

Portatīvais asinsspiediena mērītājs

Lietošanas instrukcija

Paldies, ka iegādājāties šo produktu.

Pirms produkta lietošanas, lūdzu, rūpīgi izlasiet šo lietošanas instrukciju.

Ja Jūs šo produktu nododat citam lietotājam – lūdzu, dodiet viņam līdzī arī šo instrukciju.



Atruna

Šī instrukcija un tajā aprakstītais produkts nav paredzēts kā padomu vai ieteikumu kopums, kas varētu aizstāt ārsta vai cita medicīnas darbinieka konsultāciju vai ieteikumus.

Šeit ietverta informācija nevar izmantot veselības problēmu diagnosticēšanai vai ārstēšanai. Ja Jums ir aizdomas, ka Jums ir veselības problēmas, nekavējoties konsultējieties ar savu ārstu.

Portatīvā asinsspiediena mērītāja pielietošana

Ierīce ir paredzēta cilvēka sistoliskā asinsspiediena, diastoliskā asinsspiediena un sirdsdarbības ātruma mērīšanai uz plaukstas locītavas ar oscilometrisko mērīšanas metodi.

Šo produktu ir ieteicams lietot cilvēkiem, kas vecāki par 18 gadiem. Produkts ir paredzēts tikai mājas lietošanai.

Kas ir asinsspiediens?

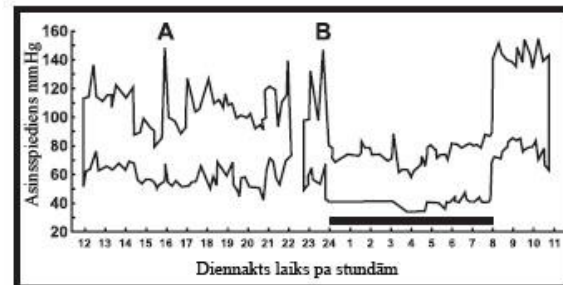
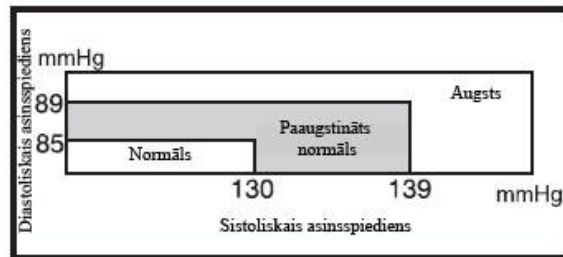
Asinsspiediens ir asins plūsmas spiediens, ko asinis izdara uz artēriju sienām. Katrs sirds puksts izraisa arteriālā spiediena palielināšanos. Augstāko asinsspiedienu dēvē par maksimālo jeb sistolisko asinsspiedienu, un tas atbilst sirds saraušanās kustībai, kas iepludina asinis artērijās, zemāko - dēvē par minimālo jeb diastolisko asinsspiedienu, un tas atbilst asins spiedienam starp divām sirds saraušanās kustībām. Asinsspiedienu ietekmē tādi faktori kā – asinsvadu paplašināšanās vai sašaurināšanās, hormoni, fiziskā slodze, stress, alkohola lietošana, smēķēšana. Parasti asinsspiediens no rīta ir zemāks un paaugstinās dienas laikā.

PVO asinsspiediena klasifikācija

Pasaules Veselības organizācija ir izstrādājusi standartu kā novērtēt vai asinsspiediens ir zems vai augsts neatkarīgi no cilvēka vecuma. Skat, tabulu pa labi.

Asinsspiediena izmaiņas

Individuāls asins spiediens ir ļoti atšķirīgi gan atkarībā no diennakts laika (rīts, vakars, nakts) gan gadalaika, gan fiziskās aktivitātes. Šīs atšķirības ir vēl izteiktākas cilvēkiem ar augstu asinsspiedienu. Parasti asinsspiediens dienas laikā palielinās un ir vismazākais gulēšanas laikā. Grafikā pa labi ir redzamas asinsspiediena izmaiņas vienas diennakts laikā (mērījumi veikti ik pēc 5 minūtēm)

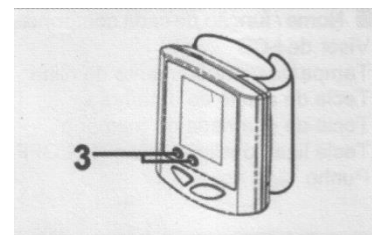
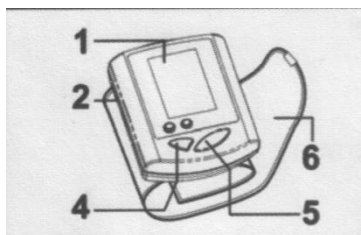


Svarīgi, Lūdzu, izlasiet pirms asinsspiediena mērītāja lietošanas!

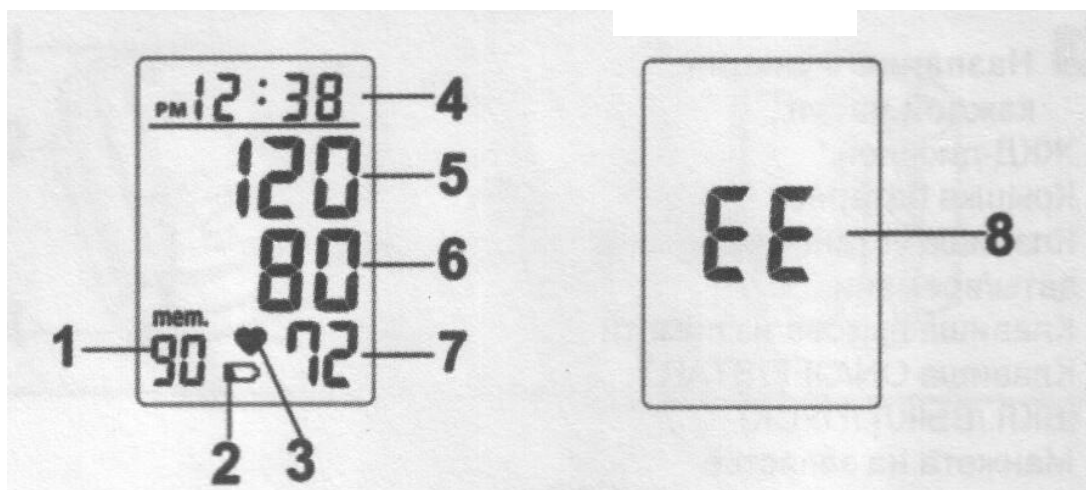
- Pirms asinsspiediena mērīšanas atpūties miera stāvoklī apmēram 5 līdz 10 minūtes.
- Lai asinsvadi atgrieztos iepriekšējā/normālā stāvoklī, atkārtotu mērījumu veiciet ne ātrāk kā pēc 3 līdz 5 minūtēm pēc iepriekšējā mērījuma veikšanas.
- Ja Jums ir kāda sirds-asinsvadu slimība, kā ateroskleroze, diabēts, aknu slimības, nieru slimības, smaga hipertonijs ..., lūdzu, konsultējieties ar savu ārstu pirms lietojat šo ierīci.
- Ja tikko esat lietojis kofeīnu saturošus dzērienus vai smēķējis – nogaidiet 30 līdz 40 minūtes pirms veicat mērījumu.
- Asinsspiediena mērījumu rezultātus var interpretēt tikai kvalificēts ārsts, kas ir pazīstams ar Jūsu slimības vēsturi un veselības stāvokli.
- Kad lietojat asinsspiediena mērītāju Jūsu delnas locītavai ar asinsspiediena mērītāju ir jābūt tai pašā augstumā kā Jūsu sirdij. Aprocei ir jābūt stingri aplīkai.
- Mērījuma laikā nekustiniet roku, uz kuras ir uzlikts asinsspiediena mērītājs.
- Asinsspiediena aproce ir jāliek uz kailas rokas, ja starp Jūsu roku un asinsspiediena mērītāju būs kāds apģērba gabals, mērījums būs nepareizs.
- Cilvēkiem ar asinsrites traucējumiem šis asinsspiediena mērītājs var uzrādīt zemākus lasījumus. Konsultējieties ar savu ārstu, lai noteiktu, vai asinsspiediena mērītāja lasījumi precīzi atspoguļo jūsu faktisko asinsspiedienu.

Ierīces apraksts

1. LCD displejs.
2. Bateriju nodalījums.
3. Datuma un laika uzstādīšana.
4. Atmiņas rādījumu izsaukšana.
5. Ierīces ieslēgšanas / izslēgšanas un mērījuma sākšanas poga.
6. Plauksta locītavas aproce.

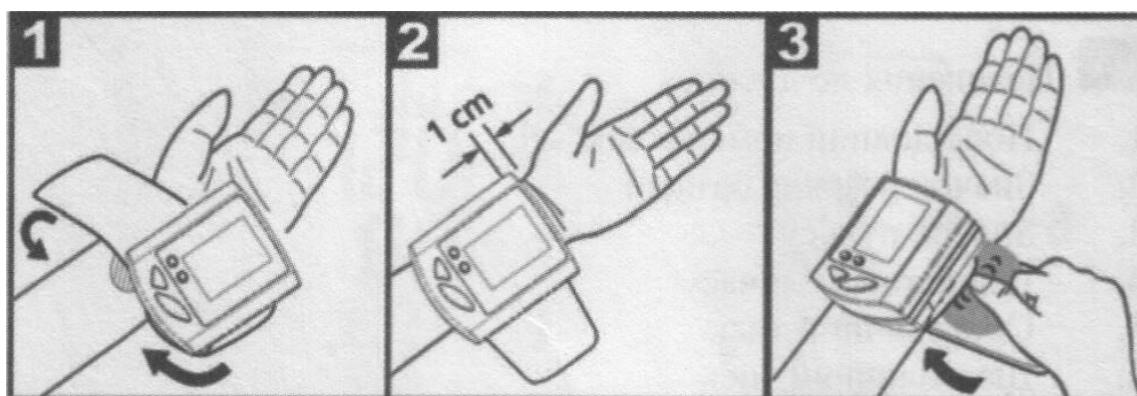


LCD displejā redzamo simbolu skaidrojums



1. Atmiņas ieraksts.
2. Zems bateriju līmenis.
3. Pulsa simbols.
4. Datuma / laika indikators.
5. Sistoliskais (augšējais) asinsspiediens.
6. Diastoliskais (apakšējais) asinsspiediens.
7. Sirds ritms.
8. Mērījuma kļūda.

Asinsspiediena rokas aproces uzlikšana



1. Asinsspiediena mērītājam ir jāatrodas plaukstas iekšpusē (zīm. 1.).
2. Plaukstas locītavai ir jābūt kailai
3. Pārliecinieties vai aproces mala ir apmēram 1 cm attālumā no plaukstas (zīm. 2.).
4. Uzliekot ierīci asinsspiediena mērītāja aproce nav stingri jānovelk (zīm. 3.).

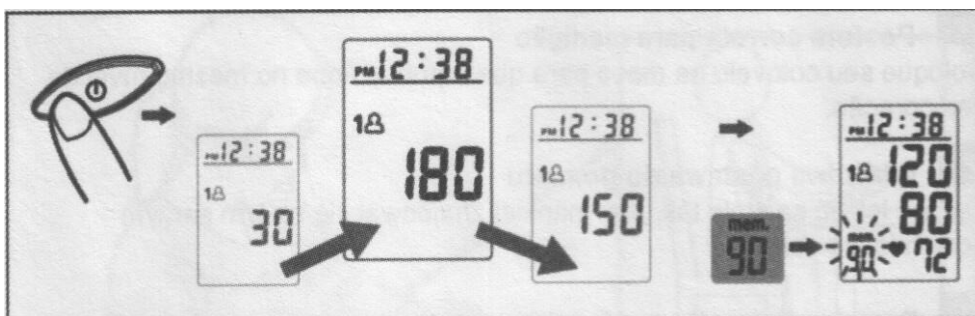
Uzmanību! Nenostipriniet asinsspiediena mērītāja aproci pārlietu cieši.


Pareiza mērījuma pozīcija

1. Ir ļoti svarīgi, lai mērījuma veikšanas laikā asinsspiediena mērītājs atrastos vienā līmenī ar Jūsu sirdi. Ja asinsspiediena mērītājs būs augstāk vai zemāk, mērījums būs atšķirīgs no Jūsu patiesā asinsspiediena.
2. Nolieciet elkoni uz galda vai uz kā cita līdzīga un novietojiet roku kā parādīts zīmējumā pa labi.
3. Delnas iekšpusei ir jābūt vērstai uz augšu. Atslābiniet roku un veiciet mērījumu.

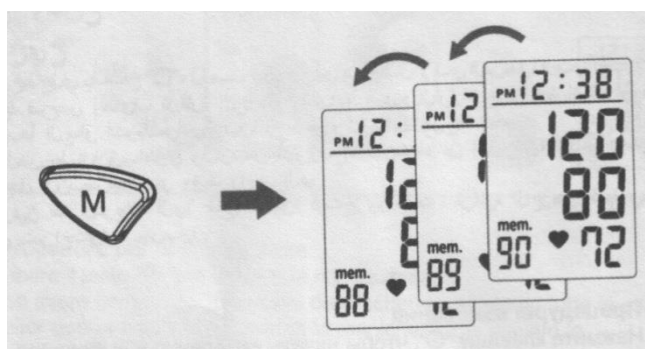


Asinsspiediena mērīšana







- Uzlieciet asinsspiediena mērītāju uz plauksta locītavas, kā aprakstīts iepriekš.
- Apsēdieties pareizā mērījuma veikšanas pozīcijā, kā aprakstīts iepriekš.
- Nospiediet „” podziņu, lai sāktu mērījumu.
- Pēc tam, kad LCD displejā iedegsies visi simboli aprobece automātiski piepildīsies ar gaisu un tiks uzsākts mērījums.
- Uz displeja Jums parādīsies Sistoliskais (augšējais) asinsspiediens, Diastoliskais (apakšējais) asinsspiediens un pulss.
- Šīs vērtības automātiski saglabāsies ierīces atmiņā.

Saglabāto mērījumu izdzēšana



- Izņemiet baterijas no asinsspiediena mērītāja un visi dati no atmiņas tūlīt tiks izdzēsti.
- Lai pārbaudītu vai dati tiešām ir izdzēsti, ielieciet baterijas un nospiediet „M” podziņu – ja dati neparādās – tie ir veiksmīgi izdzēsti.


Datuma un laika ievadīšana

- Nospiediet pogu  un ar pogu  iestādiet mēnesi.
- Pēc tam nospiediet pogu  un ar pogu  secīgi iestatiet datumu, stundu, minūtes un apstipriniet ievadi.

Bateriju maiņa

Noņemiet bateriju nodalījuma vāciņu, izņemiet vecās un ielieciet jaunas baterijas kā parādīts bateriju nodalījumā esošajā zīmējumā. Esiet uzmanīgi! Baterijas ir jāievieto pareizā polaritātē, citādi ierīce var tikt sabojāta.

LCD displejā redzamo simbolu apraksts

Simbols	Parādīšanās iemesls	Nepieciešamās darbības
Displejs paliek melns	Iekārta ir izslēgta. Baterijas ir pārāk tukšas. Baterijas ievietotas nepareizi.	Tiek veikts mērījums – nekustieties un nesarunājaties.
	Parādās kad bateriju voltāža ir nepietiekama precīza mērījuma veikšanai	Nomainiet abas baterijas. Pievērsiet uzmanību pareizai bateriju polaritātei.
Displejā rādās "E2"	Mērījumu laikā Jūs runājat vai pārvietojaties.	Mērījumu veikšanas laikā sēdiet mierīgi, nerunājiet un neveiciet NEKĀDAS darbības.
Displejā rādās "EE"	Mērījumu laikā Jūs runājat vai pārvietojaties. Nepareizi uzlikta aprobe. Roka netiek turēta sirds līmenī.	Mērījumu veikšanas laikā sēdiet mierīgi, nerunājiet un neveiciet NEKĀDAS darbības. Veiciet ierīces atkārtotu uzlikšanu, ievērojot instrukcijā dotos norādījumus. Mērījumu veikšanas laikā turiet roku vienā līmenī ar sirdi.

Ierīces kopšana

- Noslaukiet ierīci ar mīkstu ūdenī vai maigā mazgāšanas līdzeklī samitrinātu lupatiņu.
- Nosusiniet ierīci ar papīra dvieli.
- Ierīces tīrīšanai nedrīkst lietot benzīnu vai citus šķīdinātājus.
- Ja ierīce ilgāku laiku netiek lietota – izņemiet no tās baterijas.
- Neglabājiet ierīci temperatūrā, kas ir zemāka par -20°C vai augstāka par $+70^{\circ}\text{C}$
- Neglabājiet ierīci mitrās un putekļainās vietās vai vietās kur to var sasniegt tieši saules stari.
- Nekad neveiciet mērījumu, ja ierīce nav nostiprināta uz Jūsu delnas locītavas – tas var radīt neatgriezeniskus bojājumus asinsspiediena mērītāja aplocei.

Uzmanību!

- Ierīce ir paredzēta asinsspiediena mērīšanai tikai pieaugušajiem.
- Nelietojiet ierīci, ja Jūsu plaukstas locītava ir jebkādā veidā savainota.
- Ja aprocēs piepūšana netiek pārtraukta –uzreiz atveriet aploci un noņemiet ierīci.

Tehniskie parametri

- Mērījumu diapazons: Spiediens - no 0~300mmHg. Pulss - no 40~199 sitieniem/minūtē
- Mērījumu precizitāte: Spiediens +/- 3mmHg. Pulss +/- 5%
- Atmiņas apjoms: 90 mērījumi
- Ierīces svars: aptuveni 144g (ieskaitot baterijas)
- Baterijas: 2x AAA (1,5V) Alkiline baterijas
- Mērījumu skaits ar vienu bateriju komplektu: aptuveni 250 reizes.

Ierīces garantija neattiecas:

- Uz ierīces daļu dabisko nolietojumu, kas radies ierīces ilgstošas lietošanas rezultātā.
- Uz bojājumiem, kas radušies ierīces nepareizas lietošanas vai glabāšanas rezultātā.
- Uz mehāniskiem ierīces bojājumiem, kas radušies tās krišanas vai cita līdzīga iemesla rezultātā.
- Uz bojājumiem, kas radušies nekvalificēta remonta, neatbilstošu detaļu lietošanas, ierīces samirkšanas vai pārslogošanas rezultātā.

Apkārtējās vides aizsardzība

Šis simbols uz ierīces vai uz tās iepakojuma norāda uz to, ka šo ierīci nedrīkst nodot parastos sadzīves atkritumos, bet tā nododama atsevišķi īpašā elektrisko un elektronisko iekārtu savākšanas vietā.

■ Pareizi utilizējot šo ierīci Jūs dosiet savu ieguldījumu apkārtējās vides un savu līdzcilvēku veselības aizsardzībā. Nepareizas utilizācijas rezultātā tiek apdraudēta apkārtējā vide un cilvēku veselība. Plašāku

informāciju par šīs ierīces otrreizējo pārstrādi varat saņemt savā pašvaldībā, no sava atkritumu apsaimniekotāja vai veikalā, kur šo ierīci iegādājāties.

Šīs preces lietošana ir saistīta ar personisko higiēnu.

Ministru kabineta noteikumu Nr.255 “Noteikumi par distances līgumu” 22. punkta 5.

apakšpunkts nosaka, ka: “Patērētājs nevar izmantot atteikuma tiesības, ja patērētājs ir atvēris iepakojumu precei, kuru veselības un higiēnas apsvērumu dēļ nevar atdot atpakaļ;”

Ražotājs: Germania Vertriebs GmbH, Vācija.