่อไปนี้

- เครื่องวัดความดันโลหิต
- แถบรัดแขนพร้อมท่อลม
- แบตเตอรี่ (AA) จำนวน 4 ก้อน
- กระเป๋าใส่อุปกรณ์
- คู่มือแนะนำผลิตภัณฑ์
- คู่มือการใช้งาน

2. รายละเอียดของอุปกรณ์



รายละเอียดของจอแสดงผล



3. การใส่แบตเตอรี่

1. เลื่อนฝาครอบแบตเตอรี่ขึ้นเพื่อเปิดออก
2. ใส่หรือเปลี่ยนแบตเตอรี่ในช่องใส่แบตเตอรี่ตามที่แสดงในภาพ โปรดตรวจสอบให้แน่ใจว่าตำแหน่งขั้วบวก (+) และขั้วลบ (-) ถูกต้อง
3. ปิดฝาครอบแบตเตอรี่ด้วยการเลื่อนลง ให้ใช้เฉพาะแบตเตอรี่ R6P, LR6 หรือ AA เท่านั้น



การวัด

1. การพันแถบรัด

1. เสียบหัวต่อท่อลมเข้าไปในช่องต่อท่อลมที่ด้านซ้ายของเครื่องวัด
2. สอดแขนซ้ายเข้าไปในปลอกแถบรัด โดยให้ท่อลมอยู่ด้านล่างและพันแถบรัดรอบต้นแขนของคุณ

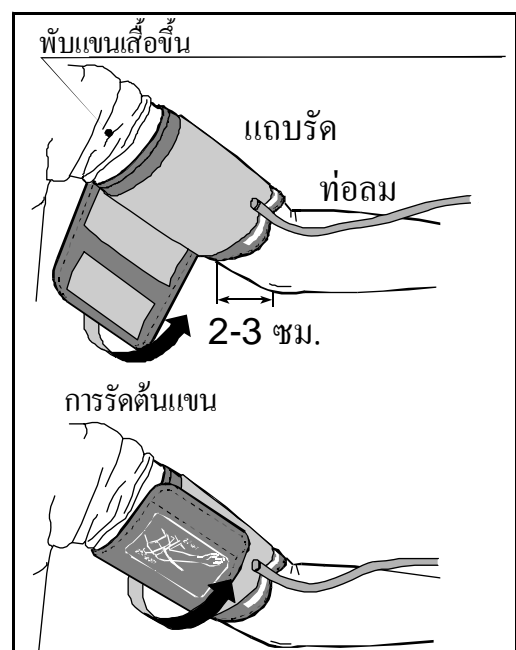


ตำแหน่งในการพันแถบรัด:

แถบรัดควรอยู่เหนือข้อศอกขึ้นมาประมาณ 2-3 ซม. พันแถบรัดให้สัมผัสกับผิวโดยตรง เนื่องจากการพันผ่านเสื้อผ้าอาจทำให้จับชีพจรได้ไม่ชัด และทำให้ผลการวัดผิดพลาดได้

หมายเหตุ:

- โปรดตรวจสอบให้แน่ใจว่าพันแถบรัดรอบแขนแน่นพอดีแล้ว และไม่แน่นจนเกินไป ปรับความแน่นของแถบรัดด้วยการสอดนิ้วหนึ่งหรือสองนิ้วระหว่างแถบรัดกับแขน



2. การวัดความดันโลหิตของคุณ

1. นั่งบนเก้าอี้และวางเท้าทั้งสองข้างราบกับพื้น
วางแขนลงบนโต๊ะและจัดให้อยู่ในท่าที่ผ่อนคลาย
แถบรัดควรอยู่ประมาณระดับเดียวกับหัวใจของคุณ
2. กดปุ่ม **START** เพื่อเริ่มการวัด
3. ให้นั่งนิ่งๆ จนกระทั่งวัดเสร็จเรียบร้อยแล้ว



3. การเรียกดูข้อมูลในหน่วยความจำ

เครื่องวัดความดันโลหิตจะบันทึกข้อมูลการวัด (ค่าความดันตัวบน ค่าความดันตัวล่าง และค่าชีพจร) ไว้โดยอัตโนมัติหลังจากการวัดแต่ละครั้งเสร็จสิ้นลง

- จำนวนข้อมูลทั้งหมดในหน่วยความจำ: 30 ค่า
- เมื่อหน่วยความจำเต็ม เครื่องวัดจะลบข้อมูลที่เก่าที่สุดออกจากหน่วยความจำ
- ข้อมูลทั้งหมดในหน่วยความจำจะถูกลบออกไปเมื่อถอดแบตเตอรี่ออกจากเครื่องวัด

1. กดปุ่ม **START** ค้างไว้ประมาณ 3 วินาที
จนเห็นสัญลักษณ์ “n01” ปรากฏบนหน้าจอ
2. ปล่อยมือจากปุ่ม
3. ข้อมูลทั้งหมดจะแสดงโดยอัตโนมัติ
(ข้อมูลล่าสุดจะแสดงเป็นอันดับแรก)



4. คำแนะนำเพื่อการวัดที่เที่ยงตรง

ก่อนการวัด

- 1) ให้วัดความดันโลหิตในช่วงเวลาเดียวกันของแต่ละวัน
เพราะความดันโลหิต จะเปลี่ยนแปลงตลอดทั้งวัน
- 2) พักผ่อนประมาณห้าถึงสิบนาทีก่อนที่จะทำการวัด
- 3) นั่งอยู่ในท่าที่ผ่อนคลาย
- 4) พันแถบรัดให้แน่นพอดีกับแขนตามที่ระบุไว้ข้างต้น

ระหว่างการวัด

- 1) อย่าพูดคุย
- 2) ให้นั่งนิ่งๆ จนกระทั่งวัดเสร็จเรียบร้อยแล้ว
- 3) รักษาแถบรัดให้อยู่ที่ระดับหัวใจ

หลังการวัด

- 1) อย่าตื่นตกใจกับผลการวัดในแต่ละครั้ง
- 2) ให้ปรึกษาแพทย์และหลีกเลี่ยงการวินิจฉัยโรคด้วยตนเอง

ปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้ความดันโลหิตของคุณสูงขึ้น



การเคลื่อนไหว
อย่างรวดเร็ว



อุณหภูมิแวดล้อม
เปลี่ยนแปลง
กะทันหัน



ความตื่นเต้น



ดื่มเหล้า
หรือสูบบุหรี่



โรคอ้วน



พักผ่อน
ไม่เพียงพอ

หากต้องการทราบรายละเอียดเพิ่มเติม โปรดอ่านคู่มือแนะนำผลิตภัณฑ์
ที่ให้มาพร้อมกับชุดผลิตภัณฑ์

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

थययययय

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

Terima kasih kerana membeli Monitor A&D!

Indeks

1. Bermula

- Komponen Set2
- Perihal Peranti2
- Memasang bateri3

2. Pengukuran

- Memasang Pembalut dengan kemas3
- Mengukur Tekanan Darah anda.....4
- Panggilan Semula Ingatan.....4
- Petua untuk Pengukuran tepat5

Bermula

1. Komponen Set

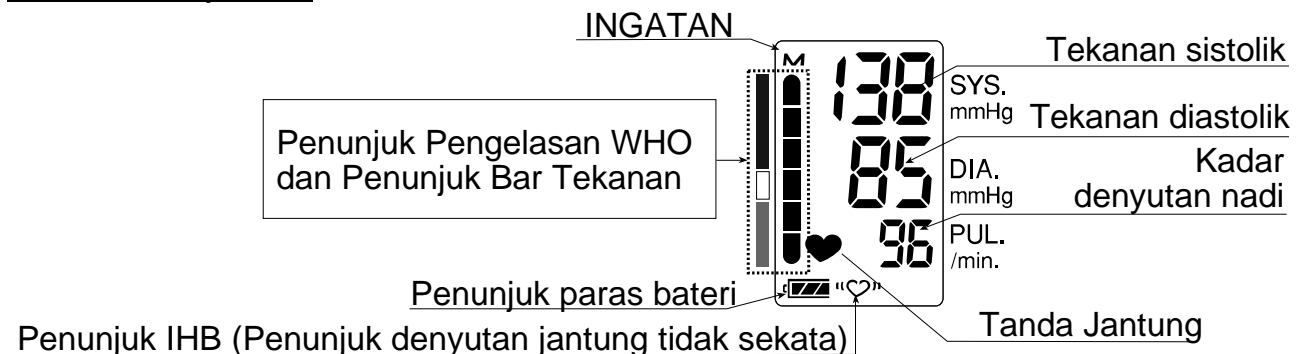
Bungkusan ini mengandungi item berikut:

- Monitor Tekanan Darah
- Pembalut Lengan dengan tiub udara
- Bateri (AA) x 4
- Beg Pembawa Lembut
- Manual Arahkan
- Manual Operasi

2. Perihal Peranti



Perihal Paparan



3. Memasang Bateri

1. Buka penutup bateri dengan menggelongsorkannya ke atas.
2. Pasang atau gantikan bateri di dalam ruang bateri seperti yang ditunjukkan. Sila periksa bahawa kekutuban (+) dan (-) adalah betul.
3. Tutup penutup bateri dengan menggelongsorkannya ke bawah.
Hanya gunakan bateri R6P, LR6 atau AA.



Pengukuran

1. Memasang Pembalut dengan kemas

1. Masukkan palam penyambung udara ke dalam jek udara di sebelah kiri monitor.
2. Letakkan lengan kiri anda di dalam gelung pembalut--tiub udara hendaklah di bahagian bawah--dan balutkan pembalut di lengan atas anda.

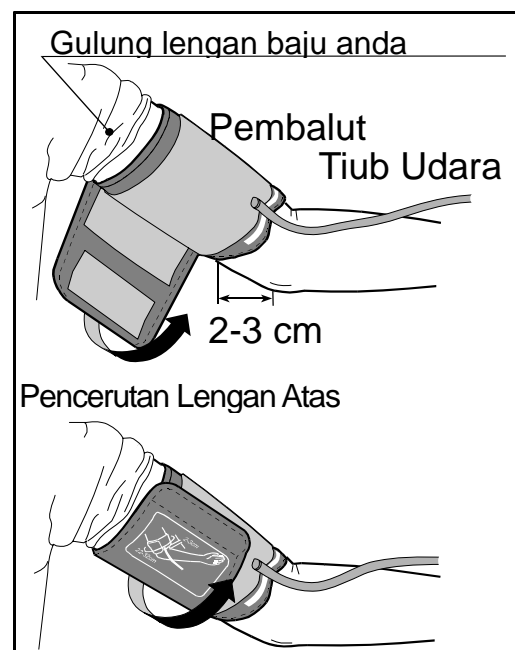


Tempatnya:

Pembalut hendaklah lebih kurang 2 - 3 cm di atas siku. Letakkannya terus di atas kulit kerana pakaian boleh menyebabkan bacaan nadi yang tidak jelas dan mengakibatkan ralat pengukuran.

Nota:

- Sila pastikan agar pembalut dibalut di lengan dengan kemas tetapi tidak terlalu ketat. Laraskan keketatan pembalut dengan meletakkan 1 atau 2 jari di antara pembalut dan lengan.



2. Mengukur tekanan darah anda

1. Duduk di atas kerusi dengan kedudukan kaki anda rata di atas lantai. Letakkan lengan anda di atas meja dan postur anda dalam keadaan santai. Pembalut hendaklah lebih kurang sama paras dengan jantung anda.
2. Tekan butang START untuk memulakan pengukuran.
3. Kekal senyap dan tidak bergerak sehingga pengukuran selesai.



3. Panggilan Semula Ingatan

Monitor tekanan darah ini mengingati data pengukuran (nilai Sistolik, Diastolik dan Nadi) secara automatik selepas setiap pengukuran selesai.

- Jumlah Bil. ingatan: 30 set
- Apabila ingatan mencapai kapasiti maksimum, ia memadamkan data ingatan paling lama.
- Semua data ingatan akan terpadam apabila bateri dikeluarkan daripada monitor.

1. Tekan butang START dan teruskan penekanan butang selama lebih kurang 3 saat sehingga tanda "n01" muncul pada paparan.
2. Berhenti menekan butang tersebut.
3. Semua data akan dipaparkan secara automatik. (Data terbaru akan dipaparkan dahulu)



4. Petua untuk Pengukuran tepat

Sebelum pengukuran

- 1) Ukur tekanan darah pada waktu yang sama setiap hari; tekanan darah berubah-ubah sepanjang hari.
- 2) Rehat selama lima hingga sepuluh minit sebelum mengambil pengukuran anda.
- 3) Duduk dalam keadaan santai.
- 4) Pasang pembalut dengan kemas di lengan anda seperti yang diterangkan di atas.

Semasa pengukuran

- 1) Jangan bercakap.
- 2) Kekal senyap dan bertenang selama keseluruhan proses.
- 3) Kekalkan pembalut di paras jantung.

Selepas pengukuran

- 1) Jangan cemas selepas setiap keputusan pengukuran.
- 2) Rujuk doktor anda dan elakkan diagnosis sendiri.

Beberapa faktor yang meningkatkan tekanan darah anda



Perggerakan
cepat



Perubahan
mendadak
dalam suhu
ambien



Keterujaan



Alkohol atau
merokok



Obesiti



Kurang
tidur

Untuk butiran lanjut, sila baca manual arahan yang disertakan di dalam bungkusan.

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

থবপন্থন

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

Cảm ơn bạn đã mua **Máy Đo Huyết áp A&D!**

Cảm Nang Vận Hành

Mục lục

1. Mở Đầu

- Thành phần máy 2
- Mô tả máy 2
- Cách lắp pin 3

2. Hướng dẫn cách đo huyết áp

- Cách mang túi hơi 3
- Cách đo Huyết áp 4
- Bộ nhớ 4
- Các điểm lưu ý để có được Số Đo chính xác 5

MỞ ĐẦU

1. Thành phần máy

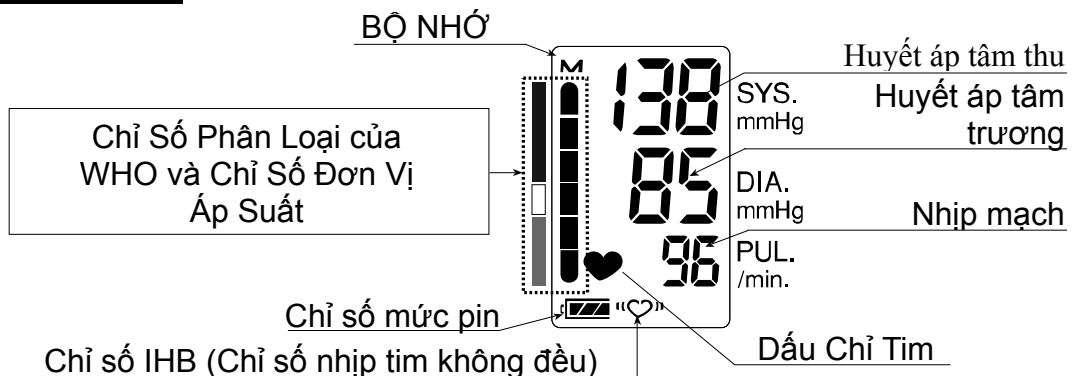
Thành phần máy đo huyết áp bao gồm:

- Máy Theo Dõi Huyết Áp
- Túi hơi có ống dẫn khí
- Pin (AA) x 4
- Túi Đựng Mềm
- Cầm Nang Hướng Dẫn
- Cầm Nang Vận Hành

2. Mô Tả Thiết Bị



Mô Tả Màn Hình



3. Cách lắp pin

1. Mở nắp pin bằng cách trượt lên trên theo hình mũi tên.
2. Lắp hoặc thay pin trong ngăn chứa pin như minh họa. Vui lòng kiểm tra xem các điện cực (+) và (-) có chính xác hay không.
3. Đóng nắp pin bằng cách trượt xuống.
Chỉ sử dụng pin R6P, LR6 hoặc AA.



Cách đo huyết áp

1. Mang túi hơi

1. Lắp đầu nối khí vào chân nối khí ở bên trái của máy theo dõi.
2. Đặt cánh tay trái của bạn vào túi hơi--ống khí phải ở dưới cùng--và quấn túi hơi quanh phần trên của cánh tay

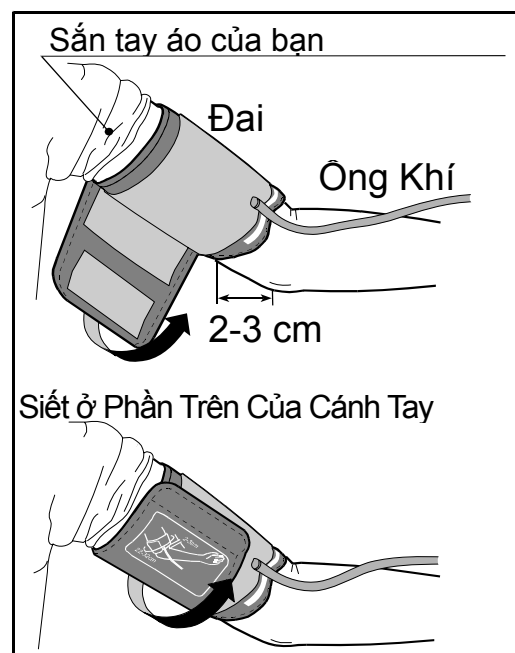


Sao cho:

Túi hơi phải ở khoảng 2 - 3 cm trên khuỷu tay. Đặt túi hơi trực tiếp lên da, vì quần áo có thể khiến cho mạch không rõ và dẫn đến lỗi đo.

Lưu ý:

- Vui lòng đảm bảo rằng đai phải được quấn quanh cánh tay, nhưng không quá chặt. Điều chỉnh mức chặt của đai bằng cách đặt 1 hoặc 2 ngón tay giữa đai và cánh tay.



2. Đo Huyết Áp

1. Ngồi trên ghế để chân chạm sàn. Đặt cánh tay lên bàn và thả lỏng tư thế.
Túi hơi phải nằm ngang tầm của tim.
2. Nhấn nút START để bắt đầu đo.
3. Giữ yên lặng và ngồi yên đến khi đo xong.



3. Bộ Nhớ

Máy theo dõi huyết áp tự động ghi lại các dữ liệu đo lường (giá trị Tâm Thu, Tâm Trương và Mạch) sau khi hoàn tất mỗi lần đo.

- Dung lượng bộ nhớ: 30 lần
- Khi bộ nhớ đạt dung lượng tối đa, nó sẽ xóa dữ liệu nhớ cũ nhất.
- Tất cả các dữ liệu bộ nhớ sẽ bị xóa khi tháo pin ra khỏi máy theo dõi.

1. Nhấn nút START và giữ yên trong khoảng 3 giây đến khi dấu “n01” xuất hiện trên màn hình.
2. Nhả nút.
3. Tất cả các dữ liệu sẽ được hiển thị tự động. (Dữ liệu mới nhất sẽ được hiển thị trước tiên)



4. Các điểm cần lưu ý để có được số đo chính xác

Trước khi đo

- 1) Hãy đo huyết áp vào cùng thời điểm mỗi ngày; huyết áp dao động trong ngày.
- 1) Hãy thả lỏng trong năm đến mười phút trước khi đo.
- 2) Ngồi ở vị trí thoải mái.
- 3) Mang túi hơi đúng cách trên cánh tay như mô tả bên trên.

Trong khi đo

- 1) Không nói chuyện.
- 2) Giữ yên lặng và bình tĩnh trong toàn bộ quá trình.
- 3) Giữ đai ngang tầm với tim.

Sau khi đo

- 1) Không lo lắng sau mỗi kết quả đo.
- 2) Tham vấn bác sĩ của bạn để tránh tự chẩn đoán.

Một số nhân tố làm tăng huyết áp của bạn



Cử động nhanh



Thay đổi đột ngột nhiệt độ xung quanh



Phấn khích



Uống rượu hoặc hút thuốc



Chứng béo phì



Thiếu ngủ

Để biết thêm chi tiết, vui lòng đọc cẩm nang hướng dẫn kèm theo máy

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

थययययय

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

A&D मॉनिटर खरीदने के लिए धन्यवाद!

संचालन मैनुअल

अनुक्रमणिका

1. प्रारंभ करना

- घटक निर्धारित करें 2
- उपकरण का वर्णन 2
- बैटरी स्थापित करना 3

2. माप

- कफ सुरक्षित करना 3
- अपना रक्तचाप मापना 4
- स्मृति दोहराना 4
- सटीक मापन के लिए युक्तियाँ 5

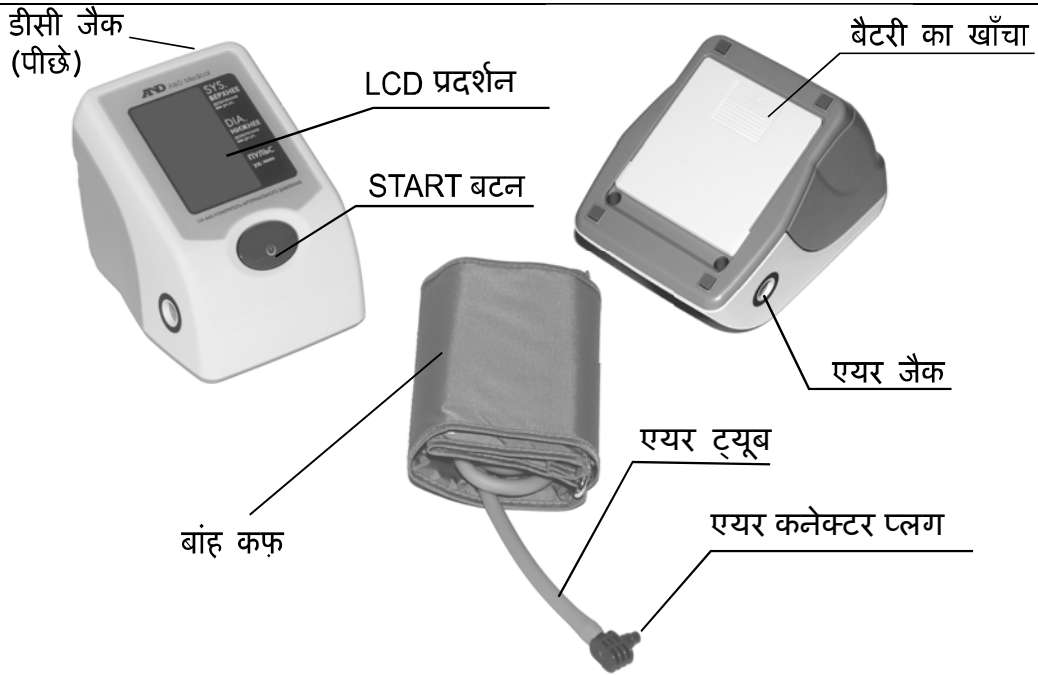
प्रारंभ करना

1. घटक निर्धारित करें

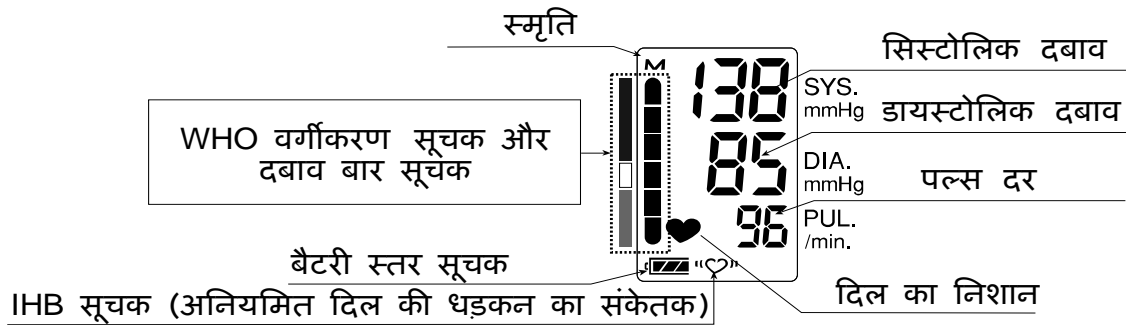
इस पैकेज में निम्नलिखित मदें शामिल हैं:

- रक्तचाप मॉनीटर
- हवा ट्यूब के साथ बांह का कफ़
- बैटरी (AA) x 4
- नरम कैरिंग केस
- निर्देश मैनुअल
- संचालन मैनुअल

2. उपकरण का वर्णन



प्रदर्शन का वर्णन



3. बैटरी स्थापित करना

1. ऊपर खिसकाकर बैटरी का कवर खोलें.
2. बैटरी के खाँचे में बैटरी स्थापित करें या बदलें जैसा कि दिखाया गया है. कृपया जाँच करें कि ध्रुव (+) और (-) सही हैं.
3. बैटरी कवर को नीचे खिसकाकर कवर बंद करें.
केवल R6P, LR6 या AA बैटरी का प्रयोग करें.



माप

1. कफ सुरक्षित करना

1. मॉनिटर के बाईं ओर एयर जैक में एयर कनेक्टर प्लग डालें.
2. कफ लूप में अपनी बाईं बांह डालें - हवा की ट्यूब तल में होनी चाहिए - और कफ को अपनी ऊपरी बांह पर लपेटें

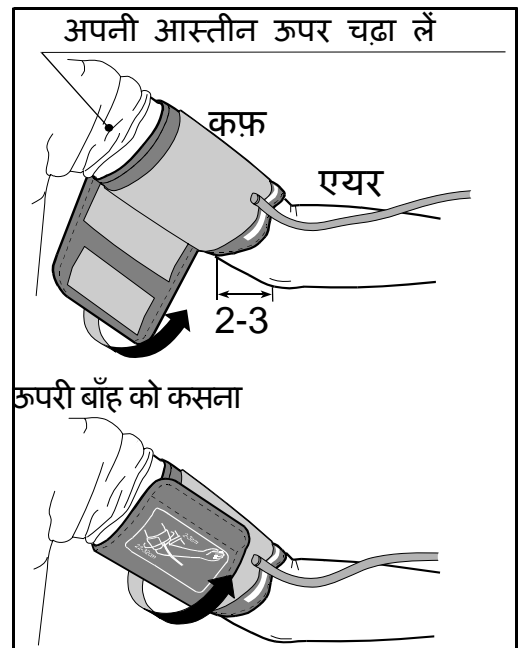


कहाँ:

कफ को कोहनी से 2 - 3 सेमी ऊपर होना चाहिए. कफ को सीधे त्वचा पर रखें, क्योंकि कपड़े से पल्स हल्की हो सकती है और माप में त्रुटि आ सकती है.

नोट:

- कृपया सुनिश्चित करें कि कफ आपकी बांह के आसपास ठीक से बँधा है, लेकिन सख्ती से नहीं. कफ और बांह के बीच 1 या 2 उंगलियाँ डालकर कफ की जकड़न को समायोजित करें.



2. अपना रक्तचाप मापना

1. कुर्सी पर बैठें और अपने पैर फर्श पर सपाट रखें। अपनी बांह मेज पर रखें और अपने शरीर को ढीला छोड़ें। कफ़ आपके दिल के समान स्तर पर होना चाहिए।
2. माप शुरू करने के लिए START बटन दबाएँ।
3. माप पूरा होने तक शांत और स्थिर बैठे रहें।



3. स्मृति दोहराना

हर माप पूरा होने के बाद रक्तचाप मॉनीटर (सिस्टोलिक, डायस्टोलिक और पल्स मान) माप डेटा को स्वतः याद रखता है।

- स्मृति की कुल संख्या: 30 सेट
- जब स्मृति अधिकतम क्षमता तक पहुँच जाती है, तो यह सबसे पुराना स्मृति डेटा हटा देती है।
- जब मॉनीटर से बैटरी निकाल दी जाएँगी तो सभी स्मृति डेटा मिट जाएगा।

1. START बटन दबाएँ, और लगभग 3 सेकंड तक बटन दबाए रखें जब तक कि प्रदर्शन पर "n01" चिह्न प्रकट नहीं होता।
2. बटन दबाना बंद कर दें।
3. सभी डेटा स्वचालित रूप से प्रदर्शित किया जाएगा। (नवीनतम डेटा पहले प्रदर्शित किया जाएगा)



4. सटीक मापन के लिए युक्तियाँ

माप से पहले

- 1) रक्तचाप हर दिन एक ही समय पर लें; रक्तचाप पूरे दिन में ऊपर-नीचे होता रहता है.
- 2) अपना माप लेने से पहले पांच से दस मिनट तक आराम करें.
- 3) आरामदायक स्थिति में बैठें.
- 4) कफ़ को अपनी बांह पर समुचित रूप से बाँधें जैसा कि ऊपर वर्णन किया गया है.

माप के दौरान

- 1) बात न करें.
- 2) पूरी प्रक्रिया के दौरान चुप और शांत रहें.
- 3) कफ़ को दिल के स्तर पर रखें.

माप के बाद

- 1) हर माप परिणाम के बाद घबराएँ नहीं.
- 2) अपने चिकित्सक से परामर्श करें और स्वयं के निदान से बचें.

कई कारक जो आपका रक्तचाप बढ़ाते हैं



त्वरित गति



परिवेश के तापमान
में अचानक परिवर्तन



उत्तेजना



अल्कोहल
या धूम्रपान



मोटापा



नींद की
कमी

अधिक जानकारी के लिए, कृपया पैकेज में शामिल अनुदेश मैनुअल पढ़ें.

Thank you!

감사합니다!

谢谢您!

ありがとうございます。

ଧଉଧନିୟ

धन्यवाद!

Salamat!

Terima kasih!

Cảm ơn bạn!

Terima kasih Anda telah membeli A&D Monitor!

Panduan Pengoperasian

Indeks

1. Memulai

- Komponen yang Disertakan..... 2
- Deskripsi Perangkat..... 2
- Memasang baterai..... 3

2. Pengukuran

- Mengencangkan Manset..... 3
- Mengukur Tekanan Darah Anda..... 4
- Pengingat Memori..... 4
- Tips untuk Pengukuran akurat..... 5

Memulai

1. Komponen yang Disertakan

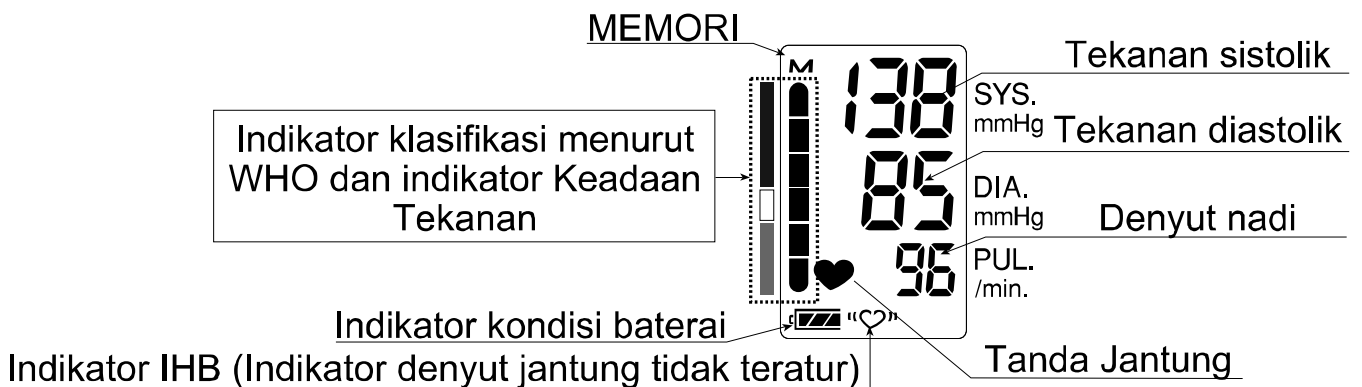
Kemasan ini berisi item-item berikut:

- Tensimeter (Monitor Tekanan Darah)
- Manset Lengan dengan selang karet udara
- Baterai (AA) x 4
- Wadah tensimeter empuk
- Panduan Instruksi
- Panduan Pengoperasian

2. Deskripsi Perangkat



Deskripsi Tampilan



3. Memasang baterai

1. Buka penutup baterai dengan menggesernya ke atas.
2. Pasang atau ganti baterai dalam ruang baterai seperti ditunjukkan pada gambar. Harap periksa apakah kutub (+) dan (-) benar.
3. Tutup penutup dengan menggeser penutup baterai ke bawah.
Hanya gunakan baterai R6P, LR6 atau AA.



Pengukuran

1. Mengencangkan Manset

1. Masukkan colokan konektor udara ke dalam jack udara di sisi kiri tensimeter.
2. Masukkan lengan kiri Anda ke bagian dalam lingkaran manset--selang udara harus berada di bawah--dan balutkan manset melingkari lengan atas Anda



Di mana:

Manset harus berada kira-kira 2 - 3 cm di atas siku. Letakkan manset langsung pada kulit, karena pakaian dapat membuat detakan menjadi lemah dan mengakibatkan kesalahan pengukuran.

Catatan:

- Pastikan manset terpasang dengan kencang pada lengan, tetapi tidak terlalu kencang. Sesuaikan



kekencangan manset dengan meletakkan 1 atau 2 jari di antara manset dan lengan.

2. Mengukur Tekanan Darah Anda

1. Duduk di kursi dengan telapak kaki menempel lantai. Letakkan lengan di meja dan relaksan posisi badan Anda.
Manset harus sejajar dengan jantung Anda.
2. Tekan tombol START untuk memulai pengukuran.
3. Tetap tenang dan diam sampai pengukuran selesai.



3. Pengingat Memori

Tensimeter ini mengingat data pengukuran (nilai Sistolik, Diastolik dan Denyut Nadi) secara otomatis setelah setiap pengukuran selesai.

- Jumlah total memori: 30 set
- Saat memori mencapai kapasitas maksimum, tensimeter akan menghapus data memori yang paling lama.
- Semua data memori akan terhapus jika baterai dilepas dari tensimeter.

1. Tekan tombol START selama kurang lebih 3 detik hingga tanda “n01” muncul pada layar.
2. Hentikan menekan tombol.
3. Semua data akan ditampilkan secara otomatis. (Data terbaru akan ditampilkan terlebih dulu)



4. Tips untuk Pengukuran akurat

Sebelum melakukan pengukuran

- 1) Ukurlah tekanan darah pada waktu yang sama setiap hari;
- 2) Bersantailah selama lima hingga sepuluh menit sebelum melakukan pengukuran.
- 3) Duduk dalam posisi santai.
- 4) Kencangkan manset dengan tepat seperti telah dijelaskan di atas.

Selama pengukuran

- 1) Jangan berbicara.
- 2) Tetap diam dan tenang selama proses pengukuran.
- 3) Sejajarkan posisi manset dengan jantung.

Setelah pengukuran

- 1) Jangan khawatir setelah mengetahui hasil pengukuran.
- 2) Konsultasikan dengan dokter Anda dan hindari swa-diagnosis.

Beberapa faktor yang dapat meningkatkan tekanan darah Anda



Gerakan cepat



Perubahan suhu sekitar yang tiba-tiba



Gembira



Mengonsumsi alkohol atau merokok



Obesitas



Kurang tidur

Untuk informasi yang lebih rinci, baca buku panduan instruksi yang disertakan dalam kemasan.

AND

A&D Company, Limited

1-243 Asahi, Kitamoto-shi, Saitama 364-8585 JAPAN

Telephone: [81] (48) 593-1111 Fax: [81] (48) 593-1119