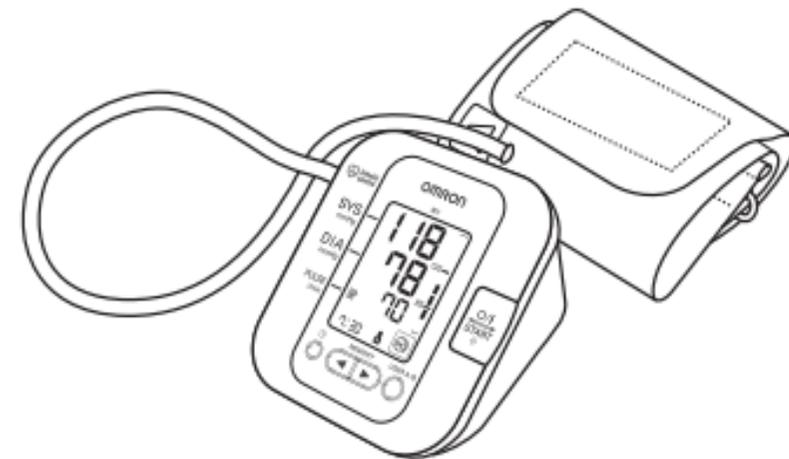


**OMRON****Βεβαιωθείτε ότι υπάρχουν τα παρακάτω εξαρτήματα!**

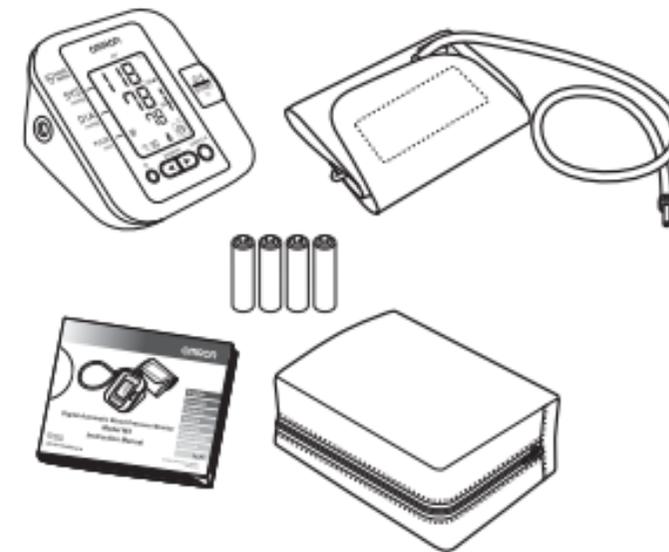
<b>Κατασκευαστής</b> 	<b>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.</b> 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto, 617-0002 ΙΑΠΩΝΙΑ
<b>Αντιπρόσωπος στην ΕΕ</b> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">EC</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin-left: 10px;">REP</div>	<b>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.</b> Scorpis 33, 2132 LR Hoofddorp ΟΛΛΑΝΔΙΑ <a href="http://www.omron-healthcare.com">www.omron-healthcare.com</a>
<b>Εργοστάσιο παραγωγής</b>	<b>OMRON HEALTHCARE MANUFACTURING VIETNAM Co., Ltd.</b> Binh Duong Province, BIETNAM
<b>Θυγατρική</b>	<b>OMRON HEALTHCARE UK LTD.</b> Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, U.K. <b>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH</b> John-Deere-Str. 81a 68163 Mannheim, ΓΕΡΜΑΝΙΑ <a href="http://www.omron-medizintechnik.de">www.omron-medizintechnik.de</a> <b>OMRON SANTÉ FRANCE SAS</b> 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, ΓΑΛΛΙΑ

Κατασκευάστηκε στο Βιετνάμ



**Ψηφιακό αυτόματο πιεσόμετρο  
Μοντέλο M3  
Εγχειρίδιο οδηγιών**

Intelli  
sense  
All for Healthcare

**Ελληνικά**

IM-HEM-7200-E2(V)-01-08/2011

# Περιεχόμενα

Ευχαριστούμε που αγοράσατε το ψηφιακό αυτόματο πιεσόμετρο OMRON M3.

Το OMRON M3 είναι ένα συμπαγές, πλήρως αυτόματο πιεσόμετρο, το οποίο λειτουργεί με βάση την ταλαντωσιμετρική αρχή. Μετρά την αρτηριακή πίεση και τη συχνότητα των σφυγμών σας απλά και γρήγορα. Η συσκευή χρησιμοποιεί την προηγμένη τεχνολογία «IntelliSense» για άνετη και ελεγχόμενη διόγκωση χωρίς την ανάγκη προ-ρύθμισης της πίεσης ή επανάληψης της διαδικασίας διόγκωσης.

Σκοπός χρήση της μονάδας

Το προϊόν αυτό έχει σχεδιαστεί για τη μέτρηση της συστολικής αρτηριακής πίεσης (υψηλότερη μέτρηση), της διαστολικής αρτηριακής πίεσης (χαμηλότερη μέτρηση) και της συχνότητας των σφυγμών σε ενήλικες χρησιμοποιώντας την ειδική περιχειρίδα.

Έχει σχεδιαστεί μόνο για γενική οικιακή χρήση. Διαβάστε τις «Σημαντικές πληροφορίες ασφαλείας» στο παρόν εγχειρίδιο οδηγιών πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα.

Σημαντικές πληροφορίες ασφαλείας.....1

1. Επισκόπηση.....3

2. Προετοιμασία.....4

2.1 Εγκατάσταση/Αντικατάσταση των μπαταριών.....4

2.2 Ρύθμιση βομβητή / ημερομηνίας και ώρας.....5

2.3 Λήψη μέτρησης.....8

2.4 Χρήση της λειτουργίας μνήμης.....12

3. Χρήση της μονάδας.....6

3.1 Εφαρμογή της περιχειρίδας.....6

3.2 Ο σωστός τρόπος καθίσματος.....7

3.3 Λήψη μέτρησης.....8

3.4 Χρήση της λειτουργίας μνήμης.....12

4. Αντιμέτωπιση προβλημάτων και συντήρηση.....14

4.1 Εικονίδια και μηνύματα σφάλματος.....14

4.2 Αντιμέτωπιση προβλημάτων.....16

4.3 Συντήρηση.....18

4.4 Φύλαξη.....19

5. Προαιρετικά εξαρτήματα.....20

6. Τεχνικά δεδομένα.....21

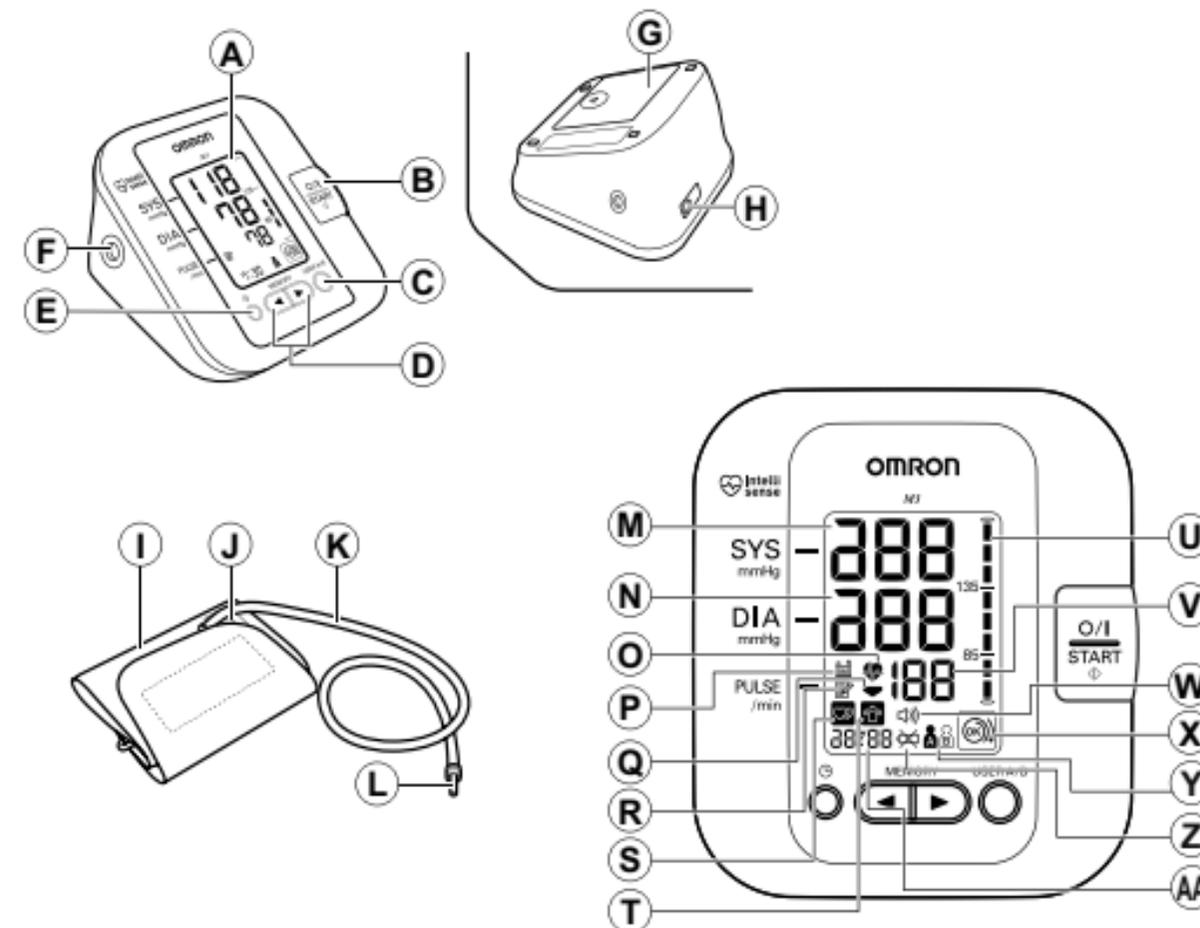
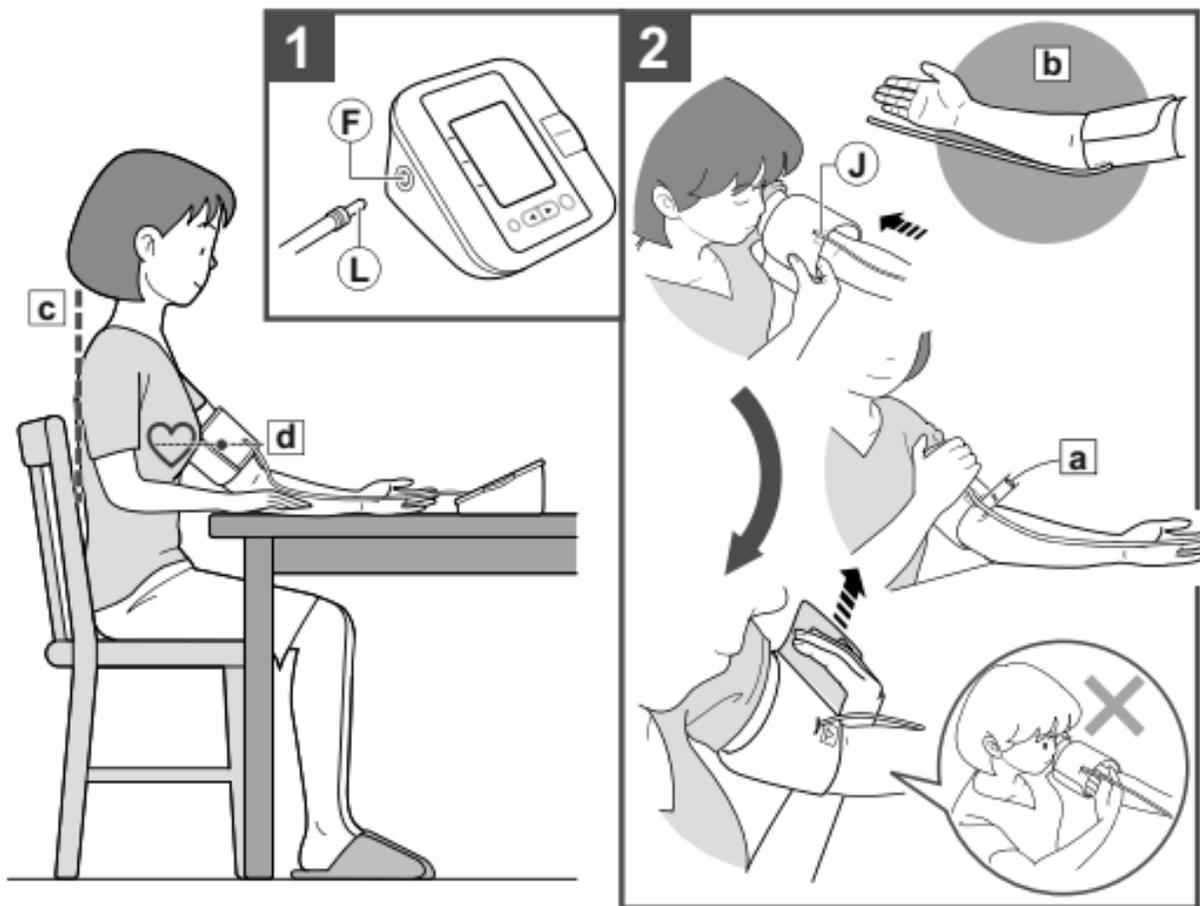
7. Ορισμένες χρήσιμες πληροφορίες για την αρτηριακή πίεση.....24



Διαβάστε προσεκτικά το παρόν εγχειρίδιο οδηγιών, πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα.

Φυλάξτε το για μελλοντική αναφορά.

Για συγκεκριμένες πληροφορίες σχετικά με τα επίπεδα πίεσης του αίματός σας, ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΕΙΤΕ ΤΟΝ ΙΑΤΡΟ ΣΑΣ.



# Σημαντικές πληροφορίες ασφαλείας

Συμβουλευτείτε τον ιατρό σας πριν το χρησιμοποιήσετε αν είστε έγκυος ή αν έχει διαγνωστεί αρρυθμία ή αρτηριοσκλήρωση. Διαβάστε προσεκτικά την παρούσα ενότητα πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα.

## **⚠ Προειδοποίηση:**

- Υποδεικνύει μια δυνητικά επικίνδυνη κατάσταση η οποία, αν δεν αποφευχθεί, μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο ή σοβαρό τραυματισμό.

## **(Γενική χρήση)**

- Να συμβουλευέστε πάντα τον ιατρό σας. Η αυτοδιάγνωση και η θεραπεία με βάση τα αποτελέσματα των μετρήσεων είναι επικίνδυνες.
- Τα άτομα με σοβαρά προβλήματα αιματικής ροής ή διαταραχές αίματος θα πρέπει να συμβουλευονται ιατρό πριν από τη χρήση της μονάδας, καθώς η διόγκωση της περιχειρίδας μπορεί να προκαλέσει εσωτερική αιμορραγία.

## **(Χρήση προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος)**

- Μη συνδέετε ή αποσυνδέετε το καλώδιο ρεύματος από την ηλεκτρική πρίζα με βρεγμένα χέρια.

## **(Χρήση της μπαταρίας)**

- Αν εισέλθει υγρό μπαταρίας στα μάτια σας, ξεπλύνετε αμέσως με άφθονο καθαρό νερό. Συμβουλευθείτε άμεσα ένα γιατρό.

## **⚠ Προσοχή:**

- Υποδεικνύει μια δυνητικά επικίνδυνη κατάσταση η οποία, αν δεν αποφευχθεί, ενδέχεται να οδηγήσει σε ελαφρύ ή μέτριο τραυματισμό του χρήστη ή του ασθενούς ή να προκαλέσει βλάβη της συσκευής ή άλλων περιουσιακών στοιχείων.

## **(Γενική χρήση)**

- Μην αφήνετε τη μονάδα χωρίς επίβλεψη παρουσία παιδιών ή ατόμων που δεν μπορούν να εκφράσουν τη συγκατάθεσή τους.
- Χρησιμοποιείτε τη μονάδα μόνο για τη μέτρηση της αρτηριακής πίεσης.
- Μην αποσυναρμολογείτε τη μονάδα ή την περιχειρίδα.
- Χρησιμοποιείτε μόνο την εγκεκριμένη περιχειρίδα για αυτήν τη μονάδα. Η χρήση άλλων περιχειρίδων μπορεί να οδηγήσει σε εσφαλμένα αποτελέσματα μετρήσεων.
- Βεβαιωθείτε ότι ο σωλήνας αέρα δεν είναι τυλιγμένος γύρω από άλλα μέρη του σώματός σας όταν λαμβάνετε μετρήσεις. Αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει σε τραυματισμό σε περίπτωση αύξησης της πίεσης αέρα μέσα στο σωλήνα αέρα.
- Μην αφήνετε την περιχειρίδα τυλιγμένη γύρω από το χέρι σας αν λαμβάνετε μετρήσεις κατά τη διάρκεια της νύχτας. Μπορεί να προκληθεί τραυματισμός.
- Η διόγκωση της περιχειρίδας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 299 mmHg.
- Μη χρησιμοποιείτε κινητά τηλέφωνα ή άλλες συσκευές που εκπέμπουν ηλεκτρομαγνητικά πεδία κοντά στη μονάδα. Μπορεί να προκληθεί εσφαλμένη λειτουργία της μονάδας.
- Μη λειτουργείτε τη μονάδα μέσα σε όχημα που βρίσκεται σε κίνηση (αυτοκίνητο, αεροπλάνο).
- Για χειροκίνητη διόγκωση της περιχειρίδας, ανατρέξτε στην Ενότητα 3.3. Αν η περιχειρίδα υπερδιογκωθεί, ενδέχεται να προκληθεί εσωτερική αιμορραγία.

EL

## **(Χρήση προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος)**

- Χρησιμοποιείτε μόνο τον αρχικό προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος (προαιρετικός) που έχει σχεδιαστεί για αυτήν τη μονάδα. Η χρήση ακατάλληλων προσαρμογέων μπορεί να προκαλέσει βλάβη ή/και να είναι επικίνδυνη για τη μονάδα.
- Συνδέστε τον προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος σε κατάλληλη πρίζα παροχής ρεύματος. Μην χρησιμοποιείτε πολύπριζο.
- Μην χρησιμοποιείτε τον προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος αν η μονάδα ή το καλώδιο ρεύματος έχει υποστεί φθορές. Απενεργοποιήστε τη μονάδα και αποσυνδέστε αμέσως το καλώδιο ρεύματος από την πρίζα παροχής ρεύματος.

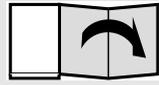
## **(Χρήση της μπαταρίας)**

- Αν έλθει σε επαφή με το δέρμα ή τα ρούχα σας υγρό μπαταρίας, ξεπλύνετε αμέσως με άφθονο καθαρό νερό.
- Χρησιμοποιείτε μόνο τέσσερις αλκαλικές μπαταρίες τύπου «AA» ή μπαταρίες μαγγανίου για τη μονάδα αυτή. Μην χρησιμοποιείτε άλλο τύπο μπαταριών.
- Μην τοποθετείτε τις μπαταρίες με λανθασμένα στοιχισμένες πολικότητες.
- Αντικαταστήστε αμέσως τις παλιές μπαταρίες με καινούριες. Αντικαταστήστε και τις τέσσερις μπαταρίες ταυτόχρονα.
- Αφαιρέστε τις μπαταρίες, εάν η μονάδα δεν πρόκειται να χρησιμοποιηθεί για τρεις μήνες ή για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.
- Μην χρησιμοποιείτε καινούριες και χρησιμοποιημένες μπαταρίες μαζί.

## **Γενικές προφυλάξεις**

- Μην υποβάλλετε την μονάδα και την περιχειρίδα σε ισχυρούς κραδασμούς και δονήσεις και μην τις πετάτε κάτω.
- Μην πραγματοποιείτε μετρήσεις αμέσως μετά από μπάνιο, κατανάλωση αλκοόλ, κάπνισμα, σωματική άσκηση ή κατανάλωση φαγητού.
- Μην ασκείτε βία για να λυγίσετε την περιχειρίδα και μην διπλώνετε υπερβολικά το σωλήνα αέρα.
- Κατά την αφαίρεση του σωλήνα αέρα, τραβήξτε το βύσμα αέρα στη σύνδεση με την κυρίως συσκευή, όχι τον ίδιο το σωλήνα.
- Μην φουσκώνετε την περιχειρίδα, εάν δεν είναι τυλιγμένη γύρω από το βραχίονά σας.
- Μην πλένετε την περιχειρίδα και μην τη βυθίζετε στο νερό.
- Διαβάστε και ακολουθήστε τις «Σημαντικές πληροφορίες σχετικά με την ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα (EMC)» στην ενότητα Τεχνικών δεδομένων.
- Διαβάστε και ακολουθήστε τη «Σωστή απόρριψη αυτού του προϊόντος» στην ενότητα Τεχνικών δεδομένων κατά την απόρριψη της συσκευής και των χρησιμοποιημένων εξαρτημάτων ή προαιρετικών εξαρτημάτων.

# 1. Επισκόπηση



**Ανοίξτε τη σελίδα του πίσω καλύμματος για να διαβάσετε τα εξής:**

Το αλφάβητο στη σελίδα του πίσω καλύμματος αντιστοιχεί με τα περιεχόμενα στην κύρια σελίδα.

## Κύρια μονάδα

- Ⓐ Οθόνη
- Ⓑ Κουμπί O/I START ( ⬠ )
- Ⓒ Κουμπί χρήστη A/B
- Ⓓ Κουμπιά Επάνω/Κάτω ( ◀ / ▶ )
- Ⓔ Βομβητής και κουμπί ρύθμισης ημερομηνίας/ώρας ( ⌚ )
- Ⓕ Υποδοχή αέρα
- Ⓖ Θήκη μπαταριών
- Ⓗ Υποδοχή προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος (για προαιρετικό προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος)

## Περιχειρίδα

- Ⓘ Περιχειρίδα (Μεσαία περιχειρίδα: περιφέρεια βραχίονα 22-32cm)
- Ⓝ Λωρίδα
- Ⓚ Σωλήνας αέρα
- Ⓛ Βύσμα αέρα

## Οθόνη

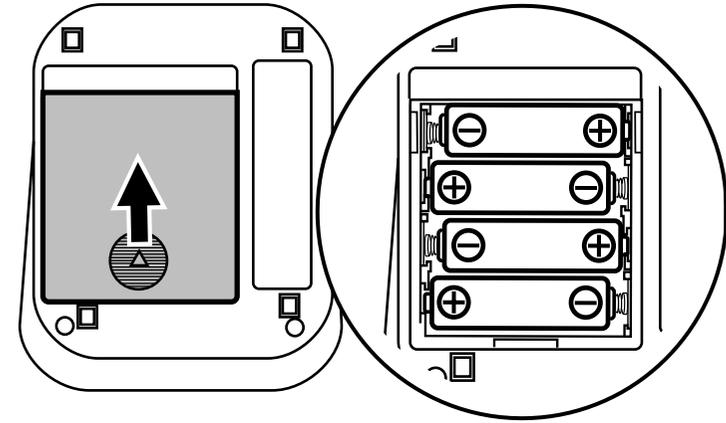
- Ⓜ Συστολική αρτηριακή πίεση
- Ⓝ Διαστολική αρτηριακή πίεση
- Ⓞ Σύμβολο καρδιακού παλμού (Αναβοσβήνει κατά τη μέτρηση)
- Ⓟ Σύμβολο μέσης τιμής
- Ⓠ Σύμβολο εκτόνωσης αέρα
- Ⓡ Σύμβολο μνήμης
- Ⓢ Σύμβολο ακανόνιστου καρδιακού παλμού
- Ⓣ Σύμβολο σφάλματος μετακίνησης
- Ⓤ Ένδειξη επιπέδου αρτηριακής πίεσης
- Ⓥ Ένδειξη σφυγμών και αριθμός μνήμης
- Ⓦ Σύμβολο βομβητή
- Ⓧ Οδηγός τύλιξης περιχειρίδας
- Ⓨ Σύμβολο ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ ΧΡΗΣΤΗ (A/B)
- Ⓩ Σύμβολο χαμηλής ισχύος μπαταρίας
- ⓂⓂ Ένδειξη ημερομηνίας/ώρας

EL

# 2. Προετοιμασία

## 2.1 Εγκατάσταση/ Αντικατάσταση των μπαταριών

1. Αφαιρέστε το κάλυμμα της μπαταρίας.



2. Τοποθετήστε τέσσερις μπαταρίες «AA», όπως υποδεικνύεται στο διαμέρισμα μπαταρίας και στη συνέχεια επανατοποθετήστε το κάλυμμα της μπαταρίας.

### Σημειώσεις:

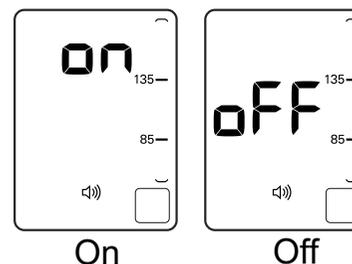
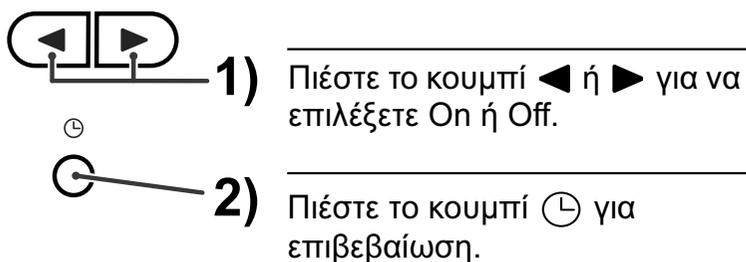
- Εάν εμφανιστεί το σύμβολο χαμηλής ισχύος της μπαταρίας (  ) στην οθόνη, απενεργοποιήστε τη μονάδα και αντικαταστήστε ταυτόχρονα όλες τις μπαταρίες.
- Οι τιμές μέτρησης εξακολουθούν να διατηρούνται στην μνήμη ακόμη και μετά την αντικατάσταση των μπαταριών.

Η απόρριψη των χρησιμοποιημένων μπαταριών θα πρέπει να γίνει σύμφωνα με τους εθνικούς κανονισμούς για την απόρριψη των μπαταριών.

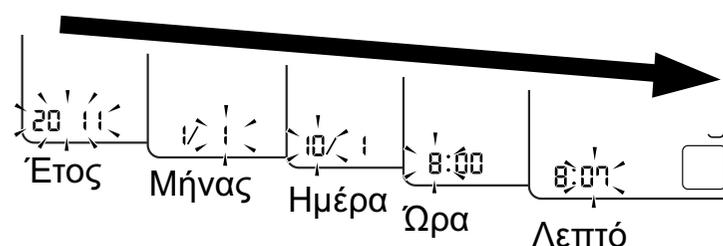
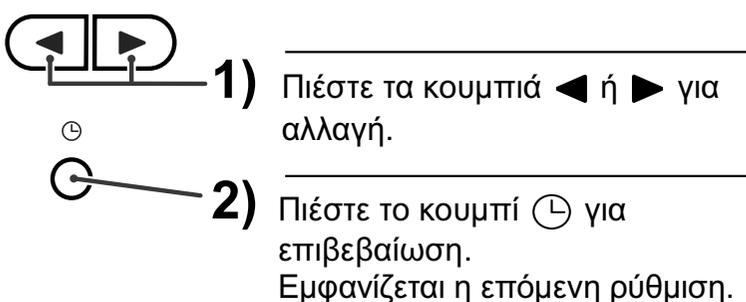
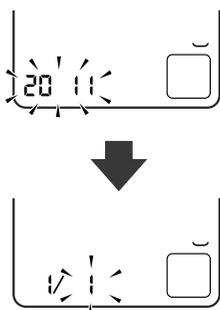
### 2.2 Ρύθμιση βομβητή / ημερομηνίας και ώρας

1. Πιέστε το κουμπί .

2. Ρυθμίστε το βομβητή.



3. Ρυθμίστε τη συσκευή στη σωστή ημερομηνία και ώρα, πριν να λάβετε μέτρηση για πρώτη φορά.



4. Πιέστε το κουμπί **O/I START** για αποθήκευση της ρύθμισης.

#### Σημειώσεις:

- Εάν οι μπαταρίες έχουν αφαιρεθεί για 30 δευτερόλεπτα ή περισσότερο, θα πρέπει να γίνει επαναφορά της ρύθμισης ημερομηνίας και ώρας.
- Αν δεν ρυθμιστεί η ημερομηνία και η ώρα, θα εμφανιστεί η ένδειξη «-:--» κατά τη διάρκεια ή μετά τη μέτρηση.

# 3. Χρήση της μονάδας



**Ανοίξτε το μπροστινό και το πίσω κάλυμμα για να διαβάσετε τα εξής:**  
Το αλφάβητο και ο αριθμός στη σελίδα του καλύμματος αντιστοιχούν με τα περιεχόμενα στην κύρια σελίδα.

## 3.1 Εφαρμογή της περιχειρίδας

Αν φοράτε ρούχο με στενά μανίκια, βγάλτε το.

Μην τοποθετείτε την περιχειρίδα πάνω από χοντρά ρούχα.

---

**1. Εισαγάγετε **L** το βύσμα αέρα στην **F** υποδοχή αέρα.**

---

**2. Περάστε το χέρι σας μέσα από την περιχειρίδα.**

---

**3. Τοποθετήστε σωστά το χέρι.**

Η κάτω άκρη της περιχειρίδας πρέπει να είναι **a** 1 έως 2 cm πάνω από τον αγκώνα. **J** H ένδειξη (βέλος κάτω από το σωλήνα) είναι κεντραρισμένη στη μέση του βραχίονά σας από την εσωτερική πλευρά. Κλείστε ΚΑΛΑ την υφασμάτινη ταινία ασφάλισης.

### Σημειώσεις:

- Όταν λαμβάνετε μια μέτρηση στον δεξιό βραχίονα, ο σωλήνας αέρα βρίσκεται στην πλευρά του αγκώνα σας. Προσέξτε να μην στηρίζετε το βραχίονά σας επάνω στο σωλήνα αέρα. --- **b**
- Η πίεση του αίματος μπορεί να διαφέρει μεταξύ του δεξιού και του αριστερού βραχίονα, οπότε ενδέχεται να διαφέρουν και οι τιμές της μετρηθείσας πίεσης του αίματος. Η OMRON συνιστά να χρησιμοποιείτε πάντα το ίδιο χέρι για τις μετρήσεις σας. Αν οι τιμές μεταξύ των δύο βραχιόνων διαφέρουν σημαντικά, συμβουλευτείτε τον ιατρό σας σχετικά με το ποιο βραχίονα να χρησιμοποιείτε για τη λήψη των μετρήσεών σας.

### 3.2 Ο σωστός τρόπος καθίσματος

Για να λάβετε μια μέτρηση, πρέπει να έχετε καθίσει άνετα και ξεκούραστα σε ένα δωμάτιο με κανονική θερμοκρασία. Δεν πρέπει να έχετε φάει, καπνίσει ή γυμναστεί 30 λεπτά πριν από τη λήψη μιας μέτρησης.

- Καθίστε σε μια καρέκλα με τα πόδια σας να πατούν στο πάτωμα.
- Καθίστε με την πλάτη σε ορθή και ευθεία θέση. --- 
- Η περιχειρίδα πρέπει να είναι στο ίδιο επίπεδο με την καρδιά σας. --- 

#### **Οδηγός τοποθέτησης περιχειρίδας**

Ο οδηγός τοποθέτησης περιχειρίδας είναι ένα μοναδικό χαρακτηριστικό που υποδεικνύει ότι η περιχειρίδα δεν έχει τυλιχτεί σφιχτά γύρω από το χέρι. Ακόμη και όταν εμφανίζεται η ένδειξη , θα ληφθεί η μέτρηση της πίεσης του αίματος.

#### **Σημείωση:**

Η μέτρηση **ΔΕΝ** είναι αξιόπιστη λόγω της εσφαλμένης τοποθέτησης της περιχειρίδας. Τοποθετήστε πάλι την περιχειρίδα, προσέχοντας να την τοποθετήσετε σωστά και πραγματοποιήστε πάλι τη μέτρηση. Όταν εμφανίζεται η ένδειξη , η περιχειρίδα είναι σφιχτά τυλιγμένη στο χέρι και η μέτρηση είναι ακριβής και αξιόπιστη.

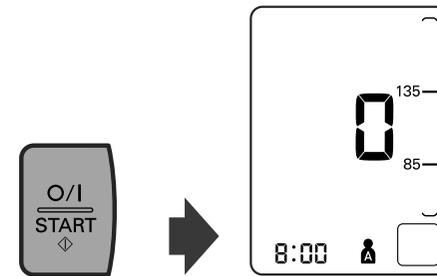
### 3.3 Λήψη μέτρησης

#### Σημειώσεις:

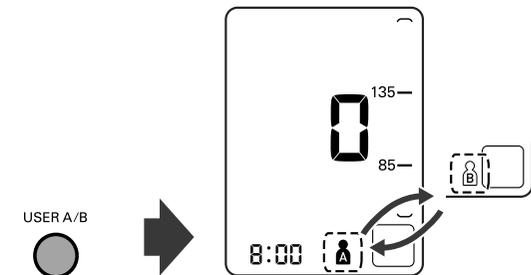
- Για να ακυρώσετε μια μέτρηση, πιέστε το κουμπί O/I START ώστε να απενεργοποιηθεί η μονάδα και να απελευθερωθεί ο αέρας από την περιχειρίδα.
- Μείνετε ακίνητοι κατά τη λήψη μιας μέτρησης.

Η συσκευή έχει σχεδιαστεί με τρόπο ώστε να λαμβάνει μετρήσεις και να αποθηκεύει τις τιμές μέτρησης στη μνήμη για δύο άτομα χρησιμοποιώντας την ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΧΡΗΣΤΗ Α και την ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΧΡΗΣΤΗ Β.

#### 1. Πατήστε το κουμπί O/I START.



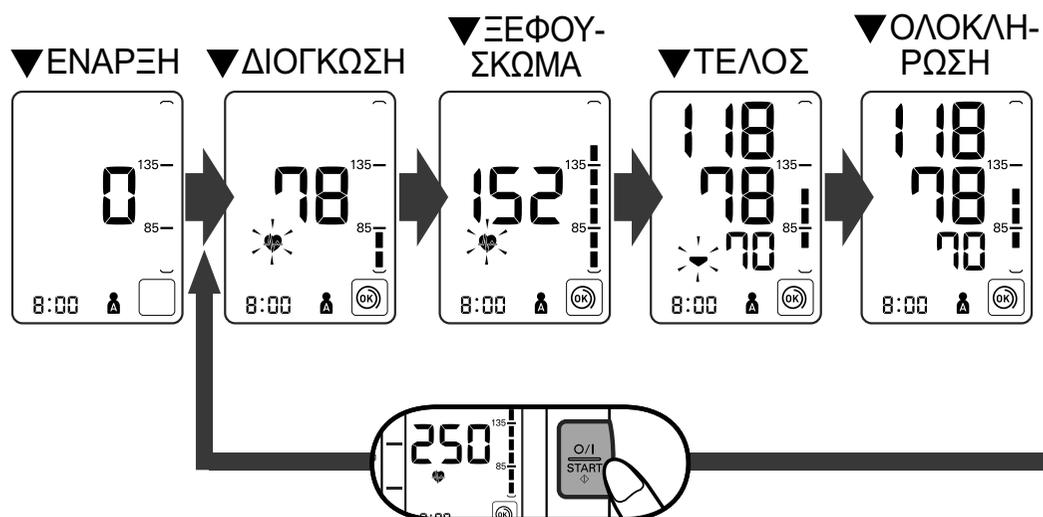
#### 2. Επιλέξτε την ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΧΡΗΣΤΗ σας (Α ή Β).



#### 3. Πατήστε πάλι το κουμπί O/I START.

Η περιχειρίδα αρχίζει να διογκώνεται αυτόματα.  
Θα ακουστεί ο βομβητής όταν ολοκληρωθεί η μέτρηση.

### 3. Χρήση της μονάδας



#### **Αν η συστολική σας πίεση είναι μεγαλύτερη από 220 mmHg**

Αφού η περιχειρίδα αρχίσει να διογκώνεται, πιέστε και κρατήστε πατημένο το κουμπί O/I START μέχρι το πιεσόμετρο να διογκώσει την περιχειρίδα κατά 30 έως 40 mmHg περισσότερο από την αναμενόμενη συστολική σας πίεση.

#### **Σημειώσεις:**

- Το πιεσόμετρο δεν θα διογκώσει την περιχειρίδα πάνω από τα 299mm Hg.
- Μην εφαρμόζετε μεγαλύτερη πίεση από αυτήν που είναι απαραίτητη.

#### **Σημειώσεις:**

- Κατά τη διάρκεια της μέτρησης, ο βομβητής (αν έχει ρυθμιστεί στο «on») θα ηχεί ρυθμικά μαζί με τον παλμό της καρδιάς σας.
- Περιμένετε 2-3 λεπτά, πριν να κάνετε λήψη μιας δεύτερης μέτρησης της πίεσης του αίματός σας. Με την αναμονή μεταξύ των μετρήσεων είναι δυνατή η επαναφορά των αρτηριών στην κατάσταση πριν από τη μέτρηση της πίεσης του αίματος.

#### **⚠ Προειδοποίηση:**

Η αυτοδιάγνωση και η θεραπεία με βάση τα αποτελέσματα των μετρήσεων είναι επικίνδυνες. Ακολουθήστε τις οδηγίες του γιατρού σας.

EL

#### 4. Αφαιρέστε την περιχειρίδα.

#### 5. Πιέστε το κουμπί O/I START, για να απενεργοποιήσετε το πιεσόμετρο.

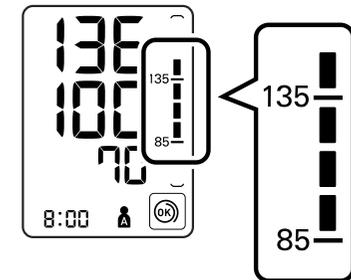
Το πιεσόμετρο αποθηκεύει αυτόματα τη μέτρηση στη μνήμη του. Θα απενεργοποιηθεί αυτόματα μετά από πέντε λεπτά.

##### Σημαντικό:

- Οι πρόσφατες έρευνες υποδεικνύουν ότι οι ακόλουθες τιμές είναι δυνατό να χρησιμοποιηθούν ως οδηγός ως προς την υψηλή πίεση αίματος για μετρήσεις που λαμβάνονται στο σπίτι.

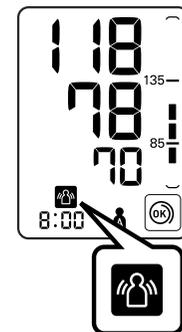
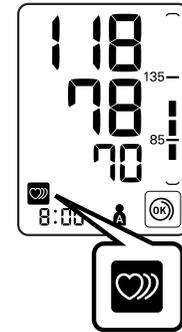
Συστολική αρτηριακή πίεση	Πάνω από 135 mmHg
Διαστολική αρτηριακή πίεση	Πάνω από 85 mmHg

Αυτά τα κριτήρια αφορούν τη μέτρηση της αρτηριακής πίεσης στο σπίτι. Για τα επίσημα κριτήρια διαχείρισης της αρτηριακής πίεσης, ανατρέξτε στο Κεφάλαιο 7.



### 3. Χρήση της μονάδας

- Το πιεσόμετρό σας περιλαμβάνει μια λειτουργία ακανόνιστου καρδιακού παλμού. Οι ακανόνιστοι καρδιακοί παλμοί μπορούν να επηρεάσουν τα αποτελέσματα της μέτρησης. Ο αλγόριθμος ακανόνιστου καρδιακού παλμού προσδιορίζει αυτόματα εάν η μέτρηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί ή απαιτείται επανάληψή της. Αν τα αποτελέσματα της μέτρησης επηρεάζονται από τους ακανόνιστους καρδιακούς σφυγμούς αλλά το αποτέλεσμα είναι έγκυρο, τότε το αποτέλεσμα εμφανίζεται μαζί με το σύμβολο του ακανόνιστου καρδιακού σφυγμού (  ). Αν οι ακανόνιστοι καρδιακοί παλμοί οδηγούν σε μη έγκυρη μέτρηση, τότε δεν εμφανίζεται κανένα αποτέλεσμα. Εάν εμφανιστεί το σύμβολο ακανόνιστου καρδιακού παλμού (  ), μετά τη λήψη της μέτρησης, επαναλάβετε τη μέτρηση. Εάν το σύμβολο του ακανόνιστου καρδιακού σφυγμού (  ) εμφανίζεται συχνά, ενημερώστε το γιατρό σας.
- Αν κινηθείτε κατά τη διάρκεια της μέτρησης, το σύμβολο σφάλματος μετακίνησης (  ) θα εμφανιστεί στην οθόνη. Μείνετε ακίνητοι και επαναλάβετε τη μέτρηση.



### 3.4 Χρήση της λειτουργίας μνήμης

Η συσκευή αποθηκεύει αυτόματα έως 60 μετρήσεις για κάθε χρήστη (Α και Β). Μπορεί, επίσης, να υπολογίσει το μέσο όρο των μετρήσεων που βασίζονται στις τελευταίες τρεις μετρήσεις που έχουν ληφθεί μέσα σε 10 λεπτά. Εάν υπάρχουν μόνο δύο μετρήσεις στη μνήμη για τη συγκεκριμένη περίοδο, ο μέσος όρος θα βασίζεται στις δύο μετρήσεις. Εάν υπάρχει μόνο μία μέτρηση στη μνήμη για τη συγκεκριμένη περίοδο, ο μέσος όρος θα βασίζεται στη μία μέτρηση.

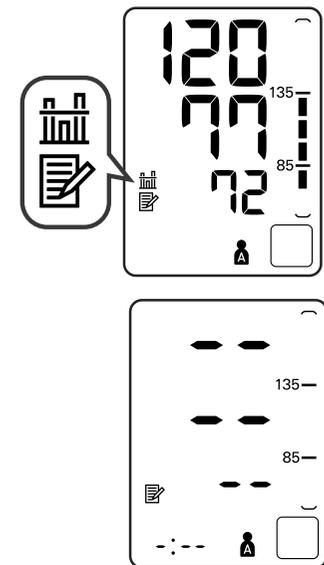
#### Σημειώσεις:

- Αν η μνήμη είναι πλήρης, το πιεσόμετρο θα διαγράψει τις παλαιότερες μετρήσεις.
- Κατά την προβολή της μέτρησης που έχει ληφθεί χωρίς να έχει ρυθμιστεί η ημερομηνία και η ώρα, θα εμφανίζεται η ένδειξη «-:--» αντί για την ημερομηνία και την ώρα.

**Για να προβάλετε τη μέση τιμή**

1. Πατήστε το κουμπί ◀ ή ▶.
2. Επιλέξτε την **ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΧΡΗΣΤΗ** σας (Α ή Β).

**Σημείωση:** Αν δεν υπάρχουν αποτελέσματα αποθηκευμένα στη μνήμη, εμφανίζεται η οθόνη στα δεξιά.



**Για να δείτε τις μετρήσεις που έχουν αποθηκευτεί στη μνήμη**

#### 1. Πατήστε το κουμπί ◀, ενώ εμφανίζεται η μέση τιμή.

Ο αριθμός της μνήμης εμφανίζεται για ένα δευτερόλεπτο πριν εμφανιστούν οι σφυγμοί. Το νεότερο σετ αριθμείται με «1».

Εναλλάξ εμφάνιση ημερομηνίας/ώρας



#### 2. Πατήστε το κουμπί ◀ ή ▶ για να δείτε τις μετρήσεις που έχουν αποθηκευτεί στη μνήμη.

◀ : Προς τις παλαιότερες μετρήσεις

▶ : Προς τις πιο πρόσφατες μετρήσεις

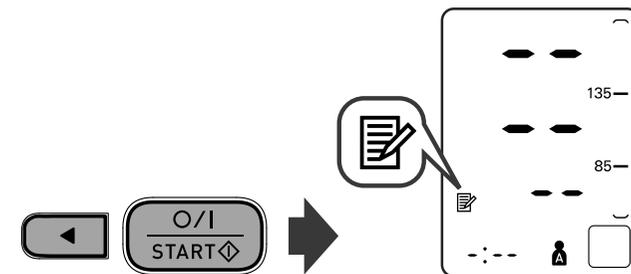
EL

**Για να διαγράψετε όλες τις τιμές που είναι αποθηκευμένες στη μνήμη**

Οι τιμές που είναι αποθηκευμένες στη μνήμη διαγράφονται ανά ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΧΡΗΣΤΗ.

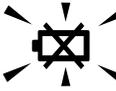
Όταν εμφανιστεί το σύμβολο μνήμης (📝), πατήστε πρώτα το κουμπί ◀. Ενώ τα κρατάτε πατημένα, πιέστε ταυτόχρονα το κουμπί O/I START για περίπου 2-3 δευτερόλεπτα.

**Σημείωση:** Δεν μπορείτε να διαγράψετε μέρος των τιμών που είναι αποθηκευμένες στη μνήμη. Θα διαγραφεί το σύνολο των τιμών για το χρήστη που επιλέγετε.



# 4. Αντιμετώπιση προβλημάτων και συντήρηση

## 4.1 Εικονίδια και μηνύματα σφάλματος

Οθόνη σφαλμάτων	Αιτία	Αποκατάσταση
	Ανιχνεύτηκαν ακανόνιστοι ή αδύναμοι παλμοί.	Αφαιρέστε την περιχειρίδα. Περιμένετε για 2-3 λεπτά και στη συνέχεια πάρτε μια άλλη μέτρηση. Επαναλάβετε τα βήματα στην ενότητα 3.3. Εάν αυτό το σφάλμα συνεχίζει να εμφανίζεται, ενημερώστε τον ιατρό σας.
	Μετακίνηση κατά τη μέτρηση	Διαβάστε προσεκτικά και επαναλάβετε τα βήματα στην ενότητα 3.3.
	Η περιχειρίδα δεν έχει εφαρμοστεί σωστά.	Τυλίξτε την περιχειρίδα σωστά. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.1.
 Αναβοσβήνει	Η ισχύς των μπαταριών είναι χαμηλή.	Θα πρέπει να αντικαταστήσετε εγκαίρως τις παλιές μπαταρίες με καινούριες. Ανατρέξτε στην ενότητα 2.1.
 Αναμμένο	Οι μπαταρίες έχουν εξαντληθεί.	Θα πρέπει να αντικαταστήσετε αμέσως τις παλιές μπαταρίες με καινούριες. Ανατρέξτε στην ενότητα 2.1.

## 4. Αντιμετώπιση προβλημάτων και συντήρηση

Οθόνη σφαλμάτων	Αιτία	Αποκατάσταση
EE	Η περιχειρίδα δεν είναι επαρκώς φουσκωμένη.	Διαβάστε προσεκτικά και επαναλάβετε τα βήματα που παρατίθενται στην ενότητα 3.3.
E	Μετακίνηση κατά τη μέτρηση	Επαναλάβετε τη μέτρηση. Μείνετε ακίνητοι και μη συνομιλείτε κατά τη διάρκεια της μέτρησης. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.3.
	Βύσμα αέρα αποσυνδεδεμένο.	Συνδέστε με προσοχή το βύσμα αέρα. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.1.
	Η περιχειρίδα δεν έχει εφαρμοστεί σωστά.	Εφαρμόστε σωστά την περιχειρίδα. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.1.
	Κάποιο ρούχο έχει πιαστεί στην περιχειρίδα.	Απομακρύνετε το. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.1.
	Υπάρχει διαρροή αέρα από την περιχειρίδα.	Αντικαταστήστε την περιχειρίδα με μια καινούρια. Ανατρέξτε στο Κεφάλαιο 5.
EEE	Η περιχειρίδα διογκώθηκε πέραν των 299 mmHg με χειροκίνητη διόγκωση.	Μη διογκώνετε την περιχειρίδα πέραν των 299 mmHg. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.3.
E <sub>r</sub>	Σφάλμα συσκευής.	Επικοινωνήστε με το κατάστημα λιανικής ή το μεταπωλητή της OMRON στην περιοχή σας.

EL

### Σημείωση:

Το σύμβολο του ακανόνιστου καρδιακού παλμού (  ) μπορεί επίσης να εμφανιστεί μαζί με μηνύματα σφάλματος.

### 4.2 Αντιμετώπιση προβλημάτων

Πρόβλημα	Αιτία	Αποκατάσταση
Η ένδειξη είναι υπερβολικά χαμηλή (ή υψηλή).	Η περιχειρίδα δεν έχει εφαρμοστεί σωστά.	Εφαρμόστε σωστά την περιχειρίδα. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.1.
	Μετακίνηση ή συνομιλία κατά τη διάρκεια της μέτρησης.	Μείνετε ακίνητοι και μη συνομιλείτε κατά τη διάρκεια της μέτρησης. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.3.
	Κάποιο ρούχο έχει πιαστεί στην περιχειρίδα.	Απομακρύνετε το. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.2.
Η πίεση της περιχειρίδας δεν αυξάνεται.	Ο σωλήνας αέρα δεν είναι καλά συνδεδεμένος στην κύρια μονάδα.	Βεβαιωθείτε ότι ο σωλήνας αέρα είναι συνδεδεμένος καλά. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.1.
	Υπάρχει διαρροή αέρα από την περιχειρίδα.	Αντικαταστήστε την περιχειρίδα με μια καινούρια. Ανατρέξτε στο Κεφάλαιο 5.
Η περιχειρίδα ξεφουσκώνει πολύ γρήγορα.	Η περιχειρίδα είναι χαλαρή.	Εφαρμόστε την περιχειρίδα σωστά, έτσι ώστε να είναι καλά σφιγμένη γύρω από το βραχίονα. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.1.
Δεν είναι δυνατή η μέτρηση ή οι ενδείξεις είναι πολύ χαμηλές ή πολύ υψηλές.	Η περιχειρίδα δεν έχει διογκωθεί επαρκώς.	Διογκώστε την περιχειρίδα έτσι ώστε να είναι 30 έως 40 mmHg πάνω από το προηγούμενο αποτέλεσμα μέτρησής σας. Ανατρέξτε στην ενότητα 3.3.

## 4. Αντιμετώπιση προβλημάτων και συντήρηση

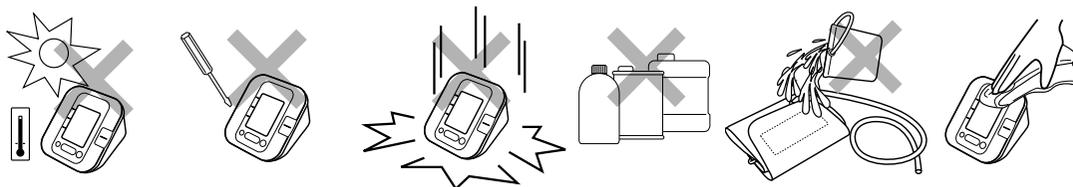
Πρόβλημα	Αιτία	Αποκατάσταση
Δεν συμβαίνει τίποτα όταν πατάτε τα κουμπιά.	Οι μπαταρίες έχουν εξαντληθεί.	Αντικαταστήστε τις μπαταρίες με καινούριες. Ανατρέξτε στην ενότητα 2.1.
	Οι μπαταρίες έχουν τοποθετηθεί εσφαλμένα.	Τοποθετήστε τις μπαταρίες με τη σωστή (+/-) πολικότητα. Ανατρέξτε στην ενότητα 2.1.
Λοιπά προβλήματα.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Πατήστε το κουμπί O/I START και επαναλάβετε τη μέτρηση.</li><li>• Αν το πρόβλημα επιμένει, αντικαταστήστε τις μπαταρίες με καινούριες.</li></ul> Αν ούτε έτσι λυθεί το πρόβλημα, επικοινωνήστε με το κατάστημα λιανικής ή το μεταπωλητή της OMRON στην περιοχή σας.	

EL

### 4.3 Συντήρηση

Για να προστατέψετε τη μονάδα από βλάβες, τηρήστε τα ακόλουθα:

- Μην υποβάλλετε την κύρια μονάδα και την περιχειρίδα σε ακραίες θερμοκρασίες, σε υγρασία, σε σταγονίδια νερού ή στο άμεσο ηλιακό φως.
- Μην διπλώνετε σφιχτά την περιχειρίδα ή τους σωλήνες.
- Η διόγκωση της περιχειρίδας δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 299 mmHg.
- Μην αποσυναρμολογείτε τη μονάδα.
- Μην υποβάλλετε τη μονάδα σε ισχυρούς κραδασμούς ή δονήσεις (για παράδειγμα, πτώση της μονάδας στο πάτωμα).
- Μην χρησιμοποιείτε πτητικά υγρά για να καθαρίσετε την κύρια μονάδα.
- Μην πλένετε την περιχειρίδα και μην τη βυθίζετε στο νερό.
- Μην χρησιμοποιείτε βενζίνη, αραιωτικά ή παρόμοιους διαλύτες για τον καθαρισμό της περιχειρίδας.
- Μην προβαίνετε εσείς οι ίδιοι σε επιδιορθώσεις οποιασδήποτε μορφής. Σε περίπτωση που προκύψει κάποια βλάβη, επικοινωνήστε με το κατάστημα λιανικής ή το μεταπωλητή της OMRON στην περιοχή σας, όπως αναγράφεται στη συσκευασία.



- Καθαρίζετε τη μονάδα με ένα μαλακό, στεγνό πανί.
- Χρησιμοποιήστε ένα απαλό, βρεγμένο πανί και σαπούνι για να καθαρίσετε την περιχειρίδα.

#### **Βαθμονόμηση και σέρβις**

- Η ακρίβεια αυτής της συσκευής παρακολούθησης της πίεσης του αίματος έχει ελεγχθεί προσεκτικά και είναι σχεδιασμένη για μακρόχρονη χρήση.
- Γενικά συνιστάται να φροντίζετε για την επιθεώρηση της μονάδας κάθε δύο χρόνια ώστε να διασφαλίσετε τη σωστή λειτουργία και ακρίβεια. Παρακαλούμε συμβουλευθείτε έναν εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο της OMRON ή την Υπηρεσία εξυπηρέτησης πελατών της OMRON στη διεύθυνση που αναγράφεται στη συσκευασία ή στα συνοδευτικά έγγραφα.

### 4.4 Φύλαξη

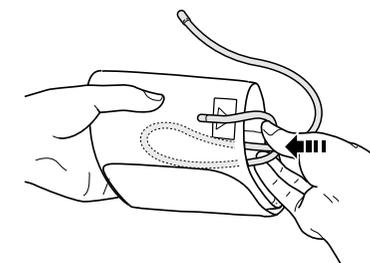
Διατηρήστε τη μονάδα στη θήκη φύλαξης, όταν δεν την χρησιμοποιείτε.

**1. Αποσυνδέστε το σωλήνα αέρα από το συνδετήρα αέρα.**

**2. Διπλώστε προσεκτικά το σωλήνα αέρα μέσα στην περιχειρίδα.**

**Σημείωση:**

Μη λυγίζετε υπερβολικά το σωλήνα αέρα.

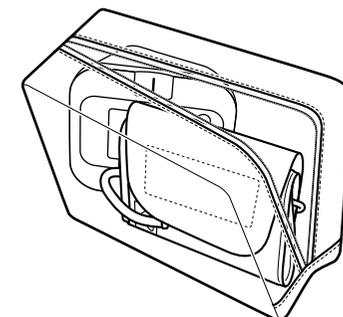


EL

**3. Τοποθετήστε την περιχειρίδα και την κύρια μονάδα στη θήκη φύλαξης.**

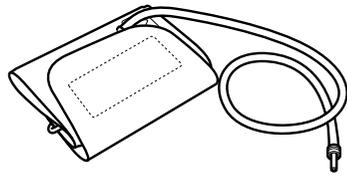
Μην αποθηκεύετε τη μονάδα υπό τις παρακάτω συνθήκες:

- Αν η μονάδα είναι βρεγμένη.
- Σε μέρη εκτεθειμένα σε ακραίες θερμοκρασίες, υγρασία, άμεση ηλιακή ακτινοβολία, σκόνη ή διαβρωτικούς ατμούς.
- Σε μέρη εκτεθειμένα σε κραδασμούς, δονήσεις ή όπου θα βρίσκεται σε κλίση.



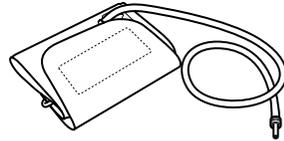
# 5. Προαιρετικά εξαρτήματα

Περιχειρίδα μεσαίου και  
μεγάλου μεγέθους  
Περιφέρεια χεριού  
22 - 42 cm



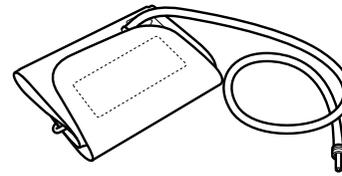
CW-9520534-2  
(Μοντέλο: HEM-RML30)

Περιχειρίδα μεσαίου  
μεγέθους  
Περιφέρεια χεριού  
22 - 32 cm



CM2-9513256-6  
(Μοντέλο: HEM-CR24)

Περιχειρίδα μεγάλου  
μεγέθους  
Περιφέρεια χεριού  
32 - 42 cm



CL2-9513255-8  
(Μοντέλο: HEM-CL24)

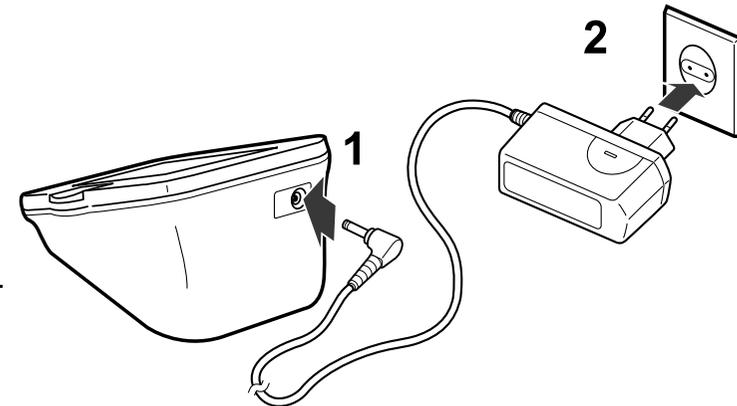
Προσαρμογέας AC S



Adapter S-9515336-9

## Χρήση του προαιρετικού προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος

1. Εισαγάγετε το βύσμα του προσαρμογέα AC στην υποδοχή για τον προσαρμογέα AC, που βρίσκεται στην πίσω πλευρά της κύριας μονάδας.
2. Συνδέστε τον προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος σε έναν ηλεκτρικό ρευματοδότη.



Για να αποσυνδέσετε τον προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος, αφαιρέστε πρώτα τον προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος από τον ηλεκτρικό ρευματοδότη και στη συνέχεια αφαιρέστε το βύσμα του προσαρμογέα εναλλασσόμενου ρεύματος από την κύρια μονάδα.

# 6. Τεχνικά δεδομένα

## Περιγραφή προϊόντος

Μοντέλο

Οθόνη

Μέθοδος μέτρησης

Εύρος μετρήσεων

Ακρίβεια

Διόγκωση

Εκτόνωση αέρα

Μνήμη

Κατάταξη

Πηγή τροφοδοσίας

Διάρκεια ζωής μπαταρίας

Εφαρμοσμένο τμήμα

Προστασία από ηλεκτροπληξία

Θερμοκρασία λειτουργίας / Υγρασία

Θερμοκρασία φύλαξης / Υγρασία / Πίεση αέρα

Βάρος κονσόλας

Βάρος περιχειρίδας

Εξωτερικές διαστάσεις

Διαστάσεις περιχειρίδας

Υλικό περιχειρίδας

Περιεχόμενα συσκευασίας

Ψηφιακό αυτόματο πιεσόμετρο

OMRON M3 (HEM-7200-E2(V))

Ψηφιακή οθόνη LCD

Ταλαντωσιμετρική μέθοδος

Πίεση: 0 mm Hg έως 299 mm Hg

Σφυγμοί: 40 έως 180/λεπτό.

Πίεση:  $\pm 3$  mm Hg

Σφυγμοί:  $\pm 5\%$  ως προς την ένδειξη της οθόνης

Τύπου Fuzzy-logic (ασαφής λογική), ελεγχόμενη από ηλεκτρική αντλία

Βαλβίδα αυτόματης εκτόνωσης πίεσης

60 μετρήσεις με ημερομηνία και ώρα για κάθε χρήστη (A και B)

DC6V  $\approx$  4 W

4 μπαταρίες «AA» 1,5V ή προσαρμογέας AC/ DC

(Adapter S-9515336-9 (προαιρετικός), ΕΙΣΟΔΟΣ AC100-240V 50/60 Hz 0,12A)

Η χωρητικότητα των νέων αλκαλικών μπαταριών είναι 1.500 περίπου μετρήσεις



= Τύπος B

Εσωτερικά τροφοδοτούμενος εξοπλισμός ME (Όταν χρησιμοποιούνται μόνο οι μπαταρίες)



= Κατηγορία II ιατρικός-ηλεκτρικός εξοπλισμός (Προαιρετικός προσαρμογέας εναλλασσόμενου ρεύματος)

+10°C έως +40°C / Το μέγιστο: 30 έως 90% RH

-20°C έως +60°C / Το μέγιστο: 10 έως 95% RH / 700-1060hPa

340g περίπου χωρίς τις μπαταρίες

Περίπου 120g

Περίπου 123 mm (πλάτος)  $\times$  85 mm (ύψος)  $\times$  141 mm (μήκος)

Περίπου 146 mm  $\times$  446 mm (Μεσαία περιχειρίδα: περιφέρεια χεριού 22 έως 32 cm)

Νάυλον και πολυεστέρας

Κύρια μονάδα, περιχειρίδα, εγχειρίδιο οδηγιών, σύντομος οδηγός, θήκη φύλαξης, σετ μπαταριών, κάρτα εγγύησης, κάρτα πίεσης αίματος

EL

**Σημείωση:** Υπόκειται σε τεχνικές αλλαγές χωρίς προηγούμενη ειδοποίηση.

### CE0197

- Αυτή η συσκευή πληροί τις διατάξεις της κοινοτικής οδηγίας 93/42/ΕΟΚ (Οδηγία για τα ιατροτεχνολογικά προϊόντα).
- Το παρόν πιεσόμετρο έχει σχεδιαστεί σύμφωνα με το Ευρωπαϊκό Πρότυπο EN1060, Μη διεισδυτικά σφυγμομανόμετρα Μέρος 1: Γενικές απαιτήσεις και Μέρος 3: Συμπληρωματικές απαιτήσεις για ηλεκτρομηχανικά συστήματα μέτρησης της πίεσης αίματος.
- Αυτό το προϊόν της OMRON κατασκευάζεται σύμφωνα με το αυστηρό σύστημα ποιότητας της OMRON HEALTHCARE Co. Ltd., Ιαπωνία. Το βασικό συστατικό στοιχείο των πιεσόμετρων της OMRON, που είναι ο αισθητήρας πίεσης, κατασκευάζεται στην Ιαπωνία.

### Σημαντικές πληροφορίες σχετικά με την ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα (EMC)

Εξαιτίας του αυξημένου αριθμού ηλεκτρικών συσκευών, όπως είναι οι ηλεκτρονικοί υπολογιστές και οι συσκευές κινητής τηλεφωνίας, οι ιατρικές συσκευές που βρίσκονται σε χρήση μπορεί να υπόκεινται σε ηλεκτρομαγνητικές παρεμβολές από άλλες συσκευές. Οι ηλεκτρομαγνητικές παρεμβολές μπορεί να έχουν ως αποτέλεσμα τη λανθασμένη λειτουργία της ιατρικής συσκευής θέτοντας έτσι σε κίνδυνο την κατάσταση του ασθενούς.

Οι ιατρικές συσκευές δεν θα πρέπει επίσης να παρεμβάλλονται με άλλες συσκευές.

Το πρότυπο EN60601-1-2:2007 έχει εφαρμοστεί προκειμένου να ελεγχθούν οι απαιτήσεις για την EMC (Ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα) με σκοπό την πρόληψη επικίνδυνων καταστάσεων που οφείλονται στο προϊόν. Το πρότυπο αυτό ορίζει το επίπεδο της ατρωσίας στις ηλεκτρομαγνητικές παρεμβολές, καθώς και το μέγιστο επίπεδο των ηλεκτρομαγνητικών εκπομπών για τις ιατρικές συσκευές.

Αυτή η ιατρική συσκευή της OMRON HEALTHCARE συμμορφώνεται με το πρότυπο EN60601-1-2:2007 όσον αφορά τόσο στο επίπεδο της ατρωσίας όσο και στο επίπεδο των εκπομπών.

Παρ' όλα αυτά, πρέπει να λαμβάνονται ειδικές προφυλάξεις:

- Μην χρησιμοποιείτε συσκευές κινητής τηλεφωνίας ή άλλες συσκευές, οι οποίες παράγουν ισχυρά ηλεκτρικά ή ηλεκτρομαγνητικά πεδία, κοντά στην ιατρική συσκευή. Κάτι τέτοιο μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα τη λανθασμένη λειτουργία της μονάδας, θέτοντας έτσι σε κίνδυνο την κατάσταση του ασθενούς. Συνιστάται η τήρηση ελάχιστης απόστασης 7 m. Επιβεβαιώστε τη σωστή λειτουργία της συσκευής στην περίπτωση που η απόσταση είναι μικρότερη.

Περισσότερη τεκμηρίωση σύμφωνα με το EN60601-1-2:2007 είναι διαθέσιμη στην OMRON HEALTHCARE EUROPE στη διεύθυνση που αναφέρεται σε αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών.

Η τεκμηρίωση είναι επίσης διαθέσιμη στη διεύθυνση: [www.omron-healthcare.com](http://www.omron-healthcare.com).

### Σωστή απόρριψη αυτού του προϊόντος

#### (Ηλεκτρονικά απόβλητα & ηλεκτρονικός εξοπλισμός)

Η ένδειξη αυτή που εμφανίζεται στο προϊόν ή στη βιβλιογραφία του, υποδεικνύει ότι δεν θα πρέπει να απορρίπτεται με άλλα οικιακά απορρίμματα στο τέλος της διάρκειας ζωής του. Για να αποτραπούν πιθανές βλάβες στο περιβάλλον ή στη δημόσια υγεία λόγω της ανεξέλεγκτης απόρριψης αποβλήτων, διαχωρίστε αυτό το προϊόν από άλλους τύπους απορριμμάτων και ανακυκλώστε το υπεύθυνα, ώστε να προάγετε τη βιώσιμη επαναχρησιμοποίηση των υλικών πόρων.

Οι οικιακοί χρήστες θα πρέπει να επικοινωνήσουν είτε με τον πωλητή λιανικής από τον οποίο αγόρασαν αυτό το προϊόν ή με την τοπική τους δημόσια υπηρεσία, για λεπτομέρειες ως προς τη θέση και τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να επιστρέψουν αυτό το αντικείμενο για περιβαλλοντικά ασφαλή ανακύκλωση.

Οι επιχειρήσεις θα πρέπει να επικοινωνούν με τον προμηθευτή τους και να ελέγχουν τους όρους και τις προϋποθέσεις που ορίζονται στο συμβόλαιο αγοράς. Το προϊόν αυτό δεν θα πρέπει να αναμιγνύεται με άλλα εμπορικά απορρίμματα προς απόρριψη.



# 7. Ορισμένες χρήσιμες πληροφορίες για την αρτηριακή πίεση

## **Τι είναι η αρτηριακή πίεση;**

Η αρτηριακή πίεση είναι μια μέτρηση της δύναμης που ασκεί το αίμα, καθώς ρέει έναντι των τοιχωμάτων των αρτηριών. Η αρτηριακή πίεση του αίματος αλλάζει συνεχώς, κατά τη διάρκεια του κύκλου λειτουργίας της καρδιάς.

Η υψηλότερη πίεση στον κύκλο ονομάζεται *συστολική αρτηριακή πίεση* και η χαμηλότερη *διαστολική αρτηριακή πίεση*.

Και οι δύο ενδείξεις της πίεσης, δηλαδή τόσο η *Συστολική* όσο και η *Διαστολική*, είναι απαραίτητες, για να επιτρέψουν στον ιατρό να αξιολογήσει την κατάσταση της πίεσης του αίματος ενός ασθενή.

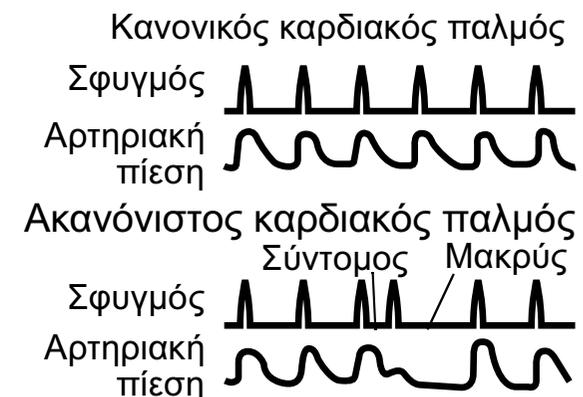
## **Τι είναι ο ακανόνιστος καρδιακός παλμός;**

Ο ακανόνιστος καρδιακός παλμός είναι ο καρδιακός ρυθμός που διαφέρει κατά περισσότερο από 25% από το μέσο καρδιακό ρυθμό που ανιχνεύεται όταν η μονάδα μετρά τη συστολική και τη διαστολική αρτηριακή πίεση.

Εάν εντοπιστεί αυτού του είδους ο ακανόνιστος ρυθμός περισσότερες από δύο φορές κατά τη διάρκεια της μέτρησης, το σύμβολο του ακανόνιστου καρδιακού παλμού (  ) εμφανίζεται στην οθόνη, όταν προβάλλονται τα αποτελέσματα των μετρήσεων.

## **Τι είναι η αρρυθμία;**

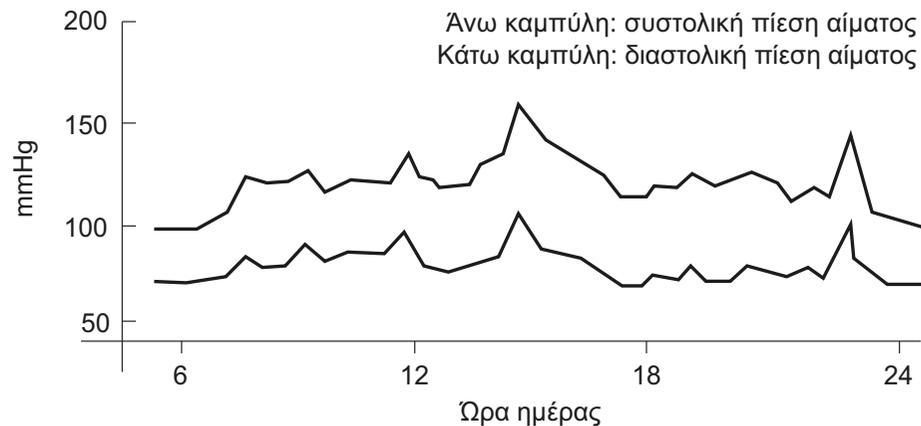
Η αρρυθμία είναι μια κατάσταση στην οποία ο καρδιακός ρυθμός είναι ανώμαλος, λόγω σφαλμάτων στο βιοηλεκτρικό σύστημα που διεγείρει τον καρδιακό παλμό. Τα τυπικά συμπτώματα είναι παράκαμψη των καρδιακών παλμών, πρόωρη συστολή, παθολογικά γρήγορος παλμός (ταχυκαρδία) ή παθολογικά αργός παλμός (βραδυκαρδία).



## 7. Ορισμένες χρήσιμες πληροφορίες για την αρτηριακή πίεση

### **Γιατί είναι καλό να μετράμε την αρτηριακή πίεση στο σπίτι;**

Πολλοί παράγοντες όπως η σωματική δραστηριότητα, το άγχος ή η ώρα της ημέρας μπορούν να επηρεάσουν την αρτηριακή σας πίεση. Επομένως, είναι καλύτερο να προσπαθείτε να μετράτε την αρτηριακή σας πίεση την ίδια ώρα κάθε ημέρα, ώστε να λαμβάνετε ακριβείς ενδείξεις για τυχόν αλλαγές στην αρτηριακή πίεση. Η αρτηριακή πίεση είναι υπό κανονικές συνθήκες χαμηλή το πρωί και αυξάνει από το απόγευμα προς το βράδυ. Είναι χαμηλότερη το καλοκαίρι και υψηλότερη το χειμώνα.



Παράδειγμα: διακύμανση ημέρας (άνδρας, 35 ετών)



## 7. Ορισμένες χρήσιμες πληροφορίες για την αρτηριακή πίεση

### **Ταξινόμηση της πίεσης του αίματος σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας**

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO) και η Διεθνής Εταιρεία για την καταπολέμηση της Υπέρτασης (International Society of Hypertension - ISH) ανέπτυξε τη μέθοδο ταξινόμησης αρτηριακής πίεσης που εμφανίζεται σε αυτήν την εικόνα.

Αυτή η ταξινόμηση βασίζεται σε τιμές αρτηριακής πίεσης που έχουν μετρηθεί σε ανθρώπους σε καθιστή στάση, στα Εξωτερικά Ιατρεία των νοσοκομείων.

#### **Σημείωση:**

Δεν υπάρχει ένας παγκόσμια αποδεκτός ορισμός της υπότασης. Ωστόσο, τα άτομα με συστολική πίεση χαμηλότερη από 100 mm Hg θεωρούνται υποτασικά.

