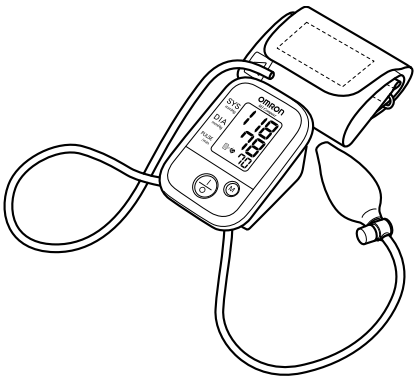
OMRON



Halbautomatisches Blutdruckmessgerät

Modell M1 Compact

- **Instruction Manual** EN
- **Mode d'emploi** FR
- **Gebrauchsanweisung** DE
- **Manuale di istruzioni** IT
- **Manual de instrucciones** ES
- **Gebruiksaanwijzing** NL
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ** RU
- **Instrukcja** PL
- **Kezelési Útmutató** HU
- **كتيب الإرشادات** AR

All for Healthcare

Inhalt

Vor der Verwendung des Messgeräts
Einführung **75**
Wichtige Sicherheitsinformationen **76**
1. Überblick **78**
2. Vorbereitung **81**
2.1 Batterien einsetzen und auswechseln 81
Gebrauchsanweisung
3. Verwendung des Messgeräts **83**
3.1 So sitzen Sie beim Messen richtig 83
3.2 Anlegen der Armmanschette 85
3.3 Eine Messung vornehmen 87
3.4 Benutzung der Speicherfunktion 92
4. Kurzanleitung **95**
Pflege und Instandhaltung
5. Störungen: Ursachen und Behebung **96**
5.1 Fehlermeldungen 96
5.2 Fehlersuche und -behebung 98
6. Pflege und Lagerung **100**
7. Optionale Zusatzprodukte **102**
8. Technische Daten **103**
9. Einige nützliche Informationen über den Blutdruck **105**

Einführung

Vielen Dank, dass Sie sich für das OMRON M1 Compact Oberarm-Blutdruckmessgerät entschieden haben.

Das OMRON M1 Compact ist ein Blutdruckmessgerät zum manuellen Aufpumpen, das auf dem oszillometrischen Prinzip beruht. Es misst Ihren Blutdruck und die Pulsfrequenz einfach und schnell.

Das Messgerät speichert außerdem bis zu 14 Messwertsätze.

Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung aufmerksam durch, bevor Sie das Gerät verwenden. Für ausführliche Informationen zu Ihrem Blutdruck, WENDEN SIE SICH BITTE AN IHREN ARZT.

Wichtige Sicherheitsinformationen

Bei Schwangerschaft, Arrhythmie und Arteriosklerose sollten Sie sich an Ihren Arzt wenden.

Ändern Sie niemals die Dosis eines vom Arzt verordneten Medikaments.

Lesen Sie diesen Abschnitt aufmerksam durch, bevor Sie das Messgerät verwenden.

⚠ Warnung:

- Zeigt eine möglicherweise gefährliche Situation an, die zum Tod oder zu sehr schweren Verletzungen führen kann.

(Allgemeine Verwendung)

- Wenden Sie sich stets an Ihren Arzt. Selbstdiagnose und Selbstbehandlung anhand der Messergebnisse sind gefährlich.
- Personen mit ernsthaften Blutflussproblemen oder Blutungsstörungen sollten vor Verwenden des Messgerätes ihren Arzt befragen. Das Aufpumpen der Manschette kann innere Blutungen verursachen.

(Verwendung der Batterien)

- Wenn Batteriesäure in Ihre Augen gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser ab. Suchen Sie sofort einen Arzt auf.

⚠ Achtung:

- Gefahrensituation, die ohne Vorsichtsmaßnahmen zu leichten oder mittlerschweren Verletzungen des Benutzers oder des Patienten oder Geräteschäden beziehungsweise Schäden an anderen Gegenständen führen kann.

(Allgemeine Verwendung)

- Das Messgerät nicht unbeaufsichtigt bei Kleinkindern oder solchen Personen lassen, die ihre Zustimmung nicht ausdrücken können.
- Das Messgerät nur zum Messen des Blutdrucks verwenden.
- Das Messgerät, die Armmanschette bzw. den Pumpball nicht zerlegen.
- Verwenden Sie nur die für dieses Gerät zugelassene Armmanschette. Die Verwendung anderer Armmanschetten kann zu falschen Messergebnissen führen.
- Stellen Sie sicher, dass der Luftschlauch bei Messungen nicht um irgendwelche Körperteile gewickelt ist. Dies könnte zu Verletzungen führen, wenn der Druck im Luftschlauch erhöht wird.
- Wickeln Sie die Armmanschette nicht fest um den Arm, wenn Sie nachts Messungen durchführen. Dies könnte zu Verletzungen führen.

- Die Armmanschette nicht auf über 299 mmHg aufpumpen. Falls die Manschette übermäßig aufgepumpt wird, kann dies zu inneren Blutungen führen.
- In der Nähe des Geräts keine Handys verwenden. Dies kann eine Fehlfunktion verursachen.

(Verwendung der Batterien)

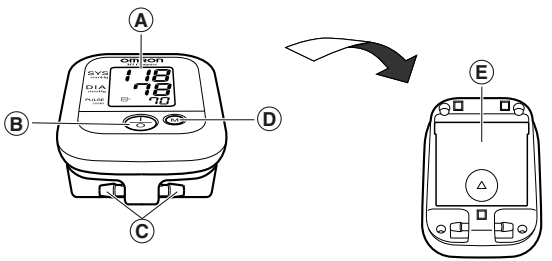
- Wenn Batteriesäure auf Ihre Haut oder Ihre Kleider gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser ab.
- Verwenden Sie für dieses Messgerät nur vier „AAA"-Alkalibatterien. Verwenden Sie keine anderen Batterietypen.
- Die Batterien nicht mit falscher Polarität einsetzen.
- Leere Batterien unverzüglich gegen neue austauschen. Alle vier Batterien gleichzeitig gegen neue auswechseln.
- Nehmen Sie die Batterien heraus, wenn das Messgerät drei Monate oder länger nicht benutzt wird.
- Keine neuen und gebrauchten Batterien zusammen verwenden.

Allgemeine Warnhinweise

- Messgerät nicht in einem sich bewegenden Fahrzeug (Auto, Flugzeug) verwenden.
- Das Messgerät keinen starken Schlägen oder Schwingungen aussetzen; weder das Messgerät noch die Armmanschette auf den Boden fallen lassen.
- Messen Sie den Blutdruck nicht nach einem Bad, nach Alkoholgenuss, nach Rauchen, Sport oder nach einer Mahlzeit.
- Knicken Sie die Armmanschette nicht mit Gewalt und biegen Sie den Luftschlauch nicht übermäßig.
- Ziehen Sie den Luftschlauch zum Entfernen am Schlauchende an der Verbindung zum Hauptgerät und nicht in der Schlauchmitte
- Pumpen Sie die Armmanschette nicht auf, wenn sie nicht um den Arm gewickelt ist.
- Die Armmanschette nicht waschen oder in Wasser tauchen.
- Lesen und beachten Sie das Kapitel „Wichtige Informationen zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV)" im Abschnitt Technische Daten.
- Lesen und befolgen Sie den Punkt „Korrekte Entsorgung dieses Produkts" im Abschnitt Technische Daten vor der Entsorgung des Geräts, von Zubehör oder optionalen Teilen.

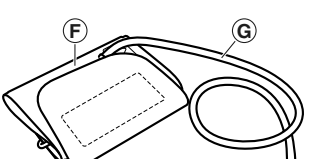
1. Überblick

Hauptgerät



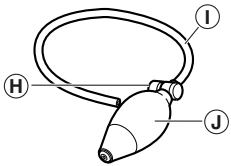
A. Anzeige
B. Die Taste EIN/AUS (O/I) (Netzschalter)
C. Luftanschlussbuchse für Manschette und Pumpball
D. Taste M (Speicher)
E. Batteriefach

Armmanschette



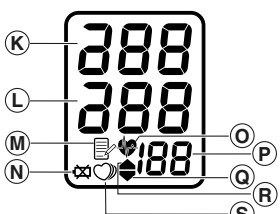
F. Armmanschette
(mittlere Manschette: Armumfang 22-32 cm)
G. Luftschlauch

Pumpball



H. Luftablassknopf
I. Luftschlauch
J. Pumpball

Anzeige

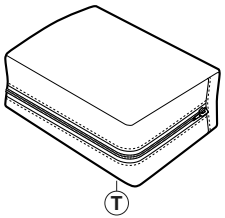


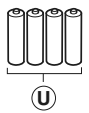
K. Systolischer Blutdruck
L. Diastolischer Blutdruck
M. Speichersymbol
   Erscheint, wenn die im Speicher hinterlegten Werte angezeigt werden.
N. Symbol Batterieladestand
O. Herzschlagsymbol
   1. Blinkt bei der Messung
   2. Wenn es nach Abschluss der Messungen oder beim Betrachten der im Speicher gespeicherten Ergebnisse blinkt, zeigt dies, dass der Blutdruck außerhalb des empfohlenen Bereichs liegt.*
P. Pulsanzeige
Q. Symbol Luftablass
R. Wiederaufpumpsymbol
S. Symbol Unregelmäßiger Herzschlag

* **Hinweis:** Wenn Ihr systolischer oder diastolischer Blutdruck außerhalb des Standardbereichs (über 135/85 mmHg) liegt, blinkt das Herzschlagsymbol ( ). Weitere Informationen finden Sie im Kapitel 3.3.7.

DE

Lieferumfang (Weiteres)





T. Aufbewahrungstasche
U. Vier „AAA“-Alkalibatterien (LR03)

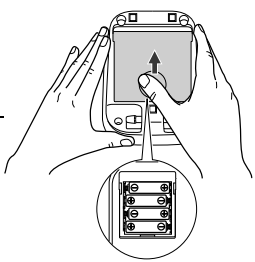
- Gebrauchsanweisung
- Garantieschein
- Blutdruckpass

2. Vorbereitung

2.1 Batterien einsetzen und auswechseln

1. Das Hauptgerät kopfüber drehen.

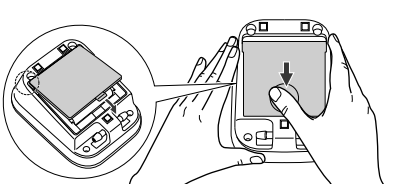
2. Schieben Sie die Batterieabdeckung in Pfeilrichtung und drücken Sie dabei auf den geriffelten Teil der Abdeckung.



3. Installieren oder ersetzen Sie vier „AAA“-Batterien so, dass der + (positive) und - (negative) Pol mit der im Batteriefach angezeigten Polarität übereinstimmen.

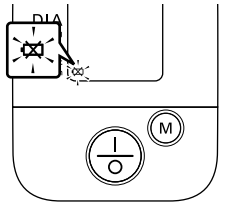
4. Bringen Sie die Batterieabdeckung wieder an.

Schieben Sie die Batterieabdeckung, wie dargestellt, bis sie einrastet.



Hinweis: Die Messwerte bleiben weiter im Speicher gespeichert, auch nachdem die Batterien ausgetauscht wurden.

Batterie-Lebensdauer und Austausch



Wenn das Batterieladestand-Symbol ( ) auf dem Display erscheint, alle vier Batterien auswechseln.

- Wenn das Batterieladestand-Symbol ( ) zu blinken beginnt, können Sie das Messgerät noch eine kurze Zeit verwenden. Die Batterien im Voraus gegen neue austauschen.
- Wenn das Symbol ( ) weiter angezeigt wird, sind die Batterien leer. Die Batterien sofort gegen neue auswechseln.

• Nehmen Sie die Batterien heraus, wenn das Messgerät drei Monate oder länger nicht benutzt wird.

• Die Batterien entsprechend den vor Ort geltenden Vorschriften entsorgen.

Mit vier neuen „AAA“-Alkalibatterien können ca. 1500 Messungen gemacht werden, wenn pro Tag zwei Messungen gemacht werden.

Da die mitgelieferten Batterien nur für eine Probeverwendung gedacht sind, haben sie möglicherweise eine kürzere Lebensdauer und reichen eventuell nicht für 1500 Messungen.

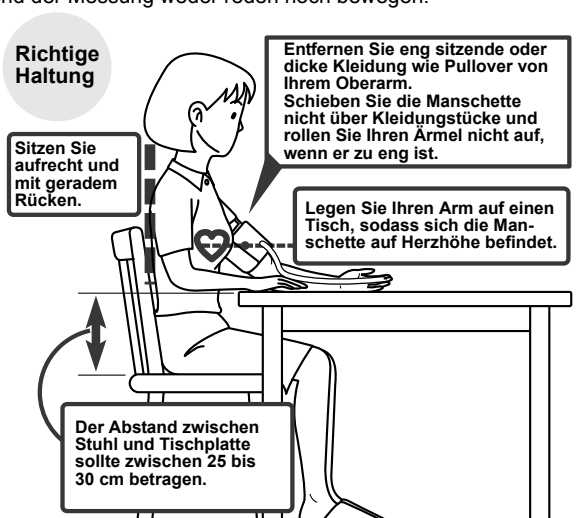
3. Verwendung des Messgeräts

3.1 So sitzen Sie beim Messen richtig

Die richtige Körperhaltung ist zum Erlangen genauer Ergebnisse notwendig.

Hinweise:

- Messungen sollten an einem ruhigen Ort durchgeführt werden, und Sie sollten entspannt sitzen. Stellen Sie sicher, dass das Zimmer nicht zu warm bzw. zu kalt ist.
- Mindestens 30 Minuten vor einer Messung nicht essen, keinen Alkohol trinken, nicht rauchen und keine körperliche Anstrengungen unternehmen.
- Während der Messung weder reden noch bewegen.



Hinweis: Sie können die Messung am rechten oder linken Arm durchführen. Der Blutdruck kann zwischen dem rechten und linken Arm differieren, daher können auch die gemessenen Blutdruckwerte unterschiedlich sein. OMRON empfiehlt daher, immer denselben Arm für Messungen zu verwenden. Falls sich die Werte zwischen den beiden Armen sehr deutlich unterscheiden, sollten Sie mit Ihrem Arzt absprechen, welchen Arm Sie für die Messung verwenden.

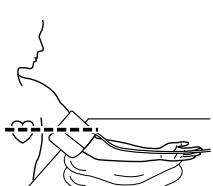
Falsche Haltung



- Gekrümmter Rücken (nach vorne gebeugt)
- Sitzen mit übereinander geschlagenen Beinen
- Sitzen auf einem Sofa oder an einem niedrigen Tisch, sodass Sie sich eventuell nach vorne beugen.

Diese Situationen können aufgrund der Anspannung oder weil die Armmanschette niedriger als das Herz liegt, zu zu hohen Blutdruckwerten führen.

Falls die Armmanschette niedriger als Ihr Herz liegt, sollten Sie mit Kissen oder Ähnlichem die Höhe Ihres Armes justieren.

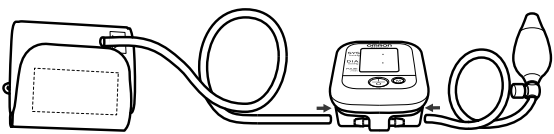


3.2 Anlegen der Armmanschette

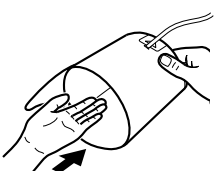
Stellen Sie zum Erlangen genauer Messwerte sicher, dass die Armmanschette richtig um Ihren Arm gewickelt ist.

Messungen sollten bei leichter Bekleidung erfolgen. Dicke Kleidungstücke, wie Pullover, sollten Sie vor dem Messen entfernen.

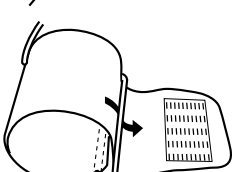
1. Stecken Sie den Luftschlauch der Armmanschette und des Pumpballs in die jeweilige Luftanschlussbuchse.



2. Stecken Sie Ihren linken Arm in die Manschette.



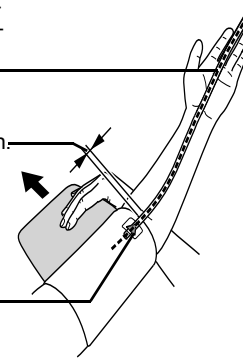
Hinweis: Falls die Manschette nicht zusammengesetzt ist, dann dasjenige Ende der Manschette, das am weitesten vom Schlauch entfernt ist, durch den metallenen D-Ring führen, sodass sich eine Schlaufe bildet. Das glatte Tuch sollte sich auf der Innenseite der Manschetten befinden.



DE

3. Armmanschette richtig anbringen.

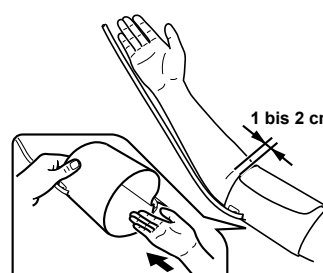
1) Der Schlauch muss mittig entlang der Innenseite des Unterarms in Richtung des Mittelfingers verlaufen.
2) Der untere Rand der Manschette muss ca. 1 bis 2 cm oberhalb Ihres Ellbogens liegen.
3) Legen Sie die Manschette so an Ihrem Oberarm an, dass die farbige Markierung (blauer Pfeil unter dem Schlauch) mittig auf Ihrer Arminnenseite liegt und nach unten zeigt.



Messungen am rechten Arm

Legen Sie die Manschette so an, dass der Luftschlauch an der Seite Ihres Ellenbogens verläuft.

- Achten Sie darauf, dass Ihr Arm nicht auf dem Luftschlauch liegt, da dadurch der Luftstrom zur Manschette behindert würde.
- Die Manschette sollte 1 bis 2 cm über dem Ellbogen liegen.

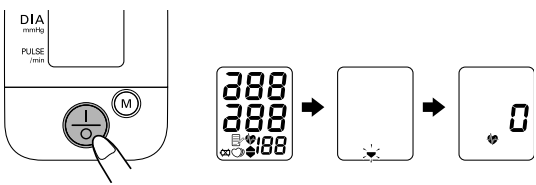


4. Ist die Manschette korrekt positioniert, drücken Sie den Klettverschluss fest zusammen.

3.3 Eine Messung vornehmen

1. Vorbereitung

1) Drücken Sie den Luftablassknopf, um die gesamte Luft aus der Armmanschette abzulassen.
2) Drücken Sie die Taste EIN/AUS (O/I), um das Gerät auszuschalten.
3) Alle Optionen in der Anzeige werden kurzfristig angezeigt.
4) Die Symbol Luftablass blinkt.
5) Schließlich werden das Herzschlagsymbol und 0 angezeigt.

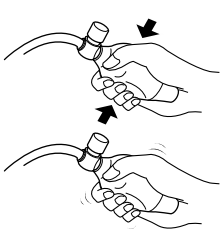


Hinweis: Falls das Luftablasssymbol nicht bald erlischt, sollten Sie den Luftablassknopf drücken, um die gesamte Luft aus der Armmanschette abzulassen.

2. Pumpen Sie die Armmanschette mit dem Pumpball auf.

1) Pumpen Sie die Manschette ungefähr 30 bis 40 mmHg über Ihren erwarteten systolischen Blutdruckwert auf.

   Beispiel) Wenn Sie einen Blutdruck um 140 mmHg erwarten, pumpen sie die Armmanschette auf einen Wert zwischen 170 und 180 mmHg auf. Pumpen Sie die Manschette schnell auf, sodass der Druck in ca. fünf Sekunden erreicht ist.



2) Wenn der gewünschte Druck erreicht ist, lassen Sie den Pumpball los. Halten Sie still und sprechen Sie nicht.

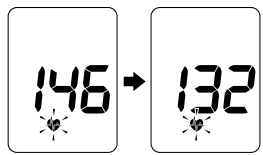
DE

Hinweise:

- Wenn das Wiederaufpumpsymbol (⏶) angezeigt wird, pumpen Sie die Armmanschette mit dem Pumpball auf.
- Die Armmanschette nicht mehr als notwendig aufpumpen.

---

3. Die Messung beginnt.



Die Messung beginnt automatisch, nachdem Sie mit dem Pumpen der Armmanschette aufhören. Auf der Anzeige erscheinen abnehmende Zahlen und das Herzschlagsymbol blinkt.

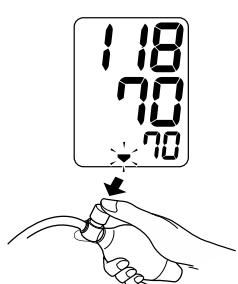
Halten Sie still und sprechen Sie nicht während der Messung.

Hinweis: Zum Abbrechen einer Messung drücken Sie die Taste EIN/AUS (I/O), um das Messgerät auszuschalten. Drücken Sie den Luftablassknopf, um die Luft aus der Armmanschette abzulassen.

---

4. Die Messung ist zu Ende.

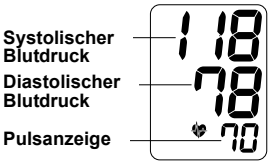
Nach Abschluss der Messung blinkt das Luftablasssymbol in der Anzeige. Die Werte für Blutdruck und Pulsfrequenz werden angezeigt.



Drücken Sie den Luftablassknopf, um solange Luft aus der Armmanschette abzulassen, bis das Luftablasssymbol nicht mehr angezeigt wird.

5. Überprüfen Sie die Messergebnisse.

Das Messgerät speichert Blutdruck und Pulsfrequenz automatisch im Speicher, Siehe hierzu „3.4 Benutzung der Speicherfunktion“.



Hinweis: Vor der nächsten Blutdruckmessung immer mindestens 2-3 Minuten warten. Dadurch können die Arterien wieder zu dem Zustand vor der Messung des Blutdrucks zurückkehren.

⚠ Warnung:

Selbstdiagnose und Selbstbehandlung an Hand der Messergebnisse sind gefährlich. Befolgen Sie unbedingt die Anweisungen Ihres Arztes.

Übliche Gründe für ungenaue Messungen

Die Armmanschette sitzt zu locker.



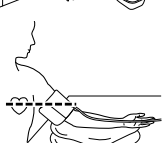
Bewegung oder Sprechen bei der Messung.



Nach-Vorne-Lehnen.



Hinweis: Falls die Armmanschette niedriger als Ihr Herz liegt, sollten Sie mit Kissen oder Ähnlichem die Höhe Ihres Armes justieren.



DE

6. Lösen Sie den Klettverschluss und entfernen Sie die Armmanschette.

7. Drücken Sie die Taste EIN/AUS (I/O), um das Gerät auszuschalten.

Hinweis: Sollten Sie vergessen, das Messgerät auszuschalten, schaltet es sich automatisch nach fünf Minuten aus.

Achtung:

- Wenn Ihr systolischer oder diastolischer Blutdruck außerhalb des Standardbereichs liegt, blinkt das Herzschlagsymbol, wenn das Messergebnis angezeigt wird.

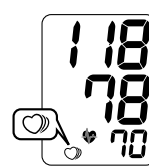


Neuere Forschungsergebnisse legen nahe, dass für zu Hause vorgenommene Messungen die folgenden Werte als Hinweis für zu hohen Blutdruck angesehen werden können.

Systolischer Blutdruck	Über 135 mmHg
Diastolischer Blutdruck	Über 85 mmHg

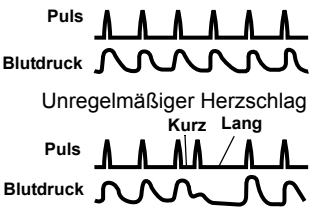
Diese Kriterien gelten für Blutdruckmessungen zu Hause. Informationen zu Kriterien für Blutdruckmessungen in der ärztlichen Praxis finden Sie unter Kapitel 9 „Einige nützliche Informationen über den Blutdruck“

- Ihr Blutdruckmessgerät beinhaltet eine Funktion für unregelmäßige Herzschläge. Unregelmäßige Herzschläge können die Messergebnisse beeinflussen. Der entsprechende Algorithmus ermittelt automatisch, ob die Messung verwertbar ist oder ob sie wiederholt werden muss. Falls die Messergebnisse von unregelmäßigen Herzschlägen betroffen sind, aber das Ergebnis gültig ist, wird das Ergebnis zusammen mit dem Symbol für unregelmäßigen Herzschlag (♡) angezeigt. Falls die Messung durch die unregelmäßigen Herzschläge ungültig ist, wird kein Ergebnis angezeigt. Wenn das Symbol für unregelmäßige Herzschläge (♡) angezeigt wird, nachdem Sie eine Messung durchgeführt haben, so wiederholen Sie die Messung. Falls das Symbol für unregelmäßigen Herzschlag (♡) häufig angezeigt wird, so unterrichten Sie Ihren Arzt darüber.



Was ist unregelmäßiger Herzschlag?

Ein unregelmäßiger Herzschlag ist ein Herzrhythmus, der um mehr als 25 % vom mittleren Herzrhythmus abweicht, der gemessen wird, während das Gerät den systolischen und den diastolischen Blutdruck misst.



Wenn ein unregelmäßiger Rhythmus mehr als zweimal während der Messung nachgewiesen wird, erscheint das Symbol Unregelmäßiger Herzschlag (♡), wenn das Messergebnis angezeigt wird.

Was ist Arrhythmie?

Ein Herzschlag wird durch elektrische Signale angeregt, die ein Kontrahieren des Herzens verursachen.

Arrhythmie ist eine Krankheit, bei der der Herzrhythmus aufgrund von Fehlern im bioelektrischen System, das den Herzschlag steuert, anormal ist. Typische Symptome sind ausgelassene Herzschläge, vorzeitige Kontraktionen, ein anormal schneller (Tachykardie) oder langsamer (Bradykardie) Puls. Dies kann von Herzerkrankung, Altern, körperlicher Veranlagung, Stress, Mangel an Schlaf, Erschöpfung usw. herrühren. Arrhythmie kann nur in einer besonderen Untersuchung durch einen Arzt festgestellt werden.

Ob das Auftreten der Anzeige unregelmäßiger Herzschlag (♡) Folge einer Arrhythmie ist oder nicht, kann nur durch eine Untersuchung und eine Diagnose bei Ihrem Arzt festgestellt werden.

⚠ Warnung:

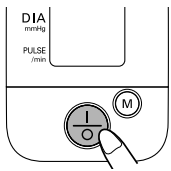
Falls das Symbol für unregelmäßigen Herzschlag (♡) häufig angezeigt wird, so unterrichten Sie Ihren Arzt darüber. Selbstdiagnose und -behandlung aufgrund der Messergebnisse können gefährlich sein. Befolgen Sie unbedingt die Anweisungen Ihres Arztes.

DE

3.4 Benutzung der Speicherfunktion

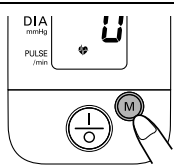
Das Messgerät speichert automatisch bis zu 14 Messwertsätzen (Blutdruck und Pulsfrequenz). Wenn 14 Messwertsätze im Speicher gespeichert sind, wird der älteste Datensatz gelöscht, um die neusten Messwerte zu speichern.

1. Drücken Sie die Taste EIN/AUS (I/O), um das Messgerät einzuschalten.

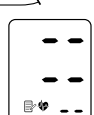


2. Drücken Sie die Taste M, wenn das Herzschlagsymbol angezeigt wird.

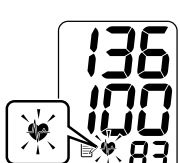
Das Ergebnis der letzten Messung wird angezeigt.



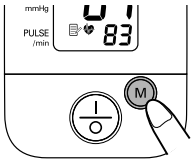
Hinweis: Falls im Speicher keine Messergebnisse gespeichert sind, wird die Anzeige rechts angezeigt.



Achtung: Wenn Ihr systolischer oder diastolischer Blutdruck außerhalb des Standardbereichs liegt, blinkt das Herzschlagsymbol, wenn das Messergebnis angezeigt wird. Siehe hierzu 3.3, Nummer 7.



3. Drücken Sie die Taste M mehrmals, um durch die vorherigen Messergebnisse zu blättern.



Die Taste gedrückt halten, um schnell durch die vorherigen Ergebnisse zu laufen.

Wenn nach einer Messung das Symbol Unregelmäßiger Herzschlag angezeigt wird, so wird es auch zusammen mit dem Messergebnis gespeichert

4. Drücken Sie die Taste EIN/AUS (I/O), um das Gerät auszuschalten.

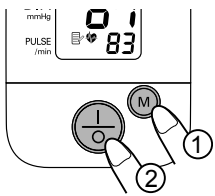
Hinweis: Sollten Sie vergessen, das Messgerät auszuschalten, schaltet es sich automatisch nach fünf Minuten aus.

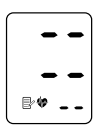
Löschen aller gespeicherten Werte

Sie können nicht einzelne gespeicherte Messwerte löschen. Alle Messwerte im Messgerät werden gelöscht.

1. Drücken Sie die Taste EIN/AUS (O/I), um das Gerät auszuschalten.

2. Drücken Sie die Taste M, wenn das Herzschlagsymbol ( ) angezeigt wird. Halten Sie diese gedrückt und drücken Sie dabei die Taste EIN/AUS (I/O) gleichzeitig 2 bis 3 Sekunden lang. Alle Messwerte werden gelöscht.





Achtung: Achten Sie darauf, nicht zuerst die Taste EIN/AUS (I/O) zu drücken. Falls zuerst die Taste EIN/AUS (O/I) gedrückt wird, wird das Messgerät ausgeschaltet.

3. Drücken Sie die Taste EIN/AUS (I/O), um das Gerät auszuschalten.

Hinweis: Sollten Sie vergessen, das Messgerät auszuschalten, schaltet es sich automatisch nach fünf Minuten aus.

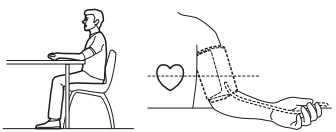
4. Kurzanleitung

Verwenden Sie diese Broschüre nur als Kurzanleitung. Wenn Sie das Messgerät das erste Mal verwenden, sollten Sie Kapitel 3 dieser Gebrauchsanweisung sorgfältig lesen.

Um eine verlässliche Messung zu garantieren, mindestens 30 Minuten vor einer Messung nicht essen, keinen Alkohol trinken, nicht rauchen und keine körperliche Anstrengungen unternehmen.

Hinweis: Machen Sie Ihren Oberarm frei.

1. Setzen Sie sich auf einen Stuhl, stellen Sie Ihre Füße flach auf den Boden auf, und stützen Sie Ihren Arm so auf einem Tisch auf, dass sich die Manschette später in der Höhe Ihres Herzens befindet.

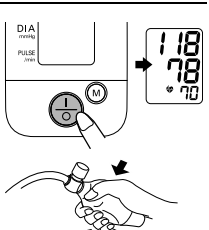


2. Legen Sie die Armmanschette an Ihren Oberarm an. Die farbigen Markierungen sollten an der Innenseite des Armes liegen und an der Armminnenseite nach unten zeigen, sodass der Schlauch mittig entlang der Innenseite des Unterarms ungefähr in Höhe des Mittelfingers verläuft.

3. Die Manschette mit dem Klettverschluss am Arm sichern.

4. Drücken Sie die Taste EIN/AUS (I/O), um das Gerät einzuschalten, pumpen Sie die Manschette mit dem Pumpball auf.

Nachdem die Messung abgeschlossen ist und die Messergebnisse angezeigt wurden, lassen Sie die gesamte Luft durch Drücken des Luftablassknopfs ab.

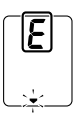
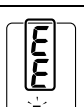
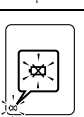


5. Drücken Sie die Taste EIN/AUS (I/O), um das Gerät auszuschalten.

Hinweis: Vor der nächsten Blutdruckmessung immer mindestens 2-3 Minuten warten.

5. Störungen: Ursachen und Behebung

5.1 Fehlermeldungen

Fehleranzeige	Ursache	Behebung
	Manschettendruck ist zu niedrig.	Drücken Sie den Luftablassknopf und beginnen Sie die Messung mit einem höheren Druck erneut. Lesen Sie die Schritte unter sorgfältig Abschnitt 3.3.
	Bewegung bei der Messung.	Messung wiederholen. Halten Sie still und sprechen Sie nicht während der Messung. Siehe hierzu Abschnitt 3.3.
	Luftschlauch hat sich gelöst.	Stecken Sie den Luftschlauch fest ein. Siehe hierzu Abschnitt 3.2.
	Armmanschette nicht richtig angelegt.	Armmanschette richtig anbringen. Siehe hierzu Abschnitt 3.2.
	Kleidung behindert die Armmanschette.	Entfernen Sie sämtliche Kleidung, die die Armmanschette behindert. Siehe hierzu Abschnitt 3.2.
	Die Armmanschette verliert Luft/hat ein Leck.	Die Manschette durch eine neue ersetzen. Siehe hierzu Kapitel 7.
	Die Armmanschette wurde auf über 299 mmHg aufgepumpt.	Nehmen Sie Ihre Hand vom Pumpball, bevor der Druck 299 mmHg erreicht. Siehe hierzu Abschnitt 3.3.
 **Blinkt oder leuchtet andauernd**	Batterieladestand niedrig.	Alle vier „AAA“-Batterien gegen neue austauschen. Siehe hierzu Abschnitt 2.1.

Fehleranzeige	Ursache	Behebung
	Gerätefehler.	Wenden Sie sich an Ihren OMRON-Einzelhändler oder Vertreter. Siehe hierzu Kapitel 8.
	Druck ist zu niedrig.	Pumpen Sie die Armmanschette solange mit dem Pumpball auf, bis das Wiederaufpumpsymbol erlischt. Oder lassen Sie die Luft aus der Armmanschette ab und wiederholen Sie die Messung, wenn das Herzschlagsymbol ( ) angezeigt wird. Siehe hierzu Abschnitt 3.3.

Hinweis: Das Symbol Unregelmäßiger Herzschlag ( ) kann auch mit einer Fehlermeldung angezeigt werden.

5.2 Fehlersuche und -behebung

Problem	Ursache	Behebung
Die Messwerte sind extrem niedrig (oder hoch).	Armmanschette nicht richtig angelegt.	Armmanschette richtig anbringen. Siehe hierzu Abschnitt 3.2.
	Bewegung oder Sprechen bei der Messung.	Halten Sie still und sprechen Sie nicht während der Messung. Siehe hierzu Abschnitt 3.3.
	Kleidung behindert die Armmanschette.	Entfernen Sie sämtliche Kleidung, die die Armmanschette behindert. Siehe hierzu Abschnitt 3.1.
Druck der Armmanschette steigt nicht.	Ist der Luftschlauch fest im Hauptgerät eingesteckt?	Stellen Sie sicher, dass der Luftschlauch fest eingesteckt ist. Siehe hierzu Abschnitt 3.2.
	Die Armmanschette verliert Luft/ hat ein Leck.	Die Armmanschette durch eine neue ersetzen. Siehe hierzu Kapitel 7.
Die Luft aus der Armmanschette wird zu früh abgelassen.	Die Armmanschette sitzt zu locker.	Legen Sie die Manschette richtig an, sodass sie fest um den Arm herumgewickelt ist. Siehe hierzu Abschnitt 3.2.
Messung kann nicht durchgeführt werden oder Messwerte sind zu hoch oder zu niedrig.	Ist die Armmanschette genügend aufgepumpt?	Pumpen Sie die Manschette so auf, dass der Druck um 30 bis 40 mmHg über Ihrem letzten Messergebnis liegt. Siehe hierzu Abschnitt 3.3.
	Wurde der Luftablassknopf beim Aufpumpen gedrückt?	Achten Sie darauf, während der Messung nicht den Luftablassknopf zu drücken.

Problem	Ursache	Behebung
Während der Messung hat das Messgerät einen Stromausfall.	Die Batterien sind leer.	Die Batterien gegen neue auswechseln. Siehe hierzu Abschnitt 2.1.
Wenn Sie eine Taste drücken, passiert nichts.	Die Batterien sind leer.	Die Batterien gegen neue auswechseln. Siehe hierzu Abschnitt 2.1.
	Die Batterien sind falsch eingesetzt worden.	Die Batterien mit der richtigen (+/-) Polarität einsetzen. Siehe hierzu Abschnitt 2.1.
Andere Probleme.	Die Taste EIN/AUS (O/I) drücken und die Messung wiederholen. Wenn das Problem weiter bestehen bleibt, die Batterien versuchsweise gegen neue austauschen. Falls das Problem dadurch immer noch nicht behoben ist, wenden Sie sich an Ihren OMRON-Fachhändler oder Vertreter.	

6. Pflege und Lagerung

Pflege

Damit das Messgerät nicht beschädigt wird, bitte Folgendes beachten:

- Das Hauptgerät, die Manschette und den Pumpball keinen extremen Temperaturen, Luftfeuchtigkeiten, Feuchtigkeit oder direkter Sonneneinstrahlung aussetzen.
- Die Manschette und den Luftschlauch nicht zu eng falten und nicht knicken.
- Die Armmanschette nicht auf über 299 mmHg aufpumpen.
- Das Messgerät nicht auseinandernehmen.
- Das Messgerät keinen starken Schlägen oder Schwingungen aussetzen (zum Beispiel nicht auf den Boden fallen lassen).
- Verwenden Sie zur Reinigung des Hauptgeräts keine flüchtigen Flüssigkeiten. Das Messgerät mit einem weichen, trockenen Tuch reinigen.
- Die Armmanschette mit einem weichen, feuchten Tuch und mit Seife reinigen.
- Die Armmanschette nicht waschen oder in Wasser tauchen.
- Zum Reinigen der Armmanschette kein Petroleum, Verdünner oder ähnliche Lösungsmittel verwenden.



- Nehmen Sie selbst keine Reparaturen vor, Wenden Sie sich bei Auftreten eines Defekts an Ihren OMRON-Fachhändler oder Vertreter, der auf der Verpackung angegeben ist.

Kalibrierung und Wartung

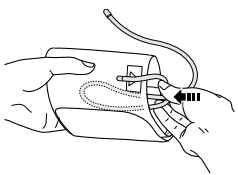
- Die Genauigkeit dieses Blutdruckmessgeräts wurde sorgfältig geprüft und wurde im Hinblick auf eine lange nutzbare Lebensdauer entwickelt.
- Es wird im Allgemeinen empfohlen, das Messgerät alle zwei Jahre überprüfen zu lassen, um die korrekte Funktion und die Genauigkeit des Gerätes sicherzustellen. Wenden Sie sich an Ihren autorisierten OMRON-Fachhändler oder OMRON-Kundendienst, dessen Adresse auf der Verpackung oder den beigelegten Broschüren angegeben ist.

Lagerung

Das Messgerät in die Aufbewahrungstasche legen, wenn es nicht verwendet wird.

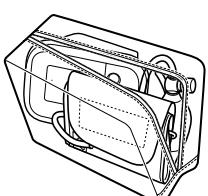
1. Ziehen Sie den Luftschlauch aus der Luftanschlussbuchse heraus.

2. Legen Sie den Luftschlauch vorsichtig gefaltet in die Armmanschette.



Hinweis: Biegen Sie den Luftschlauch nicht übermäßig.

3. Legen Sie die Armmanschette, den Pumpball und das Hauptgerät in die Hartschalenbox.

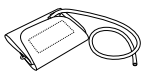


Das Messgerät unter den folgenden Bedingungen nicht lagern:

- Wenn das Messgerät nass ist.
- An Plätzen, die extremen Temperaturen, Feuchtigkeit, direktem Sonnenlicht, Staub oder korrosiven Gasen ausgesetzt sind.
- An Plätzen, die Vibrationen oder Stößen ausgesetzt sind, oder wo es verkantet liegen würde.
- An Plätzen, die chemischen oder korrosiven Dämpfen ausgesetzt sind.

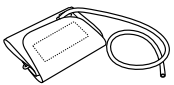
7. Optionale Zusatzprodukte

Mittlere Armmanschette
Armumfang 22- 32 cm



CM-4997086-7

Große Armmanschette
Armumfang 32 - 42 cm



CL-4997065-4

Kleine Armmanschette
Armumfang 17- 22 cm



CS-4997076-0

Kombination: Kleine Manschette mit Pumpball
Armumfang 17- 22 cm



4997099-9

Normaler Pumpball



4997965-1

Hinweis: Für eine kleine Manschette benötigen Sie einen speziellen Pumpball.
Wenn Sie eine kleine Manschette verwenden, bitte tauschen Sie die Manschette zusammen mit dem Pumpball aus.

8. Technische Daten

Produktbeschreibung:	Halbautomatisches Blutdruckmessgerät
Modell	OMRON M1 Compact (HEM-4022-E)
Anzeige	Digitale LCD-Anzeige
Messmethode	Oszillometrische Methode
Messbereich	Druck: 0 mmHg bis 299 mmHg Puls: 40 bis 180/Min.
Speicher	14 Messungen
Genauigkeit	Druck : ±3 mmHg Puls: ± 5 % des angezeigten Werts
Aufpumpen	Manueller Pumpball
Luftablass	Automatisches Luftablassventil
Druckmessung	Kapazitiver Drucksensor
Stromversorgung	4 „AAA“-Batterien 1,5 V
Batterie-Lebensdauer	Die Kapazität neuer Alkalibatterien liegt bei ca. 1500 Messungen
Betriebstemperatur/Luftfeuchtigkeit	10 °C bis 40 °C/30 bis 85 % relative Luftfeuchtigkeit
Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Luftdruck bei Aufbewahrung	-20 °C bis +60 °C / 10 bis 95 % relative Luftfeuchtigkeit / 700 bis 1060 hPa
Gewicht ohne Manschette	Ungefähr 126 g ohne Batterien
Gewicht der Manschette	Ungefähr 130 g
Äußere Abmessungen	Ungefähr 86 (B) mm × 75 (H) mm × 109 (L) mm
Abmessungen Manschette	Ungefähr 146 mm × 446 mm (mittlere Manschette: Armumfang 22 bis 32 cm)
Lieferumfang	Hauptgerät, mittlere Manschette, Gebrauchsanweisung, Aufbewahrungstasche, Batteriesatz, Garantieschein, Blutdruckpass, normaler Pumpball.

DE

Hinweis: Technische Änderungen ohne Vorankündigung vorbehalten.

- Dieses OMRON-Produkt wurde unter Anwendung des strengen Qualitätssystem von OMRON Healthcare Co. Ltd., Japan hergestellt. Die Kernkomponente für OMRON-Blutdruckmessgeräte, der Drucksensor, wird in Japan zur Montage hergestellt.
- Entsorgen Sie dieses Produkt und die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung elektronischer Produkte.




= Typ B

CE 0197

Dieses Gerät entspricht den Bestimmungen der EG-Richtlinie 93/42/EWG (Richtlinie für medizinische Geräte). Dieses Blutdruckmessgerät wurde gemäß der europäischen Norm EN1060, Nichtinvasive Blutdruckmessgeräte Teil 1: Allgemeine Anforderungen und Teil 3: Ergänzende Anforderungen für elektromechanische Blutdruckmessgeräte entwickelt.

Achtung: Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung aufmerksam durch, bevor Sie das Messgerät verwenden.

Wichtige Informationen zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV)

Die wachsende Anzahl von elektronischen Geräten wie PCs und Mobiltelefonen kann dazu führen, dass medizinische Geräte beim Einsatz elektromagnetischen Störungen von anderen Geräten ausgesetzt sind. Elektromagnetische Störungen können zu einer Fehlfunktion des medizinischen Geräts führen und eine potentiell unsichere Situation erzeugen.
Ebenso sollten medizinische Geräte keine anderen Geräte stören.

Die Norm EN60601-1-2 wurde eingeführt, um die Anforderungen für EMV (elektromagnetische Verträglichkeit) mit dem Ziel zu regeln, unsichere Produktsituationen zu vermeiden. Diese Norm definiert die Stufen der Immunität gegenüber elektromagnetischen Störungen und die maximalen elektromagnetischen Emissionswerte für medizinische Geräte.

Dieses von OMRON Healthcare hergestellte medizinische Gerät erfüllt die Norm EN60601-1-2:2001 sowohl in Bezug auf die Immunität als auch in Bezug auf Emissionen.
Trotzdem sollten besondere Vorsichtsmaßnahmen beachtet werden:

- Verwenden Sie in der Nähe des medizinischen Geräts keine Mobiltelefone und sonstige Geräte, die starke elektrische oder elektromagnetische Felder erzeugen. Dies könnte zu einer Fehlfunktion des medizinischen Geräts führen und eine potentiell unsichere Situation erzeugen. Es wird ein Mindestabstand von 7 m empfohlen. Überprüfen Sie im Falle eines kürzeren Abstands ob das Gerät ordnungsgemäß funktioniert.

Entsprechend Norm EN60601-1-2:2001 kann bei OMRON Healthcare Europe (Adresse in der Gebrauchsanweisung) eine weitere Dokumentation angefordert werden.
Eine Dokumentation steht auch unter www.omron-healthcare.com zur Verfügung.

Korrekte Entsorgung dieses Produkts (Elektromüll)



Die Kennzeichnung auf dem Produkt bzw. auf der dazugehörigen Literatur gibt an, dass es nach seiner Lebensdauer nicht zusammen mit dem normalen Haushaltsmüll entsorgt werden darf. Entsorgen Sie dieses Gerät bitte getrennt von anderen Abfällen, um der Umwelt bzw. der menschlichen Gesundheit nicht durch unkontrollierte Müllbeseitigung zu schaden. Recyceln Sie das Gerät, um die nachhaltige Wiederverwertung von stofflichen Ressourcen zu fördern.

Private Nutzer sollten den Händler, bei dem das Produkt gekauft wurde, oder die zuständigen Behörden kontaktieren, um in Erfahrung zu bringen, wie sie das Gerät auf umweltfreundliche Weise recyceln können.

Gewerbliche Nutzer sollten sich an ihren Lieferanten wenden und die Bedingungen des Verkaufsvertrags kontrollieren. Dieses Produkt darf nicht zusammen mit anderem Gewerbemüll entsorgt werden.

Dieses Produkt enthält keine gefährlichen Substanzen.

9. Einige nützliche Informationen über den Blutdruck

Blutdruck - was ist das eigentlich?

Der Blutdruck ist die Kraft, mit der der Blutstrom gegen die Arterienwände drückt. Der arterielle Druck ändert sich im Verlauf des Herzzyklus ständig.

Der höchste Druckwert im Zyklus heißt *systolischer Blutdruck*; der niedrigste wird als *diastolischer Blutdruck* bezeichnet.

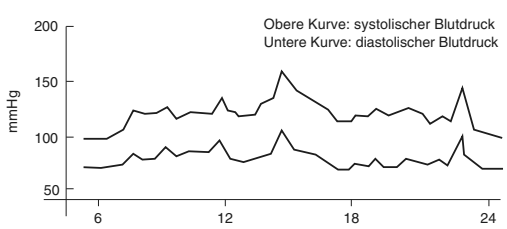
Der Arzt benötigt beide Druckwerte - den *systolischen* und den *diastolischen Wert* -, um den Blutdruckzustand eines Patienten beurteilen zu können.

Warum ist es sinnvoll, den Blutdruck zu Hause zu messen?

Das Messen des Blutdrucks durch einen Arzt kann Angst verursachen, die ihrerseits eine Erhöhung des Blutdrucks bewirken kann. Da sich vielerlei Umstände auf den Blutdruck auswirken, reicht eine einzige Messung für eine exakte Diagnose nicht aus.

Zahlreiche Faktoren, wie etwa körperliche Anstrengung, Aufregung oder die Tageszeit können sich auf den Blutdruck auswirken. Daher sollte der Blutdruck immer zur selben Tageszeit gemessen werden, um ein genaues Bild von Änderungen des Blutdrucks zu erhalten. Normalerweise ist der Blutdruck morgens niedrig und steigt vom Nachmittag bis zum Abend. Im Sommer ist er niedriger, im Winter höher.

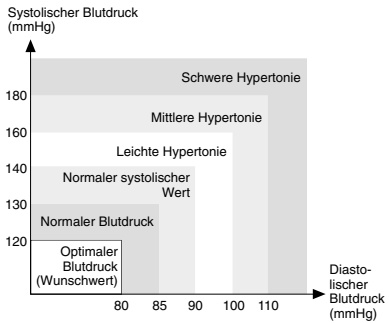
Der Blutdruck wird in Millimetern Quecksilbersäule (mmHg) gemessen. Bei der Angabe der Messwerte wird der systolische Druck vor dem diastolischen geschrieben. So wird z. B. ein als 135/85 geschriebener Blutdruck als ein Blutdruck von 135 zu 85 bezeichnet.



Beispiel: Schwankungen innerhalb eines Tages (männlich, 35 Jahre alt)

Einstufung von Blutdruckwerten durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO)

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die Internationale Bluthochdruckgesellschaft (ISH) haben die in der nachstehenden Abbildung gezeigte Einstufung des Blutdrucks entwickelt.



Diese Einstufung basiert auf den Blutdruckwerten, die bei Personen in sitzendem Zustand in Ambulanzen von Krankenhäusern gemessen werden.

Hinweis: Es gibt keine allgemein anerkannte Definition der Hypotonie. Es wird jedoch davon ausgegangen, dass diejenigen, deren systolischer Druck unter 100 mmHg liegt, an Hypotonie leiden.

Hersteller 	**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto, 617-0002 JAPAN
EU-Vertreter 	**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.** Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, NIEDERLANDE www.omron-healthcare.com
Produktionsstätte	**OMRON (DALIAN) CO., LTD.** Dalian, CHINA
Niederlassung	**OMRON HEALTHCARE UK LTD.** Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, U.K.
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, DEUTSCHLAND www.omron-medizintechnik.de
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex FRANKREICH

Hergestellt in China