

Návod k obsluze



Digitální měřič krevního tlaku

A Good Sense of Health



Úvod

OMRON RX3 Plus změří Váš krevní tlak a puls jednoduše a rychle na zápěstí, bez použití nafukovacího balónku či stetoskopu. Naměřené hodnoty ukládá OMRON RX3 Plus do paměti. OMRON RX3 Plus je určen pro zápěstí o obvodu 13,5 cm - 19,5 cm.

Obsah

1	Jak získat odpovídající výsledky měření	3
2	Popis přístroje	4
3	Příprava	4
3.1	Vložení baterií	4
3.2	Upevnění manžety na zápěstí	5
4	Provoz	6
4.1	Rídící funkce	6
4.2	Nastavení data a času	6
4.3	Měření	8
4.4	Čtení displeje	8
5	Paměť	9
5.1	Vyvolání průměrných hodnot	9
5.2	Vyvolání předchozích hodnot	10
5.3	Vymazání paměti	10
6	Uskladnění	11
7	Závady: příčiny a jejich odstranění	11
8	Údržba a náhradní díly	12
9	Technické údaje	13
10	Všeobecné informace o krevním tlaku	14

1 Jak získat odpovídající výsledky měření

Všeobecné pokyny

- OMRON RX3 Plus není vhodný k měření frekvence srdečních stimulátorů.
- Během těhotenství či v případě, že trpíte arytmií či arteriosklerózou, se poraďte se svým lékařem, neboť výsledky měření mohou být touto skutečností ovlivněny.
- Před měřením se vyhněte jídlu, pití (alkoholu), kouření, sportování a koupání.
- Před měřením i při něm buďte klidní a uvolnění.
- Nikdy neměňte dávkování léků předepsané Vaším lékařem.

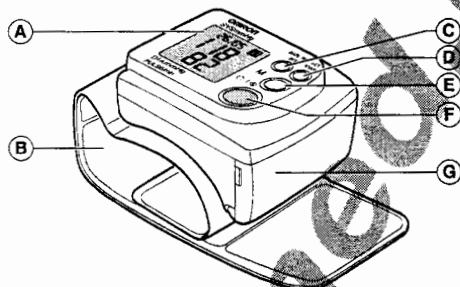
Rady pro měření krevního tlaku

- Měření krevního tlaku provádějte alespoň dvakrát denně (před snídaní, po práci).
- Nemějte si krevní tlak v dopravním prostředku.
- Měření provádějte pokaždé na stejném zápěstí, pohodlněji změřte tlak na levém zápěstí.
- Manžetu upevněte na zápěstí před zahájením měření.

Upozornění

- Provozní teplota je v rozmezí 10°C a 40°C.
- V okolí nesmí docházet k nadměrným vibracím, otřesům, působení magnetických polí, elektrickému šumu apod.
- Měření neprovádějte na přímém slunci.
- Při měření udržujte odstup od mobilních telefonů (min. 5 metrů).
- Manžetu neupevňujte jinak než na zápěstí.
- Dbejte na to, aby tlakoměr OMRON RX3 Plus nespadl na zem.

2 Popis přístroje



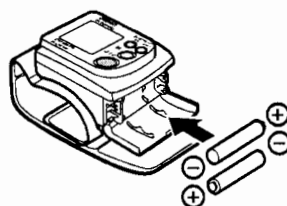
- | | | | |
|---|--------------------------|---|-----------------------------------|
| A | Displej | E | Tlačítko paměti (M) |
| B | Manžeta na zápěstí | F | Tlačítko Zapnuto/Vypnuto (On/Off) |
| C | Tlačítko nastavení (SET) | G | Prostor pro baterie |
| D | Tlačítko ADJUST | | |

3 Příprava

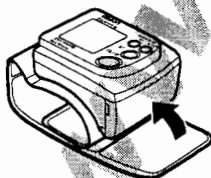
3.1 Vložení baterií



- 1 Otevřete kryt prostoru pro baterie.



- 2 Vložte dvě baterie do prostoru pro baterie.
Pozor! Použijte dvě identické alkalické 1,5V baterie typu AAA!



- 3 Prostor pro baterie uzavřete.

3.2 Upevnění manžety na zápěstí

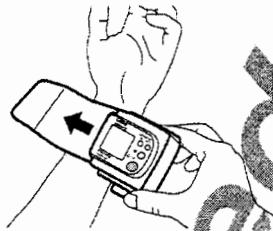
Pozor! Dokud není manžeta upevněna na zápěstí, nezapínejte přístroj.



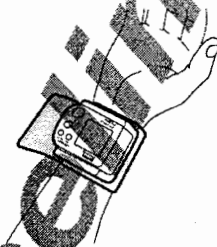
- 1 Obnažte své zápěstí.
Pozor! Vyhrňte si rukáv,
neomezte proudění krve!



- 3 Uchopte konec manžety a
obtočte ji kolem zápěstí.
Pozor! Ujistěte se, že manžeta
je dobře upevněna; nesvírejte
Vaše zápěstí!



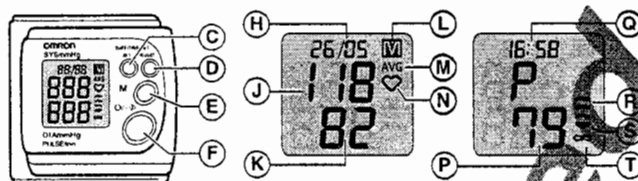
- 2 Umístěte displej na vnitřní stranu
zápěstí.



Poznámka: pro spolehlivé měření na
pravé paži umístěte monitor opačně.

4 Provoz

4.1 Řídící funkce



- C Tlačítko nastavení (SET)
- D Tlačítko ADJUST
- E Tlačítko paměti (M)
- F Tlačítko Zapnuto/Vypnuto (On/Off)

- H Datum
- J Systolický krevní tlak v mmHg.
- K Diastolický krevní tlak v mmHg.
- L Označení paměti (M): 21 hodnot v paměti.
- M Zobrazení průměrné hodnoty (AVG) posledních 3 měření.

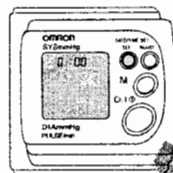
- N Kontrolka měření krevního tlaku:
 - bliká - probíhá měření,
 - rozsvítí se - měření je ukončeno.

- P Puls: srdeční puls za minutu.
- Q Čas
- R Nafukování: manžeta na zápěstí se nafukuje, měření začíná.
- S Vyfukování: manžeta na zápěstí se vyfukuje, měření končí.
- T Vybitá baterie: baterie jsou slabé/vybité.

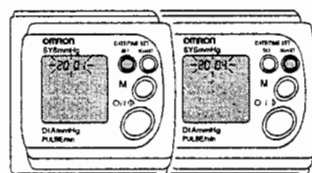
4.2 Nastavení data a času

Poznámka: pokaždé, když stisknete tlačítko ADJUST pro rok (2003-2030), měsíc (1-12), den (1-31), hodinu (0-23) a minutu (0-59), se nastavení posune o jednu jednotku. Pro rychlejší nastavení podržte tlačítko ADJUST stisknuté.

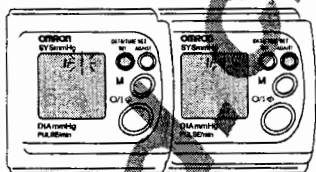
Poznámka: použijte šedé tlačítko (SET) k provedení instrukcí.



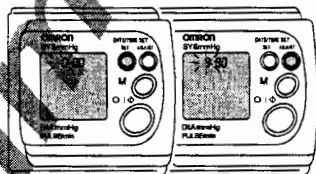
- 1 Stiskněte tlačítko SET nebo tlačítko ADJUST.



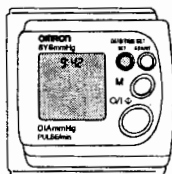
- 2 Stiskněte tlačítko SET na 2 sekundy. Stiskněte tlačítko ADJUST a nastavte současný rok.



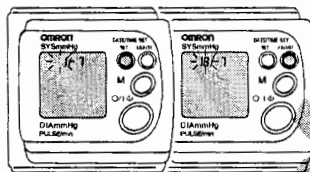
- 3 Stiskněte tlačítko SET k nastavení měsíce. Stiskněte tlačítko ADJUST a nastavte aktuální měsíc.



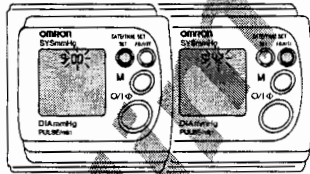
- 5 Stiskněte tlačítko SET pro nastavení hodiny. Stiskněte tlačítko ADJUST a nastavte aktuální hodinu.



- 7 Stiskněte tlačítko SET a ukončete tak nastavování.



- 4 Stiskněte tlačítko SET pro nastavení dne. Stiskněte tlačítko ADJUST a nastavte aktuální den.



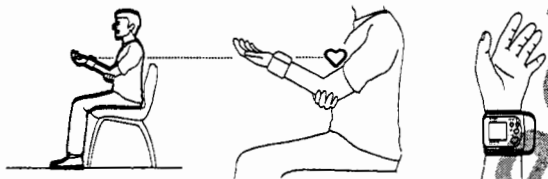
- 6 Stiskněte tlačítko SET a přejděte k nastavení minut. Stisknutím tlačítka ADJUST nastavte aktuální minuty.



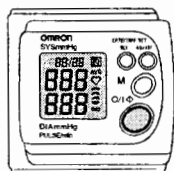
- 8 Stiskněte tlačítko Zapnuto/Vypnuto.

4.3 Měření

Pozor! Mezi dvěma následnými měřeními dodržujte interval alespoň 3 minuty!

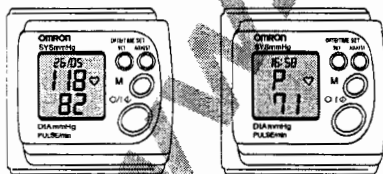


- 1 Usadte se pohodlně, vzpřímeně, chodidla mějte na zemi.
Pozor! V průběhu měření by měl být OMRON RX3 Plus vždy ve výšce srdce!

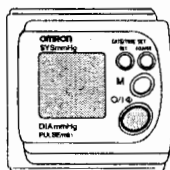
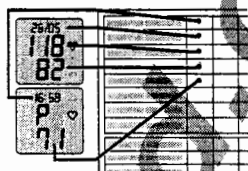


- 2 Stiskněte tlačítko Zapnuto/Vypnuto a zahajte tak měření.
Omron RX3 Plus měří během nafukování!
Pozor! Sedte klidně, nehýbejte se, nemluvte a nedotýkejte se tlakoměru RX3 Plus!

4.4 Čtení displeje



- 1 Odečtete hodnoty krevního tlaku a pulsu z displeje.
Poznámka: na displeji se střídavě zobrazuje datum, hodnoty krevního tlaku a čas, hodnoty pulsu.

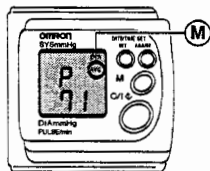
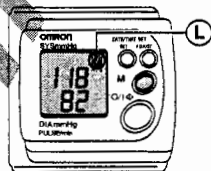


2 Datum, čas a naměřené hodnoty si poznamenejte do zápisníku pro záznam hodnot krevního tlaku.

3 Stiskněte tlačítko Zapnuto/Vypnuto a přístroj tak vypnete.

5 Paměť

5.1 Vyvolání průměrných hodnot



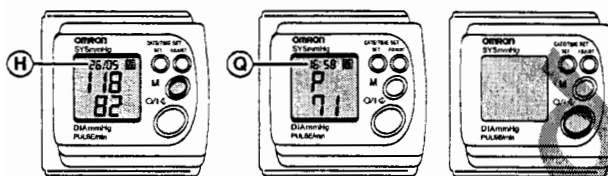
L Symbol paměti (M): 21 hodnot v paměti.

M Zobrazení průměrné hodnoty (AVG) posledních 3 měření.

1 Stiskněte tlačítko paměti.

Poznámka: displej ukazuje střídavě hodnoty krevního tlaku a pulsu.

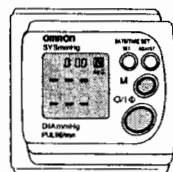
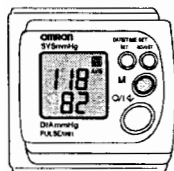
5.2 Vyvolání předchozích hodnot



H/Q Datum/čas měření

- 1 Stiskněte tlačítko paměti pro vyvolání posledních a předchozích hodnot. Stiskněte tlačítko Zapnuto/Vypnuto a přístroj tak vypněte.
Poznámka: Displej ukazuje střídavě datum, hodnoty krevního tlaku a čas, hodnoty pulsu.

5.3 Vymazání paměti



- 1 Stiskněte tlačítko paměti a přístroj tak zapněte.
- 2 Stiskněte tlačítko paměti a zároveň tlačítko Zapnuto/Vypnuto pro vymazání paměti.
Pozor! Všechny uložené hodnoty budou vymazány!

Stiskněte tlačítko Zapnuto/Vypnuto a přístroj tak vypněte.

6 Uskladnění

- OMRON RX3 Plus skladujte na suchém, uzavřeném místě při teplotě v rozmezí -20°C až 60°C.
- Pokud nebudete přístroj používat déle než 3 měsíce, vyjměte baterie.

7 Závady: příčiny a jejich odstranění

Označení	Závada	Příčina	Odstranění
	Není možno zobrazit správné hodnoty	Pohyb, zvukové vibrace, slabý tepenný puls	Počkejte alespoň 3 minuty a opakujte měření.
 prázdný displej	Nízké napětí	Slabé/vybité baterie	Vložte dvě nové identické 1,5 V alkalické baterie typu AAA.
Nesmyslné hodnoty		Špatná metoda měření	Postupujte podle návodu, opakujte měření.

8 Údržba a náhradní díly

Pokyny pro čištění

- K čištění tlakoměru OMRON RX3 Plus a manžety použijte měkký, lehce navlhčený hadřík.
Pozor! Nepoužívejte benzín, ředidla či jiná rozpouštědla.
Pozor! Manžetu neperte!
- Neprovádějte sami žádné opravy. Pokud se objeví nějaká závada, konzultujte ji v obchodě prodávajícím přístroje OMRON, či s distributorem, jehož adresa je uvedena na obalu.

Kalibrace

- Abyste měli jistotu, že přístroj funguje správně a přesně, doporučuje se provádět každé dva roky kontrolu jeho funkce a přesnosti měření. Poradte se v obchodě, kde jste přístroj zakoupili, nebo s distributorem, jehož adresa je uvedena na obalu.

Výměna baterií

- Vyjměte baterie z prostoru pro baterie a vložte dvě nové stejné 1,5V alkalické baterie typu AAA.

Náhradní díly

- Vzhledem k tomu, že firma OMRON dodržuje přísné zásady kvality, považuje hlavní jednotku přístroje za díl nevhodný k opravě, neboť by po výměně high-tech komponentů bylo nutno opětovně provést správnou kalibraci.
- Výměnu manžety ponechejte autorizovanému odborníkovi.

DŮLEŽITÉ INFORMACE PRO UŽIVATELE

Důležité informace týkající se elektromagnetické kompatibility (EMC) :

Tento přístroj vyrobený společností OMRON Healthcare vyhovuje normě ČSN EN 60601-1-2 Zdravotnické přístroje, část 1-Všeobecné požadavky na bezpečnost, oddíl 2-Elektromagnetická kompatibilita (EMC). Přesto je však zapotřebí dodržovat následující opatření:

Přístroj nepoužívejte v blízkosti mobilních telefonů nebo jiných zařízení, která vytvářejí silné elektrické nebo elektromagnetické pole. Od těchto zařízení doporučujeme dodržovat minimální vzdálenost 7 m. Je-li vzdálenost menší, ověřte správnou funkci přístroje.

Další dokumentaci v souladu s touto normou IEC60601-1-2:2001 poskytne společnost OMRON Healthcare Europe na adrese uvedené v tomto návodu pro obsluhu. Dokumentace je rovněž dostupná na adrese www.omron-healthcare.com.

Informace týkající se likvidace výrobku:



Tento výrobek, byl uveden na trh po 13.8.2005

Dle zákona č. 7/2005 Sb. zajišťujeme jeho zpětný odběr a bezplatnou likvidaci

prostřednictvím kolektivního systému společnosti RETELA, s.r.o. **Nevyhazujte proto**

tento výrobek nebo jeho části do směsného (komunálního) odpadu. Aktuální

seznam sběrných míst zjistíte na: www.retela.cz, e-mail: retela@retela.cz nebo

na tel. 251 562 559

9 Technické údaje

Název výrobku	Digitální měřič krevního tlaku OMRON
Model	RX3 Plus
Displej	Digitální displej s tekutými krystaly
Rozsah měření	Krevní tlak: 0 - 299 mmHg / Puls: 40 - 180 tepů/min
Přesnost	Tlak: ± 3 mmHg / Puls: $\pm 5\%$ naměřené hodnoty
Nafukování	Automatické elektrickým čerpadlem
Výfukování	Automatický rychlý výfukový systém
Zjišťování tlaku	Elektrostatický kapacitní tlakový senzor
Metoda měření	Oscilometrická
Paměť	21 měření
Zdroj energie	2 x 1,5V alkalické baterie typu AAA AC adaptér (volitelné příslušenství)
Životnost baterií	Nové baterie vystačí asi na 400 měření
Provozní teplota/vlhkost	+10°C až +40°C / 30% až max. 85% relativní vlhkosti
Provozní prostředí	Bez nadměrných vibrací, otřesů, magnetických polí, elektrického šumu apod.
Skladovací teplota/vlhkost	-20°C až +60°C / 10% až max. 95% relativní vlhkosti
Hmotnost	Asi 160 g včetně baterií
Vnější rozměry	Asi 79 mm (š) x 47 mm (v) x 71 mm (h)
Obvod manžety	Asi 13,5 cm až 19,5 cm
Příslušenství	Návod k obsluze, záruční list, zápisník hodnot krevního tlaku, 2 alkalické baterie, skladovací pouzdro
Poznámka	Technické úpravy jsou vyhrazeny bez předcházejícího ohlášení



= Typ B

CE 0197

Výrobce

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.
24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto,
615-0084, Japonsko

Zástupce pro EU

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.
Kruisweg 577, NL-2132 NA Hoofddorp

Tento přístroj splňuje předpisy směrnice EC 93/42/EEC (Směrnice pro lékařské přístroje).

Tento tlakoměr byl vyvinut v souladu s evropskou normou EN1060, Neinvazivní tonometry, Část 1: Všeobecné požadavky a Část 3: Dodatečné požadavky pro elektromagnetické systémy měření krevního tlaku.

10 Všeobecné informace o krevním tlaku

Proudění krve

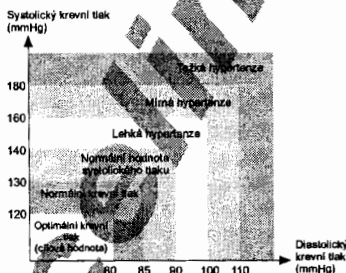
Zásobování těla kyslíkem je zajišťováno prouděním krve v těle. Krevní tlak je tlak vyvíjený na stěny tepen.

Hodnota systolického krevního tlaku (vyšší tlak či vyšší hodnota) udává krevní tlak vyvinutý stahem srdečního svalu.

Hodnota diastolického krevního tlaku (nižší tlak či nižší hodnota) udává krevní tlak vzniklý uvolněním srdečního svalu.

Klasifikace krevního tlaku

Světová zdravotnická organizace (WHO) a Mezinárodní společnost pro hypertenzi (ISH) vypracovaly klasifikaci krevního tlaku. Tato klasifikace je založena na hodnotách krevního tlaku měřeného sedícím osobám na ambulantních odděleních nemocnic.



Podle klasifikace krevního tlaku vypracované WHO/ISH.

Zdraví a krevní tlak

Četnost výskytu onemocnění hypertenzí se zvyšuje s věkem. Navíc nedostatek cvičení, přebytek tělesného tuku a vysoká hladina cholesterolu (LDL) usazujícího se na cévních stěnách, snižují elasticitu cév.

Hypertenze urychluje sklerózu tepen, což může vést k velmi vážným stavům, jako je mrtvice a infarkt myokardu. Z těchto důvodů je velmi důležité vědět, zda je krevní tlak ve správném rozmezí. Krevní tlak se mění každou minutu v průběhu celého dne. Proto je podstatné provádět pravidelná měření, která Vám pomohou určit průměrnou hodnotu krevního tlaku.

Příznaky vysokého krevního tlaku

Vysoký krevní tlak může zůstat nerozpoznán po dlouhou dobu, protože se neprojevuje nápadnými příznaky. Možné příčiny abnormálně vysokého krevního tlaku jsou následující:

- Nadváha
- Vysoká hladina cholesterolu

- Kouření
- Nadměrná spotřeba alkoholu
- Stres a citové problémy
- Nadměrná konzumace soli
- Nedostatek fyzického cvičení
- Genetické/dědičné dispozice
- Závažné nemoci, jako jsou poruchy ledvin či žláz s vnitřní sekrecí

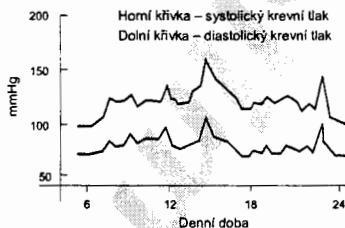
Měření krevního tlaku

Každodenní měření krevního tlaku umožňuje včasné rozpoznání vysokého krevního tlaku a zajištění lékařské péče.

Oscilometrická metoda určuje Váš krevní tlak měřením kolísání tlaku, které je způsobeno pulsními vlnami.

Vzhledem k tomu, že se Váš krevní tlak během dne mění (viz grafické znázornění), měli byste se vždy měřit ve stejnou denní dobu, aby výsledky měření byly skutečně porovnatelné. Nervozita a napětí v lékařské ordinaci mohou způsobit, že Váš krevní tlak bude vyšší než ve známém prostředí doma. Říká se tomu "syndrom bílého pláště".

Léčba vysokého krevního tlaku



Příklad: kolísání hodnot krevního tlaku během dne (muž, 35 let)

Dosahují-li při opakovaném měření po dobu několika dní hodnoty Vašeho systolického krevního tlaku 140-160 mmHg a diastolického krevního tlaku 90-95 mmHg či vyšších, měli byste požádat Vašeho lékaře o podrobné lékařské vyšetření. Léčbu předepsanou Vaším lékařem můžete podpořit následujícím způsobem:

- Snižte svou tělesnou hmotnost a upravte hladinu cholesterolu omezením příjmu kalorií a tuku ve Vaší stravě.
- Omezte konzumaci alkoholu.
- Zredujte příjem soli. Německá liga pro boj s vysokým krevním tlakem doporučuje konzumovat v průměru 6 g (tzn. 1 čajovou lžičku) soli za den.
- Přestaňte kouřit.
- Pravidelně cvičte.
- Sledujte svůj krevní tlak.



OMRON

Dovoz, distribuci a servis zajišťuje:

CELIMED, s.r.o., Pasteurova 9,
400 01 Ústí nad Labem

tel: 475 212 038, e-mail: info@celimed.cz
www.celimed.cz ; www.krevnitolak.cz