

Asinsspiediena mērītājs Health Assure

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 cits medicīnas darbinieka konsultāciju vai ieteikumus.

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

Klasiskā asinsspiediena mērītāja pielietošana

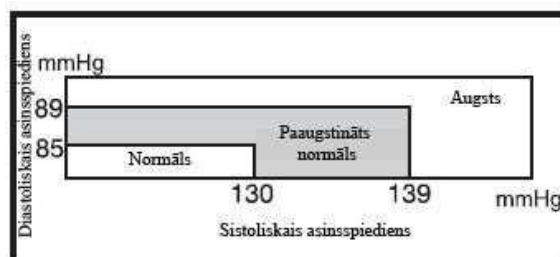
Ierīce ir paredzēta cilvēka sistoliskā asinsspiediena, diastoliskā asinsspiediena un sirdsdarbības ātruma mērīšanai uz augšdelma ar oscilometrisko mērīšanas metodi. Šo produktu ir ieteicams lietot cilvēkiem, kas vecāki par 18 gadiem. Produkts ir paredzēts tikai mājas lietošanai.

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

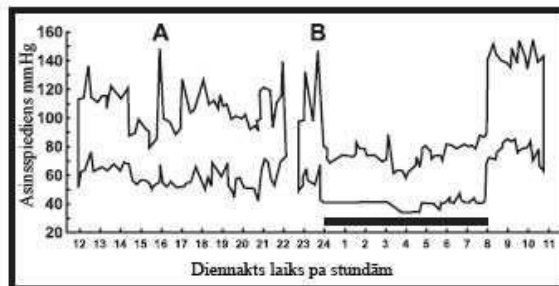
Pasaules Veselības organizācija ir izstrādājusi standartu kā novērtēt vai asinsspiediens ir zems vai augsts neatkarīgi no cilvēka vecuma. Skat, tabulu pa labi.



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 ir vismazākais gulēšanas laikā.

Grafikā pa labi ir redzamas asinsspiediena izmaiņas vienas diennakts laikā (mērījumi veikti ik pēc 5 minūtēm)

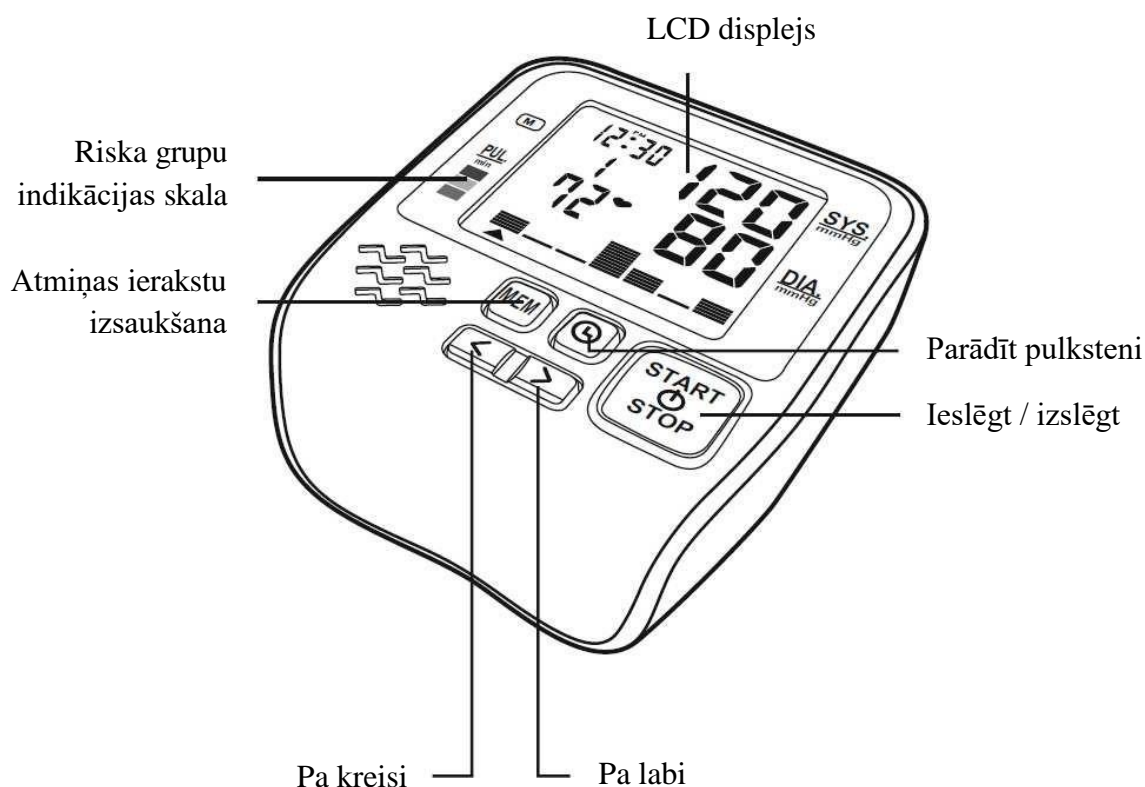


un

Svarīgi, Lūdzu izlasiet pirms asinsspiediena mērītāja lietošanas!

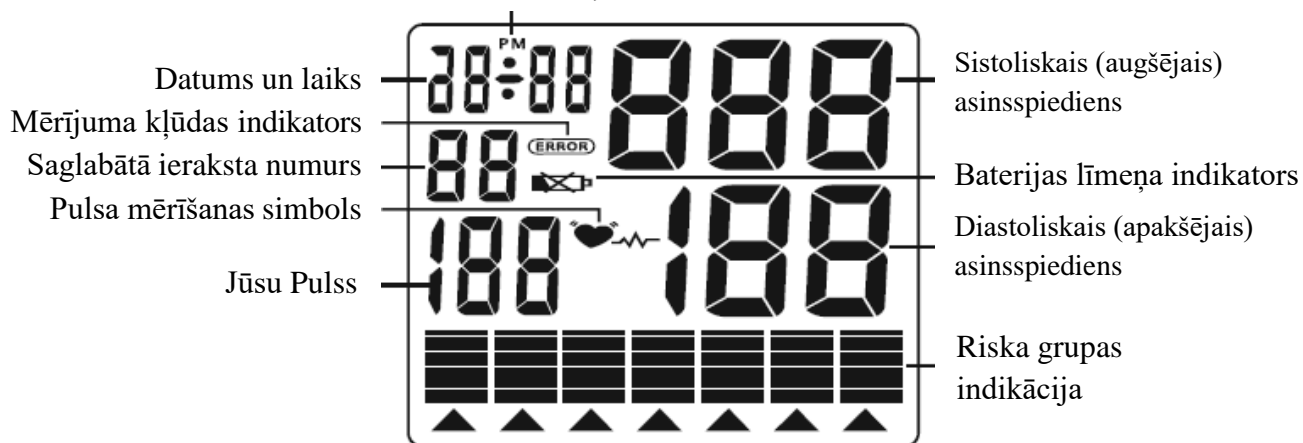
- Pirms asinsspiediena mērīšanas atpūties miera stāvoklī apmēram 5 līdz 10 minūtes.
- Lai asinsvadi atgrieztos iepriekšējā/normālā stāvoklī, atkārtotu mērījumu veiciet ne ātrāk kā pēc 3 līdz 5 minūtēm pēc iepriekšējā mērījuma veikšanas.
- Ja Jums ir kāda sirds-asinsvadu slimība, kā ateroskleroze, diabēts, aknu slimības, nieru slimības, smaga hipertoniija..., 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 apliktai un roka nedrīkst būt, sasprindzināta.
- Mērījuma laikā nekustiniet roku, uz kuras ir uzlikts asinsspiediena mērītājs.
- Asinsspiediena aproce ir jāliek uz kailas rokas, ja starp Jūsu roku ir 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.
- Lai iegūtu maksimāli precīzu rezultātu – izmēriet asinsspiedienu 3 reizes pēc kārtas un aprēķiniet rādījumu vidējo vērtību.
- Ar šo ierīci iegūtie rezultāti ir līdzvērtīgi tiem, ko iegūst, klausoties ar stetoskopu, kas ir novietots zem aproces.

Ierīces apraksts



LCD displejā redzamo simbolu skaidrojums

Dienas daļas indikators (am – līdz 12:00 / pm – pēc 12:00)




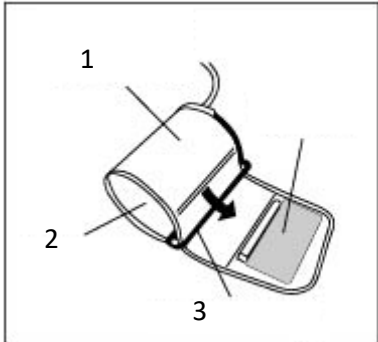
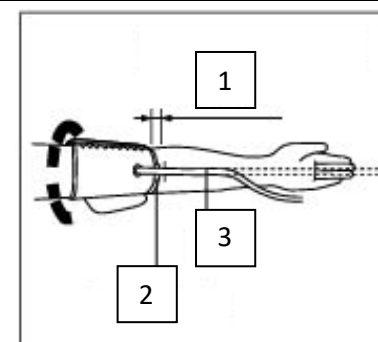
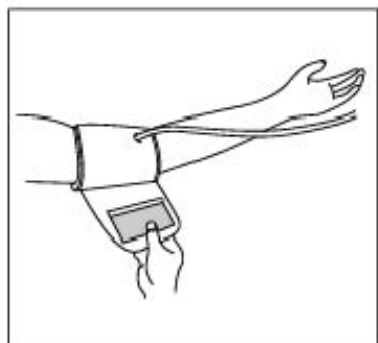
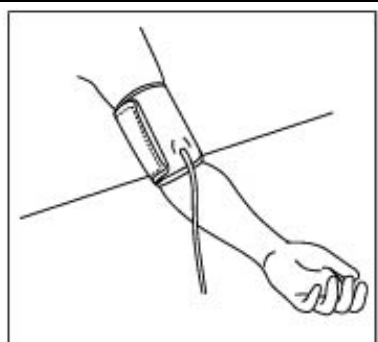
Bateriju maiņa

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

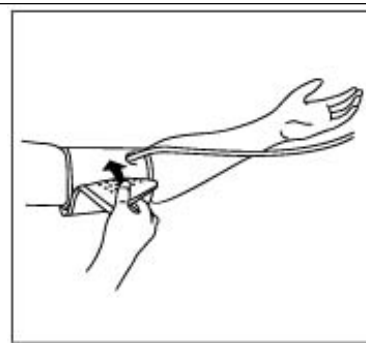
Izplatītājs: SIA TV SHOP.lv, Vienotais reģistrācijas numurs: 42103100671

Jautājumu vai pretenziju gadījumā, lūdzu, rakstiet uz: info@tv-shop.lv un mēs centīsimies atrast risinājumu.

Augšdelma aploces uzlikšana (Klasiskais asinsspiediena mērītājs)

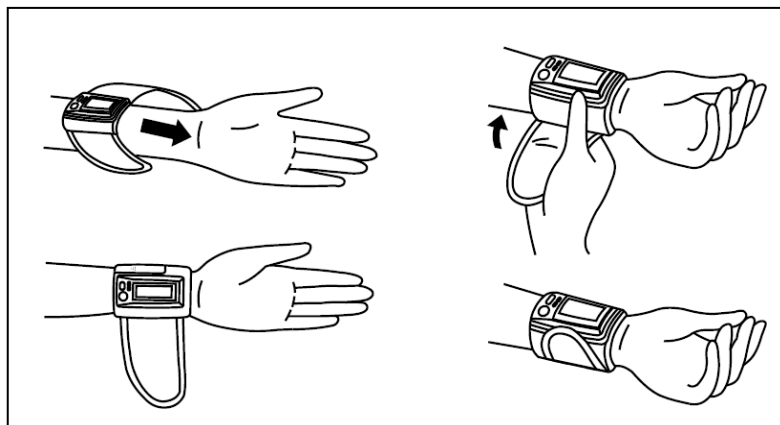
<p>Kreisajai rocai iekšpusē ar diviem pirkstiem lokalizēt brahiālo artēriju (kas atrodas apmēram 2,5 cm virs elkoņa) Noteikt, kur pulss ir visspēcīgākais.</p>	
<p>Sagatavojiet aproci, pirms to uzlikt uz rokas, t.i., atbīdiēt aproci līdz metāla kāpslim.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Manšetes virspuse – no plīša; 2. Manšetes iekšpuse – no līdzena auduma; 3. Metāla kāpslis. 	
<p>Ievietojiet aprocē kreiso roku. Aproces apakšējā mala ir jānovieto apmēram 1,5 cm virs elkoņa.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apakšējai manšetes malai ir jābūt apmēram 1,5 cm attālumā no locītavas <i>bedrītes</i> elkoņa iekšpusē; 2. Vads, kas savieno manšeti ar mērierīci; 3. Sekojiet, lai mērījuma veikšanas laikā vads, kas savieno manšeti ar mērierīci nebūtu sagriezies un uz tā nebūtu cilpas. 	
<p>Cieši nostipriniet aproci ar lipekli. Aproce nedrīkst būt uzlikta par vaļīgu, vai par stipru. Jums ir jāvar zem aproces palikt brīvi vienu pirkstu.</p>	
<p>Mērījumi ir jāveic sēdus stāvoklī. Roku novietojiet uz galda tā, ka aproce ir vienā līmenī ar Jūsu sirdi.</p>	

Atbrīvojiet roku un pagrieziet to uz augšu.
Pārliecinieties vai caurule zem aproces nav salocījiesies.



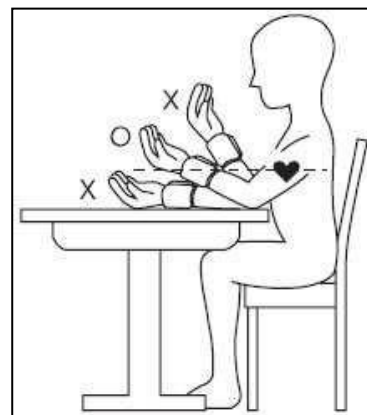
Apakšdelma aploces uzlikšana (Portatīvais asinsspiediena mērītājs)

1. Asinsspiediena mērītājam ir jāatrodas plaukstu iekšpusē.
2. Plaukstu locītavai ir jābūt kailai
3. Pārliecinieties vai aproces mala ir apmēram 1 cm attālumā no plaukstu.
4. Uzliekot ierīci, asinsspiediena mērītāja aploce nav stingri jānovelk.
5. Nenostipriniet asinsspiediena mērītāja aploci 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 galdā vai uz kā cita līdzīga un novietojiet roku kā parādīts zīmējumā pa labi.
3. Delnas iekšpusei ir jābūt vērsta uz augšu. Atslābiniet roku un veiciet mērījumu.



LCD displejā redzamo simbolu apraksts

Simbols	Parādīšanās iemesls	Nepieciešamās darbības
	Simbols parādās un mirgo, kad asinsspiediena mērītājs uztver pulsu plaukstu locītavā.	Tiek veikts mērījums – nekustieties un nesarunājaties.
	Parādās kad bateriju voltāža ir nepietiekama precīza mērījuma veikšanai	Nomainiet baterijas. Pievērsiet uzmanību pareizai bateriju polaritātei.
	Parādās kad mērījums nav bijis veiksmīgs.	Pārbaudiet vai asinsspiediena mērītāja aproce ir pareizi uzlikta Nospiediet „START/STOP” podziņu un veiciet mērījumu vēlreiz.

Mērījumu veikšana

- Ievietojiet baterijas:
 - Atveriet bateriju nodalījuma vāciņu un ievietojiet baterijas pareizā polaritātē.
 - Visiem LCD simboli parādīsies displejā 3 sekunžu laikā.


Veikt mērījumus Jūs varat gan izmantojot tikai baterijas, gan izmantojot elektriskās strāvas AC adapteri.

- Datuma un laika iestatīšana:
 - Nospiediet „Parādīt pulksteni” podziņu – „mēneši” sāks mirgot.
 - Nospiediet „Pa kreisi” vai „Pa labi” podziņu, lai iestādītu pareizu mēnesi – vienreiz 1, divreiz 2 utt.
 - Atkal nospiediet „Parādīt pulksteni” podziņu – „datumi” sāks mirgot.
 - Nospiediet „Pa kreisi” vai „Pa labi” podziņu, lai iestādītu pareizu datumu.
 - Atkal nospiediet „Parādīt pulksteni” podziņu – „stundas” sāks mirgot.
 - Nospiediet „Pa kreisi” vai „Pa labi” podziņu, lai iestādītu pareizu stundu 12 stundu formātā.
 - Atkal nospiediet „Parādīt pulksteni” podziņu – „minūtes” sāks mirgot.
 - Nospiediet „Parādīt pulksteni” podziņu, lai iestādītu pareizas minūtes (0,1,2,3, ... 59).
 - Vēlreiz nospiediet „Parādīt pulksteni” podziņu, lai apstiprinātu uzstādījumus (iestādītais mēnesis, datums, stunda un minūtes parādīsies displeja augšdaļā).
- Asinsspiediena mērīšana:
 - Uzlieciet asinsspiediena mērītāju uz augšdelma, kā aprakstīts iepriekš.
 - Apsēdieties pareizā mērījuma veikšanas pozīcijā, kā aprakstīts iepriekš.
 - Nospiediet „Ieslēgt / Izslēgt” podziņu. Displejā sāk mirgot simboli un aprocē automātiski tiek iepildīts gaiss nepieciešamajā daudzumā, lai ierīce var veikt nepieciešamos mērījumus. Mērot asinsspiedienu nekustiniet roku.
 - Kad aprocē ir sasniegts nepieciešamais spiediens, tas sāk pamazām samazināties. Kad tiek uzvertts pulss – sirds simbols displejā sāk mirgot.
 - Pēc mērījuma veikšanas sistoliskā asinsspiediena, diastoliskā asinsspiediena un sirds ritma mērījuma rezultāti ir redzami displejā 1 minūti.

LCD displejā būs redzami sekojoši mērījuma rezultāti: Sistoliskais (augšējais) asinsspiediens, Diastoliskais (apakšējais) asinsspiediens, Pulss un Riska grupas indikācija (Jo augstāks ir jūsu asinsspiediens, jo augstāka būs indikatora kolona).

Jūsu ērtībai uz Asinsspiediena mērītāja korpusa ir riska grupu indikācijas skala:

1. Dzeltenā josla - Sistoliskais (augšējais) asinsspiediens 110 un Diastoliskais (apakšējais) asinsspiediens lielāks par 85.
 2. Sarkanā josla - Sistoliskais (augšējais) asinsspiediens 181 un Diastoliskais (apakšējais) asinsspiediens lielāks par 85.
- Mērījuma rezultātu saglabāšana, iepriekš veikto mērījumu rezultātu apskatīšana un dzēšana:
Mērījuma rezultātu saglabāšana. Pēc katra mērījuma veikšanas tiek automātiski saglabāti dati par sistolisko asinsspiedienu, diastolisko asinsspiedienu un sirds ritmu, mērījuma datumu un laiku. Datu bāzē tiek uzglabāti 99 mērījumi, ja tiek veikti vairāk par 99 mērījumiem, agrāk veiktie mērījumi tiek automātiski izdzēsti.

- iepriekš veikto mērījumu rezultātu apskatīšana:
 - Nospiediet „MEM” podziņu, lai izsauktu apskates režīmu.
 - Nospiediet „Pa kreisi” Vai „Pa labi” podziņu, lai izvēlētos nepieciešamo mērījuma kārtas numuru.
 - Nospiediet „START/STOP” podziņu, lai pārslēgtos uz pamata režīmu.
- Mērījuma rezultātu dzēšana:
 - Izņemiet baterijas no asinsspiediena mērītāja un visi dati no atmiņas tūlīt tiks izdzēsti.
 - Lai pārbaudītu vai dati tiešām ir izdzēsti, ielieciet baterijas un nospiediet „MEM” podziņu – ja dati neparādās – tie ir veiksmīgi izdzēsti.
- Bateriju nomaīņa:
 - Ja displejā parādās ikona  Baterija ir tukša. Aizstājiet esošās baterijas ar jaunām. Lietojiet tikai viena veida baterijas, izmantojot dažāda veida baterijas, Jūs varat bojāt ierīci.
 - Neizmantojiet jaunas un vecas baterijas vienlaicīgi.

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 $+50^{\circ}\text{C}$
- 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. Lai veiktu mērījumu rokas apkārtmēram ir jābūt robežās no 23 līdz 33cm.
- Nelietojiet ierīci, ja Jūsu roka ir jebkādā veidā savainota.
- Ja aploces piepūšana netiek pārtraukta – uzreiz atveriet aploci un noņemiet ierīci.
- Ierīce ir paredzēta rokas apkārtmēram no 23 – 33 cm.

Tehniskie parametri

- Mērīšanas metode: Oscilometriskā.
- Mērījumu diapazons: Spiediens - no 0~300mmHg. Pulss - no 40~199 sitieniem/minūtē.
- Mērījumu precizitāte: Spiediens +/- 3mmHg. Pulss +/- 5%.
- Spiediena samazināšana aprocē: automātiska.
- Displejs: LCD (Digitālais šķidrā kristāla displejs).
- Mērīšana: sistoliskais spiediens, diastoliskais asinsspiediens, sirdsdarbības ritms.
- Atmiņas apjoms: 99 mērījumi.
- Ierīces svars: aptuveni 335g (ieskaitot baterijas).
- Aproces izmēri:
 - Klasiskais 23 – 33 cm.
 - Portatīvais 13,5 – 19,5 cm
- Darba temperatūra: 10°C līdz $+40^{\circ}\text{C}$.
- Darbības relatīvais mitrums: 30-85%.
- Uzglabāšanas temperatūra: -20°C līdz $+50^{\circ}\text{C}$.

