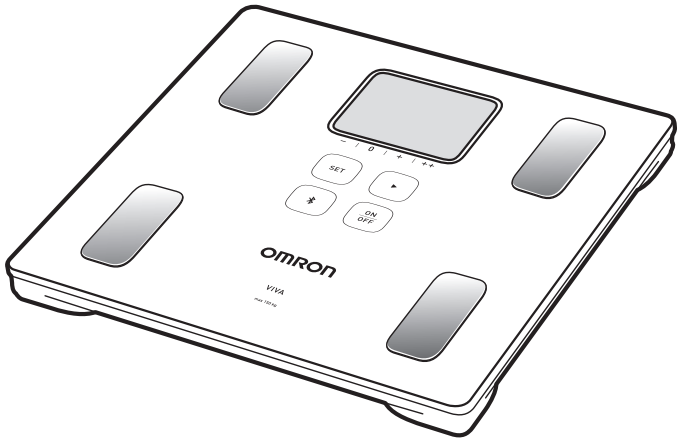
OMRON



Aparat za merenje sastava tela

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Uputstvo za upotrebu

SR

Hvala vam što ste kupili OMRON aparat za merenje sastava tela.
Pre upotrebe ovog uređaja obavezno pažljivo pročitajte ovo Uputstvo za upotrebu kako biste razumeli kako da ga bezbedno i pravilno koristite.
Pažljivo sačuvajte ovo Uputstvo za upotrebu za kasnije korišćenje.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-SR-08-06/2021

VIVA
Aparat za merenje sastava tela

Namena
Hvala vam što ste kupili ovaj OMRON aparat za merenje sastava tela. Ovaj uređaj je namenjen za merenje i prikazivanje sledećih parametara sastava tela.

- Telesna težina
- Visceralna masnoća (do 30 nivoa)
- Metabolizam u stanju mirovanja (u kcal)
- Telesna masnoća (u %)
- Skeletni mišići (u %)
- ITM (indeks telesne mase)

Ovim uređajem treba da rukuju odrasle osobe koje razumeju ovo uputstvo za upotrebu. On nije namenjen za profesionalnu upotrebu u bolnicama ili drugim medicinskim ustanovama, već samo za kućnu upotrebu.

Molimo vas da pre upotrebe pažljivo pročitate ovo uputstvo za upotrebu da biste dobili više informacija o pojedinačnim funkcijama.

Sadržaj

Pre upotrebe uređaja 2

Napomene o bezbednosti 2
1. Upoznajte svoj uređaj 4
2. Postavljanje i zamena baterija 5
3. Uparivanje uređaja sa vašim pametnim uređajem 6
4. Podešavanje jedinice mere, datuma i vremena 7
5. Registracija ličnih podataka 8

Uputstvo za rukovanje 9

6. Kako izvršiti tačno merenje 9
   6.1 Pravilno držanje tokom merenja 9
   6.2 O „korekciji na 0 kg“ (oprez prilikom skladištenja) 10
   6.3 Kako izvršiti „korekciju na 0 kg“ 10
7. Vršenje merenja 10

Upotrebite memorijsku funkciju 12

8. Pregled rezultata merenja na vašem pametnom uređaju 12

Ako je potrebno 13

9. Odabir ličnog broja i vršenje merenja 13
10. Režim „Guest“ (Gost) (režim u kojem se ne vrši snimanje) 14
11. Merenje samo telesne težine 15
12. Izmena ili brisanje vaših ličnih podataka 16
13. Brisanje postavki za komunikaciju 17
14. Održavanje i skladištenje 17
15. Rešavanje problema 18
16. Tehnički podaci 21

Informacije o sastavu tela 24

17. Informacije o sastavu tela 24
18. Dijagrami za tumačenje rezultata merenja 26

Pre upotrebe uređaja

Napomene o bezbednosti

U nastavku su navedeni simboli i definicije:

⚠**Opasnost:**	Nepropisna upotreba može da izazove opasnost i dovede do smrti ili teške povrede.
⚠**Upozorenje:**	Nepropisna upotreba može da dovede do smrti ili teške povrede.
⚠**Pažnja:**	Nepropisna upotreba može da dovede do povrede ili oštećenja imovine.

⚠Opasnost:

• Nikada nemojte koristiti ovaj uređaj zajedno sa medicinskim elektronskim uređajima kao što su:
(1) Medicinski elektronski implantati kao što su pejsmejkeri.
(2) Elektronski sistemi za održavanje života kao što je veštačko srce/pluća.
(3) Prenosni elektronski medicinski uređaji kao što je elektrokardiograf.
Ovaj uređaj može prouzrokovati kvar ovih uređaja, što predstavlja ozbiljan rizik za korisnike tih uređaja.



⚠Upozorenje:

- Uređaj držite van domašaja dece. Sadrži sitne delove koji mogu predstavljati rizik od gušenja ako ih progutaju deca.
- Nemojte koristiti uređaj na klizavim površinama, kao što su mokri podovi.
- Nemojte skakati na uređaj.
- Nemojte koristiti ovaj uređaj kada su vam telo i/ili stopala mokri, na primer posle tuširanja.
- Na uređaj stanite bosi. Ako stanete na uređaj sa čarapama možete se okliznuti i povrediti.
- Nemojte stajati na ivicu uređaja ili područje ekrana.
- Osobe sa invaliditetom ili fizički slaba lica uređaj uvek treba da koriste uz pomoć nekog drugog lica.
- Ukoliko vam tečnost iz baterija dospe u oči, odmah ih isperite velikom količinom čiste vode. Odmah se obratite lekaru.
- Nemojte koristiti ovaj proizvod u bolnicama, avionima ili drugim okruženjima u kojima je zabranjena upotreba radio talasa.
- Ovaj proizvod emituje radio frekvencije (RF) u pojasu od 2,4 GHz. Nemojte koristiti ovaj proizvod na mestima na kojima su zabranjene radio frekvencije, kao što su avioni ili bolnice.

SR

⚠Pažnja:

- Nemojte rastavljati, popravljati ili menjati uređaj.
- Nemojte započinjati program smanjenja telesne težine ili vežbanja ukoliko se prethodno niste konsultovali sa lekarom ili zdravstvenim stručnjakom. Samostalno postavljanje dijagnoze može biti štetno po vaše zdravlje.
- Tokom merenja, uverite se da na rastojanju od 30 cm od uređaja nema mobilnih telefona niti drugih električnih uređaja koji emituju elektromagnetna polja. To može da dovede do nepravilnog rada aparata i/ili do netačnog očitavanja.
- Koristite baterije predviđene za ovaj uređaj. Nemojte ubacivati baterije sa nepravilno okrenutim polaritetima.
- Stare baterije odmah zamenite novim.
- Baterije nemojte bacati u vatru.

- Ukoliko vam tečnost iz baterija dospe na kožu ili odeću, odmah ih isperite velikom količinom čiste vode.
- Izvadite baterije ukoliko uređaj nećete koristiti duži vremenski period (približno tri meseca ili duže).
- Nemojte zajedno koristiti različite vrste baterija.
- Nemojte zajedno koristiti nove i korišćene baterije.
- Uvek operite stopala pre upotrebe uređaja. Ukoliko patite od infekcije stopala ili druge kožne bolesti, možete preneti infekciju drugim ljudima.
- U slučaju da uređaj koristi više osoba, nakon upotrebe ga obrišite krpom navlaženom blagim deterdžentom. Zatim ga obrišite suvom krpom.
- Nemojte koristiti ovaj uređaj u svrhe koje nisu opisane u ovom uputstvu.
- S obzirom da je ovaj uređaj precizni instrument, nemojte ga ispuštati, tresti ili udarati.

Prenos podataka

- Nemojte vaditi baterije tokom prenosa rezultata merenja na vaš pametni uređaj. To može da dovede do nepravilnog rada aparata za merenje i neuspešnog prenosa vašeg rezultata merenja.
- Nemojte stavljati kartice integrisanih kola, magnete, metalne predmete ili druge uređaje koji emituju elektromagnetna polja pored ovog aparata za merenje tokom prenosa rezultata merenja na vaš pametni uređaj. To može da dovede do nepravilnog rada vašeg uređaja i neuspešnog prenosa vašeg rezultata merenja.

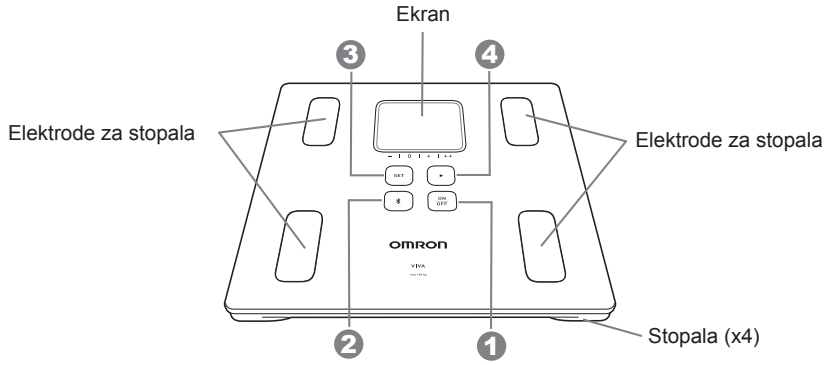
Netačno merenje

Netačno merenje se može javiti kod sledećih korisnika:
Starijih osoba (preko 81 godine)/osoba sa groznicom/bodibildera ili sportista pod intenzivnim treningom/pacijenata podvrgnutih dijalizi/pacijenata sa osteoporozom i veoma malom gustinom kostiju/trudnica/osoba koje imaju otoke.

- Jer telesni sastav poput vode u telu može umnogome da odstupa od prosečne vrednosti.

1. Upoznajte svoj uređaj

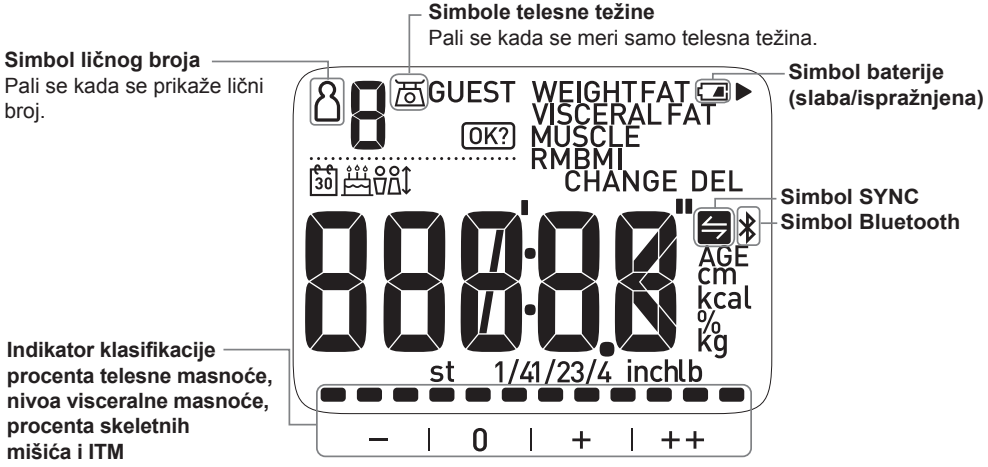
Glavni uređaj



❶	ON/OFF	**Taster za UKLJUČIVANJE/ISKLJUČIVANJE** • Pritisnite ovaj taster da biste uključili napajanje. • Pritisnite ovaj taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.
❷	ᛒ	**Taster za Bluetooth** • Pritisnite ovaj taster za manuelni prenos podataka. • Pritisnite ovaj taster (2 sekunde ili duže) da biste uparili uređaj sa vašim pametnim uređajem. ※ Ovaj taster može da se koristi i kada je napajanje isključeno.
❸	SET	**Taster za POSTAVKE** • Pritisnite ovaj taster da biste podesili ili potvrdili podatke.
❹	▶	**Taster za napredovanje** • Pritisnite ovaj taster za napredovanje. • Pritisnite i zadržite ovaj taster za brzo napredovanje tokom podešavanja datuma, vremena i visine.

SR

Ekran

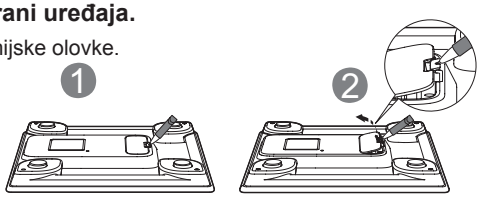


2. Postavljanje i zamena baterija

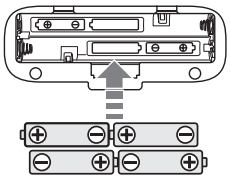
1. **Otvorite poklopac baterija na zadnjoj strani uređaja.**

Potrebno je koristiti neki tvrd predmet poput hemijske olovke.





2. **Postavite baterije tako da polaritet bude odgovarajući, kao što je označeno u pregradi za baterije.**



3. **Zatvorite poklopac baterija.**

Rok upotrebe i zamena baterija

- **Približno 6 meseci (kada se koriste alkalne AAA baterije za četiri merenja, četiri prenosa podataka i četiri osobe dnevno na sobnoj temperaturi od 23°C)**
  - Dostavljene baterije namenjene su samo za probno korišćenje, pa njihov rok upotrebe može biti kraći.
- **Kada se na ekranu pojavi simbol ispražnjene baterije, zamenite sve četiri baterije novim.**
  - Istovremeno zamenite sve četiri baterije novim baterijama (istog tipa).
  - Kada treperi simbol slabe baterije, preporučuje se da se baterije zamene novim pre nego što se isprazne.

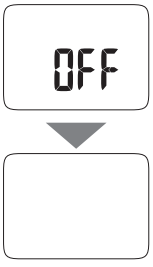
Simbol ispražnjene baterije



- **Baterije zamenite nakon što isključite napajanje.**
  - Lični podaci uskladišteni u uređaju se čuvaju i nakon uklanjanja baterija.
  - Odlaganje iskorišćenih baterija treba izvršiti u skladu sa državnim propisima za odlaganje baterija.
- **Kada se baterije zamene, morate ponovo da podesite jedinicu mere, datum i vreme. (Videti odeljak 4)**
  - Ako ste se već uparili sa aplikacijom „OMRON connect“, pritisnite taster za komunikaciju sa ovom aplikacijom i nakon toga će datum i vreme biti podešeni automatski.

O funkciji ISKLJUČIVANJA napajanja

- **Pritisnite taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.**



- **Napajanje će se automatski isključiti u sledećim slučajevima.**
  - 10 sekundi nakon prikazivanja poruke „Err“.
  - Ako se uređaj ne koristi 1 minut kada je prikazano „0,0 kg“.
  - Ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

3. Uparivanje uređaja sa vašim pametnim uređajem

1. **Uključite funkciju Bluetooth na vašem pametnom uređaju.**

2. **Preuzmite i instalirajte aplikaciju „OMRON connect“ na vašem pametnom uređaju.**

Možete izabrati jednu od sledeće 2 metode.

■ Skenirajte QR kod da biste pristupili sledećoj adresi.

omronconnect.com/setup

QR kod

■ Potražite aplikaciju „OMRON connect“ u „App Store“ ili „Google Play“.

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Otvorite aplikaciju na vašem pametnom uređaju i pratite uputstva za podešavanje i uparivanje.**

Ako već imate aplikaciju „OMRON connect“, idite na:

Menu>Device>Add Device

NAPOMENE

- Jedan pametan uređaj upravlja podacima jednog korisnika.
- Ukoliko se koristi aplikacija koja nije „OMRON connect“, prenos podataka možda neće biti ispravan.
- Za detaljne informacije pročitajte uputstva o načinu korišćenja i upotrebi u okviru aplikacije.

4. Podešavanje jedinice mere, datuma i vremena

Podešavanje jedinice mere, datuma i vremena je neophodno pre prvog merenja ili nakon zamene baterija.

- Datum i vreme se mogu podesiti i iz aplikacije „OMRON connect“.

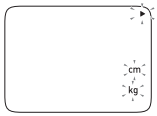
1. Pritisnite taster (ON/OFF) da biste uključili napajanje.

„kg & cm“ treperi na ekranu.

2. Podešavanje jedinice mere.

Pritisnite taster (▶) za podešavanje, a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.

- Podrazumevana jedinica mere je „kg & cm“.
- Jedinicu mere možete postaviti na „lb & inch“ ili „st-lb & inch“.



3. Podesite ispravan datum i vreme na uređaju.

Pritisnite taster (▶) za podešavanje, a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.

- Podešavanje opsega godina: 2017. do 2045.
- Vreme je u 24-časovnom formatu.
- Tokom podešavanja godine, datuma, časova i minuta, držite pritisnutim taster (▶) za brzo napredovanje u koracima od po 10.



Nakon što sva podešavanja za jedinicu mere, godinu, mesec, dan, sate i minute budu prikazana tim redosledom, napajanje se automatski isključuje.

NAPOMENE

- Ukoliko napravite bilo kakvu grešku tokom podešavanja, pritisnite taster (ON/OFF) da biste isključili napajanje i ponovo počnite od „Koraka 1“.
- Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta. Ponovo podesite jedinicu mere, datum i vreme.
- Za izmenu jedinice mere, datuma ili vremena, izvadite baterije i sačekajte najmanje 20 sekundi. Zatim ubacite baterije i ponovo izvršite podešavanje.

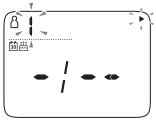
5. Registracija ličnih podataka

Za merenje sastava tela neophodno je da registrujete svoje lične podatke (datum rođenja, pol, visina). Mogu se čuvati registrovani podaci za najviše 4 osobe.

- Lični podaci se mogu registrovati i iz aplikacije „OMRON connect“.

1. Pritisnite taster (ON/OFF) da biste uključili napajanje.

Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“. Prikazuje se datum rođenja (- / - -).



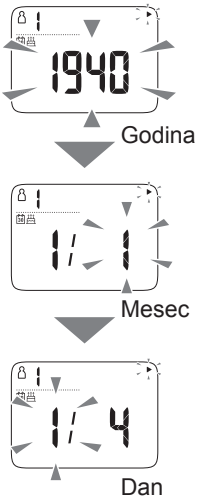
2. Izaberite i potvrdite vaš lični broj.

Pritisnite taster (▶) za odabir vašeg ličnog broja, a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.

3. Podesite datum rođenja.

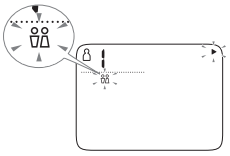
Pritisnite taster (▶) za podešavanje datuma rođenja, a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.

- Podešavanje opsega godina od 1900. do 2045.
- Prilikom podešavanja godine i datuma, držite pritisnutim taster (▶) za brzo napredovanje u koracima od po 10.



4. Podesite pol

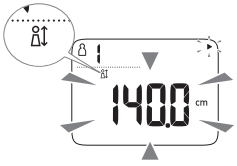
Pritisnite taster (▶) za podešavanje pola (MUŠKI) ili (ŽENSKI), a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.



5. Podesite visinu.

Pritisnite taster (▶) za podešavanje visine, a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.

- Pritiskajte kontinuirano za brzo napredovanje u koracima od po 10 cm (ili 1 inča).
- Pošto se prikažu sva podešavanja za vašu potvrdu, na ekranu se pojavljuje oznaka „0,0 kg“.



SR

6. Stanite na uređaj da biste izvršili merenje kada se prikaže „0,0 kg“.

Podaci o telesnoj težini i sastavu tela se beleže u uređaju da bi se omogućilo automatsko prepoznavanje.
Nakon određenog vremena, rezultati merenja se prikazuju na sledeći način.



7. Siđite sa uređaja nakon što se prikažu rezultati merenja.

Registracija ličnih podataka je završena.

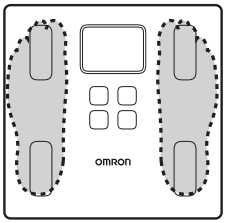
8. Pritisnite taster ON/OFF (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Za dodavanje novih ličnih podataka, počnite od „Koraka 1“.

6. Kako izvršiti tačno merenje

6.1 Pravilno držanje tokom merenja

Stanite na uređaj bosi. Svodove stopala postavite na sredinu uređaja.



Napomena

- Stajanje na jedinicu u čarapama ili obući za rezultat će imati netačno merenje.



Nemojte savijati kolena tokom merenja.

Merenje vršite na tvrdoj i ravnoj podlozi.

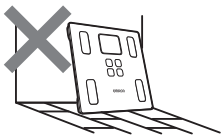
Napomena

- Meke podne obloge, kao što su prostirka ili tepih, mogu da dovedu do netačnog merenja.

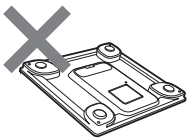
6.2 O „korekciji na 0 kg“ (oprez prilikom skladištenja)

Uređaj obično automatski koriguje tačnost kada se ne koristi.

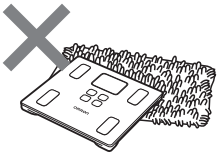
- Ako je uređaj postavljen kao što je niže prikazano, ova funkcija korigovanja tačnosti ne radi i potrebno je da primenite „korekciju na 0 kg“ pre merenja.



Uređaj je oslonjen na zid ili druge predmete



Uređaj je postavljen naopako

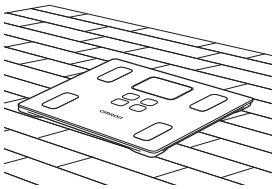


Uređaj je postavljen na neki predmet



Neki predmet je stavljen na uređaj

6.3 Kako izvršiti „korekciju na 0 kg“



1. **Postavite uređaj na tvrdu i ravnu podlogu.**

2. **Pritisnite taster ON/OFF da biste uključili napajanje.**

3. **Izaberite svoj lični broj ili „1“.**

Izaberite svoj lični broj ili „1“ pomoću tastera ▶, a zatim pritisnite taster SET za potvrdu.

4. **Kada se prikaže „0,0 kg“, pritisnite taster ON/OFF (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.**

Time je „korekcija na 0 kg“ završena. Sačekajte 5 sekundi, a zatim izvršite merenje.

Uputstvo za rukovanje

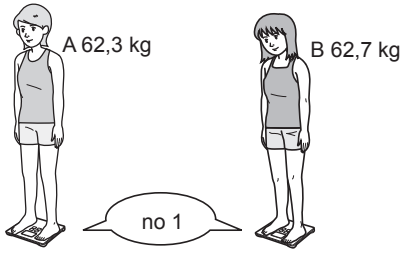
SR

7. Vršenje merenja

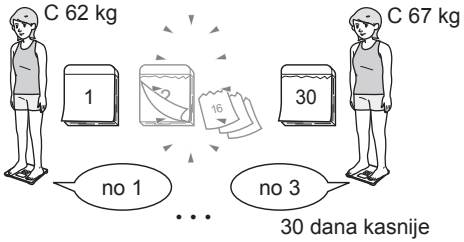
Kada osoba stane na uređaj, on će se uključiti, automatski prepoznati lični broj i započeti merenje.

U sledećim slučajevima može biti prikazan pogrešan lični broj.

- Merenje korisnika slične konstitucije i telesne težine.



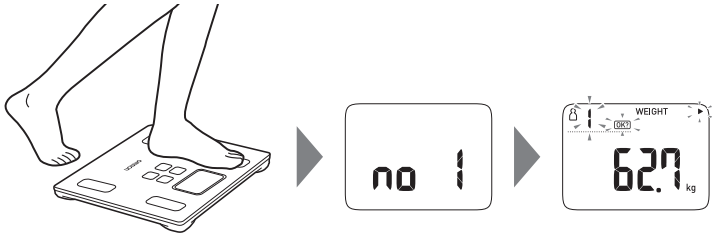
- Došlo je do promene vaše telesne težine od poslednjeg merenja.



Ukoliko dođe do netačnog prepoznavanja, izaberite svoj lični broj da biste izvršili merenje. (Videti odeljak 9)

1. Izvršite merenje kada je napajanje uređaja isključeno.

Kada stanete na uređaj, napajanje se automatski uključuje.



2. Merenje je završeno kada se prikažu lični broj i rezultati merenja.

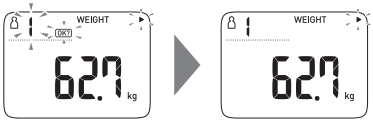
Siđite sa uređaja.

3. Potvrdite svoj lični broj.

■ Ako je vaš lični broj tačan…

Pritisnite taster SET za potvrdu vašeg ličnog broja. OK? nestaje.

Čak i u slučaju da isključite napajanje dok OK? treperi, rezultati se beleže u uređaj kao vrednost merenja povezana sa prikazanim ličnim brojem.



■ Ako je vaš lični broj netačan…

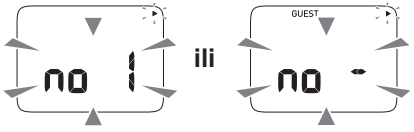
Pre nego što se napajanje isključi, izaberite svoj lični broj pomoću tastera ▶, a zatim pritisnite taster SET za potvrdu.



■ Ako ste pogrešno potvrdili svoj lični broj…

Pre nego što se napajanje isključi, pritisnite taster SET da biste mogli ponovo da izaberete svoj lični broj.

Ako na ekranu trepere oznake „no 1“ do „no 4“ ili je prikazana poruka GUEST (Gost), vaši lični podaci nisu registrovani u uređaju.
Registrujte svoje lične podatke.
Možete koristiti i režim „Guest“ (Gost).



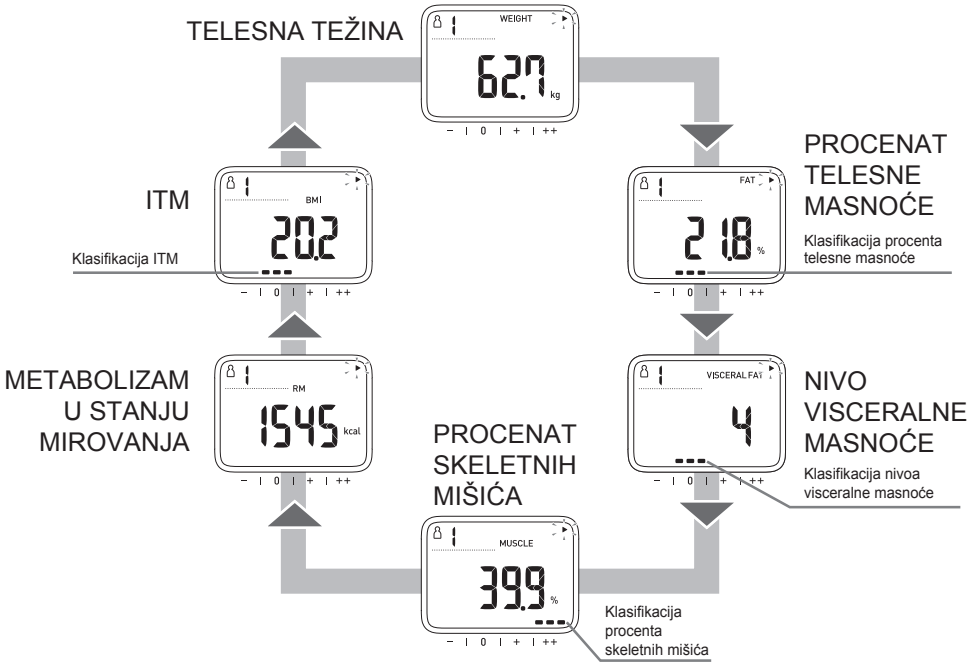
4. Proverite rezultate merenja.

Prikaz rezultata automatski rotira kao što je prikazano u nastavku.

Pošto potvrdite vaš lični broj, možete se prebaciti na rezultat merenja koji želite da pregledate pomoću tastera ▶.

Napomena

- Kao vodič za merenje koristite indikator klasifikacije procenta telesne masnoće, visceralnog nivoa masnoće, procenta skeletnih mišića i ITM.
- Da biste bolje razumeli svoje rezultate merenja, pogledajte informacije i dijagrame u odeljcima 17 i 18.



5. Pritisnite taster (ON OFF) (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

Upotrebite memorijsku funkciju

8. Pregled rezultata merenja na vašem pametnom uređaju

Pratite uputstva iz aplikacije „OMRON connect“ za pregled vaših rezultata merenja.
Zatim možete da potvrdite promenu vaših parametara telesne težine i sastava tela na vašem pametnom uređaju.

Napomena

- Aplikacija „OMRON connect“ mora da bude instalirana na vašem pametnom uređaju. (Videti odeljak 3)

SR

Ako je potrebno

9. Odabir ličnog broja i vršenje merenja

Ukoliko se često dešava da se vaš lični broj ne prepozna, možete izabrati svoj lični broj i izvršiti merenje na sledeći način.

1. Pritisnite taster (ON/OFF) da biste uključili napajanje.

Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.

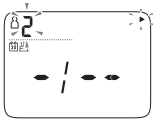


2. Izaberite svoj lični broj.

Izaberite svoj lični broj pomoću tastera (▶).

Kada se prikaže datum rođenja (- / - -),
Vaši lični podaci nisu registrovani u vašem ličnom broju.

Registrujte svoje lične podatke. (Videti odeljak 5)

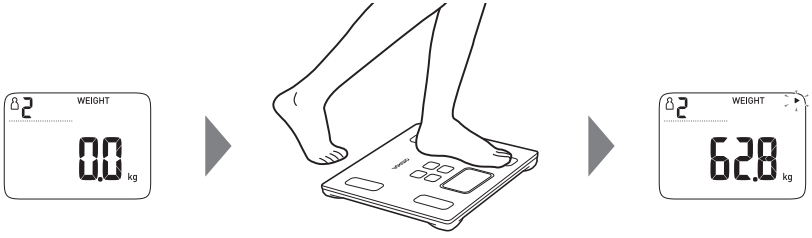


3. Pritisnite taster (SET) za potvrdu vašeg ličnog broja.

Prikazuje se „0,0 kg“.

4. Izvršite merenje kada se prikaže „0,0 kg“.

Stanite na uređaj.



5. Proverite rezultate merenja.

Prikaz rezultata se automatski rotira.

6. Pritisnite taster (ON/OFF) (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

Ako je potrebno

10. Režim „Guest“ (Gost) (režim u kojem se ne vrši snimanje)

Kada koristite ovaj režim, vaši rezultati merenja neće biti snimljeni.

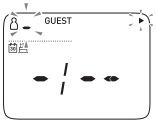
1. Pritisnite taster (ON OFF) da biste uključili napajanje.

Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.



2. Izaberite i potvrdite „ _“.

Izaberite „GUEST“ pomoću tastera (▶), a zatim pritisnite taster (SET) za potvrdu.

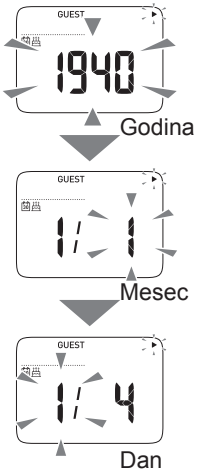


3. Unesite lične podatke.

3.1 Podesite datum rođenja

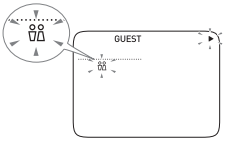
Pritisnite taster (▶) za podešavanje datuma rođenja, a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.

- Podešavanje opsega godina: 1900. do 2045.
- Prilikom podešavanja godine i datuma, držite pritisnutim taster (▶) za brzo napredovanje u koracima od po 10.



3.2 Podesite pol

Pritisnite taster (▶) za podešavanje pola (MUŠKI) ili (ŽENSKI), a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.



3.3 Podesite visinu

Pritisnite taster (▶) za podešavanje visine, a nakon toga pritisnite taster (SET) za potvrdu.

- Pritiskajte kontinuirano za brzo napredovanje u koracima od po 10 cm (1 inča).



Pošto se prikažu sva podešavanja za vašu potvrdu, na ekranu se pojavljuje oznaka „0,0 kg“.
Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 1 minut nakon što se prikaže „0,0 kg“.

SR

4. Započnite merenje kada se prikaže „0,0 kg“.

Stanite na uređaj.



5. Proverite rezultate merenja.

Prikaz rezultata se automatski rotira.

6. Pritisnite taster (ON OFF) (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

Ako je potrebno

11. Merenje samo telesne težine

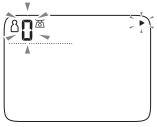
Kada koristite ovaj režim, vaš rezultat merenja neće biti snimljen.

1. Pritisnite taster (ON OFF) da biste uključili napajanje.

Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.

2. Izaberite i potvrdite „8̲0̲“.

Izaberite „8̲0̲“ pomoću tastera (▶), a zatim pritisnite taster (SET) za potvrdu.



3. Stanite na uređaj kada se prikaže vrednost „0,0 kg“.



4. Proverite rezultat merenja.

Vaša telesna težina se prikazuje i treperi, što znači da je merenje završeno.

5. Pritisnite taster (ON OFF) (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

Ako je potrebno

12. Izmena ili brisanje vaših ličnih podataka

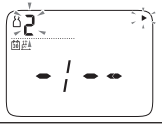
1. **Pritisnite taster (ON/OFF) da biste uključili napajanje.**
Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.



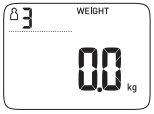
2. **Izaberite svoj lični broj**
Pritisnite taster (▶) da biste izabrali lični broj.

Kada se prikaže datum rođenja (- - / - -),

Vaši lični podaci nisu registrovani u vašem ličnom broju.
Registrujte svoje lične podatke. (Videti odeljak 5)







3. **Pritisnite taster (SET) za potvrdu ličnog broja.**
Prikazuje se „0,0 kg“.

4. **Pritisnite taster (SET).**
Trepere opcije „CHANGE“ (Izmeni) i „DEL“ (Izbriši).

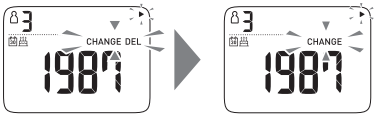


5. **Izaberite „CHANGE“ ili „DELETE“ za izmenu ili brisanje ličnih podataka**

- Čak i ukoliko se lični podaci izmene, rezultati merenja neće biti izmenjeni niti izbrisani. Kada koristite lični broj koji je koristila druga osoba, izbrišite lične podatke, a zatim ponovo registrujte lične podatke.

Izmena vaših ličnih podataka
(Rezultati merenja neće biti izbrisani)

1. **Pritisnite taster (▶) da biste izabrali opciju „CHANGE“ (Izmeni)**



2. **Pritisnite taster (SET)**
Godina treperi.

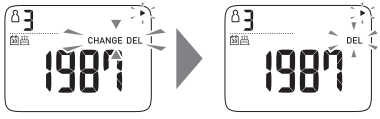


3. **Izmenite „datum rođenja“, „pol“ i „visinu“ prateći korake 3−5 odeljka 5.**

- Da biste stopirali izmenu na pola puta, pritisnite taster (ON/OFF) (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.
- Rezultati merenja koji nisu preneti neće biti izbrisani.

Brisanje vaših ličnih podataka
(Biće izbrisani i rezultati merenja)

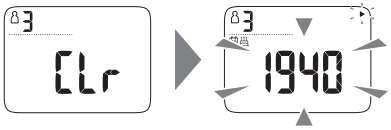
1. **Pritisnite taster (▶) da biste izabrali opciju „DEL“ (Izbriši)**



2. **Pritisnite taster (SET)**
OK? treperi.



3. **Ponovo pritisnite taster (SET)**



SR

Ako je potrebno

13. Brisanje postavki za komunikaciju

Ako želite da prestanete da koristite aplikaciju „OMRON connect“ ili da izbrišete postavke za komunikaciju iz vašeg pametnog uređaja, pratite sledeće korake. Sve postavke za komunikaciju sačuvane u uređaju biće izbrisane.

1. **Pritisnite i zadržite taster (Bluetooth) duže od 2 sekunde.**

„P“ i Bluetooth simbol trepere.



2. **Ponovo pritisnite i zadržite taster (Bluetooth) duže od 2 sekunde.**

„ OK? “ i „CLr“ trepere.



3. **Pritisnite taster SET za potvrdu.**

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 10 sekundi nakon što se prikaže „CLr“.



Ako je potrebno

14. Održavanje i skladištenje

Kako očistiti uređaj

- Uređaj održavajte čistim pre upotrebe.
- Obrišite uređaj mekom, suvom krpom. Ako je potrebno, upotrebite krpu natopljenu vodom ili deterdžentom koju ste dobro iscedili pre brisanja uređaja, a zatim prebrišite suvom krpom.
- Za čišćenje uređaja nemojte koristiti benzen ili razređivač, niti druge isparljive rastvarače.
- Nemojte prati uređaj vodom.

Nega i skladištenje

- Nemojte skladištiti uređaj u sledećim uslovima:
  - Vlažnost, gde vlaga ili voda mogu dospeti u uređaj
  - Visoke temperature, direktna sunčeva svetlost ili prašnjava mesta
  - Mesta na kojima postoji rizik od iznenadnih udara ili vibracija
  - Na mestima gde se skladište hemikalije ili gde ima korozivnih gasova.
- Sami nemojte obavljati popravke bilo koje vrste. Ovaj proizvod je kalibriran u vreme proizvodnje. Ukoliko u bilo kom trenutku posumnjate u tačnost merenja, obratite se vašem ovlašćenom OMRON distributeru. Generalno se preporučuje da se uređaj pregleda svake 2 godine kako bi se obezbedili njegovo ispravno funkcionisanje i preciznost.

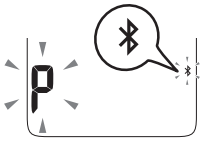
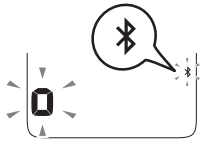
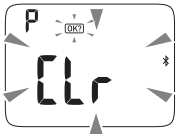
Ako je potrebno

15. Rešavanje problema

U slučaju da se tokom merenja javi bilo koji od problema navedenih u nastavku, najpre proverite da na rastojanju od 30 cm nema drugih električnih uređaja. Ukoliko problem i dalje postoji, pogledajte tabelu u nastavku.

Poruka o grešci	Uzrok	Rešenje
Err 1	Sišli ste sa uređaja tokom merenja sastava tela.	Nemojte silaziti sa uređaja dok se merenje sastava tela ne završi. (Videti odeljak 6)
	Vaši tabani nisu u čvrstom dodiru sa elektrodama.	Proverite da li pravilno stojite na uređaju tako što ćete čvrsto staviti tabane na elektrode prilikom merenja. (Videti odeljak 6)
Err2	Položaj tela za merenje nije ispravan, vaši tabani nisu u čvrstom dodiru sa elektrodama ili su vam tabani suvi.	Stanite sa pravim kolenima i ispravljenim leđima. Držite stopala čvrsto postavljena na elektrode i ne pomerajte ih tokom merenja. (Videti odeljak 6) Blago ovlažite tabane mokrim peškirom i probajte ponovo.
Err5	Nakon podešavanja datuma i vremena, neko je dodirnuo ili koristio jedinicu pre nego što se displej automatski isključio.	Izvadite i ponovo namestite bateriju. Restartujte uređaj počevši od koraka „Uparivanje uređaja sa vašim pametnim uređajem“. (Videti odeljak 3) • Kada se prikažu datum i vreme, udaljite se od uređaja dok se napajanje ne isključi automatski.
	Greška na uređaju.	Izvadite i ponovo namestite bateriju. Kada to završite, restartujte uređaj. Ukoliko se ova greška i dalje prikazuje, obratite se ovlašćenom servisu kompanije OMRON.
Err6	Greška u komunikaciji.	Isključite napajanje i ponovo pokušajte da uspostavite komunikaciju. Ukoliko se ova greška ponovo prikaže, obratite se ovlašćenom servisu kompanije OMRON.
Err	Pomerili ste se tokom merenja.	Treba da stojite mirno tokom merenja.
	Vaša telesna težina je izvan opsega merenja.	
Err	Greška u komunikaciji.	Potvrdite prikaz vašeg pametnog uređaja i pratite uputstva u aplikaciji „OMRON connect“. Pogledajte odeljak „Help“ iz aplikacije „OMRON connect“.
	Baterije su slabe.	Preporučuje se da zamenite baterije novim pre nego što se isprazne. (Videti odeljak 2)
	Baterije su ispražnjene.	Zamenite baterije. (Videti odeljak 2)

SR

Problem	Uzrok	Rešenje
 treperi	Sačuvano je 24−29 kompleta rezultata merenja.	Prebacite rezultate merenja u aplikaciju „OMRON connect“ i simbol će nestati.
	Sačuvano je 30 kompleta rezultata merenja.	Ukoliko je broj veći od 30, najstariji rezultati se brišu. Prebacite rezultate merenja u aplikaciju „OMRON connect“ i simbol će nestati.
	Pritisnuli ste i zadržali taster (Bluetooth) duže od 2 sekunde.	To se prikazuje kada uparujete uređaj sa svojim pametnim uređajem. Pratite uputstva u aplikaciji „OMRON connect“. Pritisnite taster (ON/OFF) (2 sekunde ili duže) da biste zaustavili uparivanje.
	Pritisnuli ste taster (Bluetooth).	To se prikazuje kada prebacujete podatke na vaš pametni uređaj. Pratite uputstva u aplikaciji „OMRON connect“. Pritisnite taster (ON/OFF) (2 sekunde ili duže) da biste zaustavili prenos.
	Pritisnuli ste i zadržali taster (Bluetooth) duže od 2 sekunde kada su „P“ i Bluetooth simbol treperili.	To se prikazuje kada brišete postavke za komunikaciju. (Videti odeljak 13) Pritisnite taster (ON/OFF) (2 sekunde ili duže) da biste zaustavili operaciju.
Ništa se ne prikazuje ni kada uključite napajanje. Ništa se ne prikazuje ni kada stanete na uređaj.	Baterije nisu ubačene.	Ubacite baterije.
	Baterije su okrenute u pogrešnom smeru.	Ubacite baterije u ispravnom smeru.
	Baterije su istrošene.	Zamenite sve četiri baterije novim.
Nakon zamene baterija ništa se ne prikazuje kada se stane na uređaj.	Nakon zamene baterija niste podesili jedinicu mere, datum i vreme.	Podesite jedinicu mere, datum i vreme. (Videti odeljak 4)
	Vaša telesna težina je premala. (Manja od 12 kg)	Izaberite lični broj pre merenja.
Za neke rezultate prikazuje se „- - - - -“.	Registrovani podaci ili vrednosti sastava tela bili su izvan merljivog opsega.	Proverite da li su postavke datuma rođenja, pola i visine ispravne. Čak i ukoliko su ove postavke ispravne, prikazuje se „- - - - -“ ako ih nije moguće prikazati ili su izvan podržanog opsega godina života.

Problem	Uzrok	Rešenje
Rezultat merenja je viši ili niži od stvarnog rezultata. Rezultat umnogome varira kod svakog merenja.	Vaše držanje tokom merenja nije pravilno.	Izvršite merenje sa pravilnim držanjem.
	Vršite merenje na tepihu, mekoj podnoj oblozi ili neravnom podu.	Merenje vršite na tvrdoj i ravnoj podlozi.
	Tabani i telo su vam hladni, što narušava cirkulaciju krvi.	Pre merenja zagrejte telo kako bi se cirkulacija krvi vratila u normalu.
	Elektrode za stopala su veoma hladne.	Pre merenja ostavite uređaj u toploj prostoriji neko vreme.
	Tabani su vam suvi.	Blago ovlažite tabane mokrim peškirom pre merenja.
	„Korekcija na 0 kg“ nije ispravno izvršena.	Izvršite „korekciju na 0 kg“. (Videti odeljak 6.3)
Niste pravilno prepoznati.	Došlo je do velike promene vaše telesne težine od poslednjeg merenja.	Izaberite lični broj pre merenja. (Videti odeljak 9)
	Vaša konstitucija je slična konstituciji neke druge registrovane osobe.	
	Registrovani su rezultati merenja drugog korisnika.	
Želite da izmerite sastav tela, ali se prikazuje samo telesna težina.	Nije izabran lični broj ili opcija GUEST (Gost). (Ne prikazuje se lični broj ili opcija GUEST (Gost).)	Izaberite lični broj ili opciju GUEST (Gost) pre merenja.
Taster ne reaguje.	Pritisnuli ste taster dok ste stajali na uređaju.	Siđite sa uređaja, a zatim pritisnite taster.
	Taster je mokar ili zaprljan.	Obrišite vodu ili nečistoću pre merenja.
	Istovremeno ste pritisnuli dva ili više tastera.	Pritiskajte samo po jedan taster.
Napajanje se isključuje iako ne radite ništa.	Pogledajte odeljak „O funkciji ISKLJUČIVANJA napajanja“. (Videti odeljak 2)	
Neuspelo slanje podataka	Pogledajte odeljak „Help“ (Pomoć) u aplikaciji „OMRON connect“.	

Ako je potrebno

16. Tehnički podaci

Kategorija proizvoda	**Aparati za analizu sastava tela**	
Opis proizvoda	**Aparat za merenje sastava tela**	
Model (šifra)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Ekran*	**Telesna težina:**	od 2 do 150 kg sa podeocima od 0,1 kg (od 4,4 do 330,0 lb sa podeocima od 0,2 lb) (od 0 st 4,4 lb do 23 st 8,0 lb sa podeocima od 0,2 lb)
	Procenat telesne masnoće:	od 5,0 do 60,0% sa podeocima od 0,1%
	Procenat skeletnih mišića:	od 5,0 do 50,0% sa podeocima od 0,1%
	ITM:	od 7,0 do 90,0 sa podeocima od 0,1
	Metabolizam u stanju mirovanja:	od 385 do 3.999 kcal sa podeocima od 1 kcal
	Nivo visceralne masnoće:	30 nivoa sa podeocima od 1 nivoa
	Klasifikacija procenta telesne masnoće, procenta skeletnih mišića i ITM: – (nizak) / 0 (normalan) / + (visok) / ++ (veoma visok) 4 nivoa	
	Klasifikacija nivoa visceralne masnoće: 0 (normalan) / + (visok) / ++ (veoma visok) 3 nivoa * Raspon godina života za procenat telesne masnoće i klasifikaciju procenta telesne masnoće je od 10 do 80 godina. * Raspon godina života za procenat skeletnih mišića, klasifikaciju procenta skeletnih mišića, nivo visceralne masnoće, klasifikaciju nivoa visceralne masnoće i metabolizam u stanju mirovanja je od 18 do 80 godina.	
Prenosni protokol	**Bluetooth®** niskoenergetska tehnologija	
Bežična komunikacija	**Frekvencijski opseg:** **Modulacija:** **Efektivna izračena snaga:**	2,4 GHz (2.400−2.483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Stavke za podešavanje*	Sledeće informacije mogu se čuvati za najviše 4 osobe.	
	Jedinica mere	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Datum rođenja	od 1. januara 1900. do 31. decembra 2045.
	Pol	Muški/Ženski
	Visina	100,0 do 199,5 cm sa podeocima od 0,5 cm (3' 4" do 6' 6 1/2" sa podeocima od 1/4")
	* Kada je osoba niža od 100,0 cm ili viša od 199,5 cm: Rezultati merenja ITM i sastava tela služe kao referenca.	
Preciznost merenja težine	2,0 kg do 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb do 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb do 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg do 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb do 330,0 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb do 23 st 8,0 lb: ± 1%)	
Preciznost (standardna greška procene)	**Procenat telesne masnoće:**	3,5%
	Procenat skeletnih mišića:	3,5%
	Nivo visceralne masnoće:	3 nivoa
Rok trajanja	5 godina	

IP klasifikacija	IP21* * IP klasifikacija predstavlja stepene zaštite koje pruža kućište uređaja u skladu sa standardom IEC 60529. Ovaj uređaj je zaštićen od čvrstih stranih tela čiji je prečnik 12,5 mm ali i onih većih, poput prsta. Ovaj uređaj je zaštićen od kapljica vode koje padaju vertikalno i koje bi inače mogle da dovedu do problema tokom standardnog rada.
Napajanje	4 AAA alkalne baterije (LR03)
Trajanje baterija	Približno 6 meseci (kada se koriste alkalne AAA baterije za četiri merenja, četiri prenosa podataka i četiri osobe dnevno na sobnoj temperaturi od 23°C)
Radna temperatura/ vlažnost/vazdušni pritisak	od +5°C do +40°C, od 30% do 85% relativne vlažnosti (bez kondenzacije), 860 hPa - 1060 hPa
Temperatura/vlažnost/ vazdušni pritisak prilikom skladištenja i transporta	od -20°C do +60°C, od 10% do 95% relativne vlažnosti (bez kondenzacije), 860 hPa - 1060 hPa
Masa	Približno 1,6 kg (uključujući baterije)
Spoljne dimenzije	Približno 285 (Š) × 28 (V) × 280 (D) mm (Približno 11 1/5" (Š) × 1 1/10" (V) × 11" (D))
Sadržaj	Aparat za merenje sastava tela, 4 AAA alkalne baterije (LR03), uputstva za podešavanje, uputstvo za upotrebu

Napomena

- Podleže tehničkim izmenama bez prethodnog obaveštenja.
- Svaki ozbiljan incident do kojeg dođe u vezi sa ovim aparatom prijavite proizvođaču i nadležnom organu države članice u kojoj se nalazite.

CE 0197

Ovaj Proizvod radi u nelicenciranom frekvencijskom pojasu od 2,4 GHz.
U slučaju da se ovaj Proizvod koristi u blizini drugih bežičnih uređaja, uključujući mikrotalasni i bežični LAN, koji rade u istom frekvencijskom pojasu kao i ovaj Proizvod, postoji mogućnost nastanka smetnji između ovog Proizvoda i tih drugih uređaja. U slučaju da se jave takve smetnje, isključite druge uređaje ili premestite ovaj Proizvod pre njegovog korišćenja, ili nemojte koristiti ovaj Proizvod u blizini drugih bežičnih uređaja.

SR

Bluetooth®

Slovni znak **Bluetooth®** i logotipi su registrovane robne oznake u vlasništvu kompanije Bluetooth SIG, Inc. i svako korišćenje tih oznaka od strane kompanije OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. je licencirano.

Kompanija OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. ovim izjavljuje da je radio oprema tipa VIVA (HBF-222T-EBK) usklađena sa Direktivom 2014/53/EU.
Kompletan tekst EU deklaracije o usaglašenosti dostupan je na sledećoj internet adresi: www.omron-healthcare.com.

Apple i logotip Apple su robne oznake kompanije Apple Inc., koja je registrovana u SAD i drugim zemljama.
App Store je servisni znak kompanije Apple Inc.
Android, logotip Google Play su robne oznake kompanije Google Inc.

Važne informacije u vezi sa elektromagnetnom kompatibilnošću (EMK)

HBF-222T-EBK koji je proizvela kompanija OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. usaglašen je sa standardom elektromagnetne kompatibilnosti (EMK) EN60601-1-2:2015. Dodatna dokumentacija u skladu sa ovim EMK standardom je dostupna kod kompanije OMRON HEALTHCARE EUROPE na adresi pomenutoj u ovom priručniku sa uputstvima ili na www.omron-healthcare.com. Informacije o EMK za HBF-222T-EBK pogledajte na veb lokaciji.

Garancija

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. daje 3 godine garancije na ovaj proizvod od dana kupovine. Garancija ne pokriva baterije, pakovanje i/ili bilo kakva oštećenja nastala usled nepravilne upotrebe (ispuštanje na zemlju ili namerno oštećivanje) od strane korisnika. Reklamirani proizvodi će biti zamenjeni samo ukoliko su vraćeni sa originalnim računom.

Pravilno odlaganje ovog proizvoda

(Električna i elektronska oprema za otpad)



Ova oznaka prikazana na proizvodu ili u njegovoj dokumentaciji ukazuje na to da ga na kraju radnog veka ne treba odlagati sa drugim kućnim otpadom. Da biste sprečili moguće nanošenje štete životnoj sredini ili ljudskom zdravlju usled nekontrolisanog odlaganja otpada, molimo Vas da odvojite ovaj proizvod od ostalih vrsta otpada i odgovorno ga reciklirate kako biste potpomogli održivu ponovnu upotrebu materijalnih resursa.

Korisnici aparata u kućnom okruženju treba da se obrate prodavcu od kojeg su kupili ovaj proizvod ili lokalnoj državnoj službi da bi saznali detalje o tome gde i kako mogu da odnesu ovaj artikal na reciklažu koja je bezbedna po životnu sredinu.

Poslovni korisnici treba da se obrate dobavljaču i provere odredbe i uslove ugovora o kupovini. Ovaj proizvod ne treba mešati s drugim komercijalnim otpadom namenjenim za uklanjanje.

Ovaj proizvod ne sadrži bilo kakve opasne supstance.
Odlaganje iskorišćenih baterija treba izvršiti u skladu sa državnim propisima za odlaganje baterija.

Opis simbola koji, u zavisnosti od modela, mogu da se nađu na samom proizvodu, ambalaži proizvoda ili IM.

	Primenjeni deo - tip BF Stepen zaštite od električnog udara (struja curenja)	SN	Serijski broj
IP XX	Stepen zaptivenosti u skladu sa IEC 60529		Temperaturna granica
CE	CE oznaka		Ograničenje vlažnosti
	GOST-R simbol		Ograničenje atmosferskog pritiska
	Simbol usaglašenosti za Evroaziju	⎓	Jednosmerna struja
	Korisnik treba da pogleda uputstvo za upotrebu		Ovaj proizvod ne bi trebalo da koriste osobe koje imaju medicinske implantate, npr. srčane pejsmejkere, veštačko srce, pluća ili druge sisteme održavanja života.
MD	Medicinsko sredstvo		Datum proizvodnje

17. Informacije o sastavu tela

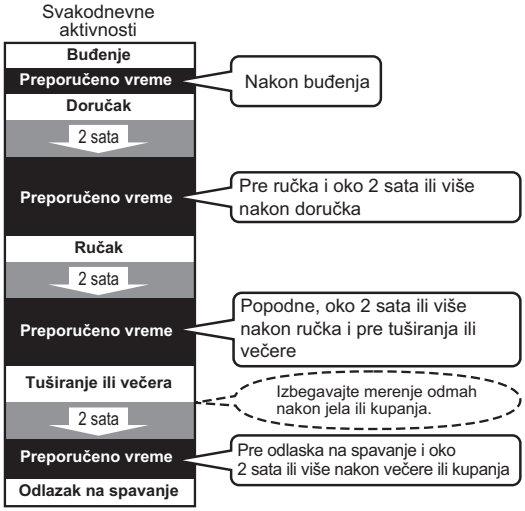
Princip izračunavanja sastava tela

Telesna masnoća ima nisku električnu provodljivost

Uređaj VIVA meri procenat masnoće u telu metodom bioelektrične impedanse (BI). Mišići, krvni sudovi i kosti su tkiva sa velikim sadržajem vode koja dobro provodi elektricitet. Telesna masnoća je tkivo sa slabom električnom provodljivošću. Uređaj VIVA kroz vaše telo propušta izuzetno slabu električnu struju frekvencije 50 kHz i jačine manje od 500 μA da bi utvrdio količinu masnog tkiva. Ova slaba električna struja se ne oseća prilikom upotrebe uređaja VIVA.
Da bi vaga odredila sastav vašeg tela, ona koristi električnu impedansu, koja zajedno sa podacima o vašoj visini, masi, godinama života i polu daje rezultate na osnovu OMRON-ovih podataka o sastavu tela.

Preporučeno vreme merenja

Razumevanje normalnih promena procena masnoće u vašem telu može da vam pomogne u prevenciji ili smanjenju gojaznosti. Ako znate u koje doba dana se menjaju procenti masnoće u vašem telu, to će vam pomoći da dobijete precizne podatke o promeni količine ukupnog masnog tkiva. Preporučeno je da se uređaj koristi u istom okruženju i dnevnim okolnostima. (Videti dijagram)



SR

Izbegavajte merenje pod sledećim uslovima:

- Odmah nakon napornog vežbanja, posle kupanja ili boravka u sauni.
- Posle konzumiranja alkohola ili velike količine vode, posle jela (oko 2 sata).

Ako se merenje vrši pod ovim uslovima, dobijeni rezultat sastava tela se može značajno razlikovati od stvarnog usled promene sadržaja vode u telu.

Šta je ITM (indeks telesne mase)?

ITM koristi sledeći jednostavnu formulu za određivanje odnosa mase i visine osobe.

ITM = masa (kg) / visina (m) / visina (m)

Uređaj OMRON VIVA koristi informacije o visini sačuvane u vašem ličnom broju ili unete prilikom upotrebe režima rada „Guest“ (Gost) da bi izračunao vaš ITM.
Ukoliko je nivo masnoće koji pokazuje ITM viši od međunarodnog standarda, veća je verovatnoća nastanka čestih bolesti. Međutim, ITM ne može da pokaže sve vrste masnoće.

Šta je procenat telesne masnoće?

Procenat telesne masnoće predstavlja odnos mase masnog tkiva i ukupne mase tela izražen u procentima.

Procenat telesne masnoće (%) = {Masa masnog tkiva (kg) / Masa tela (kg)} × 100

Uređaj VIVA koristi BI metodu za procenu procenta masnoće u vašem telu.
U zavisnosti od toga gde se masnoća distribuira u tkivu, ona se klasifikuje kao visceralna masnoća ili potkožna masnoća.

Šta je nivo visceralne masnoće?

Visceralna masnoća = masnoća koja okružuje unutrašnje organe

Smatra se da je prevelika količina visceralne masnoće tesno povezana sa povećanim nivoom masnoće u krvotoku, što može da dovede do nastanka čestih bolesti kao što su hiperlipidemija i dijabetes, a što umanjuje sposobnost insulina da prenosi energiju iz krvotoka i koristi ga u ćelijama. Da bi se sprečila ili poboljšala stanja čestih bolesti, važno je da pokušate da smanjite količinu visceralne masnoće na prihvatljiv nivo. Osobe sa visokim nivoom visceralne masnoće obično imaju veliki stomak. Međutim, to nije uvek slučaj i visok nivo visceralne masnoće može da dovede do metaboličke gojaznosti. Metabolička gojaznost (visceralna gojaznost uz normalnu masu) predstavlja nivo masnoće viši od prosečnog, čak i ako je masa osobe standardna ili manja od standardne za njenu visinu.



Primer visceralne masnoće (MR snimak)

Šta je potkožna masnoća?

Potkožna masnoća = masnoća ispod kože

Potkožna masnoća se ne nagomilava samo u području stomaka, već i oko nadlaktica, kukova i butina i može da dovede do narušavanja proporcija tela. Iako ona nije direktno povezana sa povećanim rizikom od nastanka bolesti, smatra se da povećava pritisak na srce i dovodi do drugih komplikacija. Potkožna masnoća se ne prikazuje na ovom uređaju, ali je uključena u procenat telesne masnoće.



Primer potkožne masnoće (MR snimak)

Šta su skeletni mišići?

Skeletni mišići se dele na dve grupe: mišiće u unutrašnjim organima, kao što je srce, i skeletne mišiće povezane sa kostima koji se koriste za kretanje tela. Skeletni mišići se mogu uvećati vežbanjem ili drugim aktivnostima. Povećanje udela skeletnih mišića znači da telo može lakše da troši energiju, što znači da neće doći do nagomilavanja masti, što omogućava vođenje zdravijeg života.

Šta je metabolizam u stanju mirovanja?

Bez obzira na vaš nivo aktivnosti, neophodan je minimalni nivo unosa kalorija za održavanje svakodnevnih funkcija tela. Poznat kao metabolizam u stanju mirovanja, on pokazuje koliko kalorija morate da unesete da biste obezbedili dovoljno energije za funkcionisanje tela.

18. Dijagrami za tumačenje rezultata merenja

Tumačenje rezultata procenta telesne masnoće

	Godine života	-(Nizak)	0(Normalan)	+(Visok)	++(Veoma visok)
Ženski pol	10	< 16,1%	16,1−32,2%	32,3−35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3−33,1%	33,2−36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4−33,5%	33,6−36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4−33,8%	33,9−36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3−34,0%	34,1−36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1−34,2%	34,3−36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8−34,5%	34,6−37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4−34,7%	34,8−37,3%	≧ 37,4%
	18−39	< 21,0%	21,0−32,9%	33,0−38,9%	≧ 39,0%
	40−59	< 23,0%	23,0−33,9%	34,0−39,9%	≧ 40,0%
	60−80	< 24,0%	24,0−35,9%	36,0−41,9%	≧ 42,0%
Muški pol	10	< 12,8%	12,8−27,9%	28,0−31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6−28,5%	28,6−32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3−28,2%	28,3−32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6−27,5%	27,6−31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1−26,4%	26,5−30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8−25,4%	25,5−28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4−24,7%	24,8−27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1−24,2%	24,3−26,8%	≧ 26,9%
	18−39	< 8,0%	8,0−19,9%	20,0−24,9%	≧ 25,0%
	40−59	< 11,0%	11,0−21,9%	22,0−27,9%	≧ 28,0%
	60−80	< 13,0%	13,0−24,9%	25,0−29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy et al, in the International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 i Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, klasifikovano u četiri nivoa od strane kompanije OMRON HEALTHCARE.

Tumačenje rezultata nivoa visceralne masnoće

Nivo visceralne masnoće	Klasifikacija nivoa
1−9	0 (Normalna telesna masa)
10−14	+ (Visok)
15−30	++ (Veoma visok)

Prema podacima kompanije OMRON HEALTHCARE.

Tumačenje rezultata procenta skeletnih mišića

	Godine života	-(Nizak)	0(Normalan)	+(Visok)	++(Veoma visok)
Ženski pol	18−39	< 24,3%	24,3−30,3%	30,4−35,3%	≧ 35,4%
	40−59	< 24,1%	24,1−30,1%	30,2−35,1%	≧ 35,2%
	60−80	< 23,9%	23,9−29,9%	30,0−34,9%	≧ 35,0%
Muški pol	18−39	< 33,3%	33,3−39,3%	39,4−44,0%	≧ 44,1%
	40−59	< 33,1%	33,1−39,1%	39,2−43,8%	≧ 43,9%
	60−80	< 32,9%	32,9−38,9%	39,0−43,6%	≧ 43,7%

Prema podacima kompanije OMRON HEALTHCARE.

Tumačenje rezultata ITM

ITM	ITM (određen od strane SZO)
< 18,5	- (Pothranjenost)
18,5−24,9	0 (Normalna telesna masa)
25−29,9	+ (Prekomerna telesna masa)
≧ 30	++ (Gojaznost)

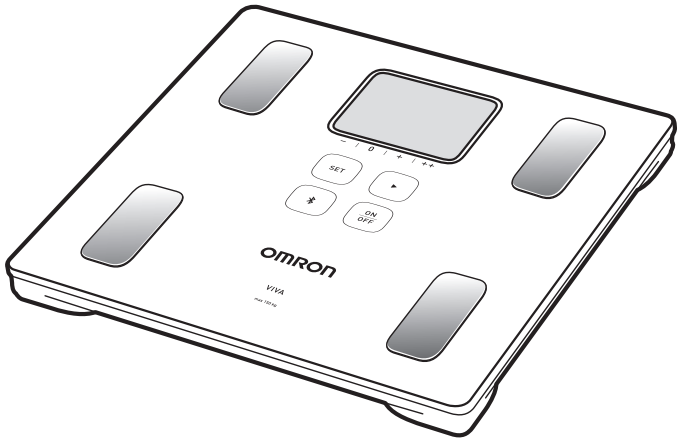
SR

Proizvođač 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
Predstavnik u EU EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLANDIJA www.omron-healthcare.com
Uvoznik za EU	
Proizvodni pogon	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Kina
Podružnice	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Uvoznik u Ujedinjenom Kraljevstvu i odgovorna osoba u Ujedinjenom Kraljevstvu Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Datum izdavanja: 2021-08-27

Proizvedeno u Kini

OMRON



Přístroj pro monitorování tělesné stavby lidského těla

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Návod k obsluze

CZ

Děkujeme vám za nákup přístroje pro monitorování tělesné stavby lidského těla OMRON.
Před použitím tohoto přístroje si pečlivě prostudujte tento návod k obsluze, abyste rozuměli zásadám bezpečného a správného použití.
Tento návod k obsluze ponechte na vhodném místě, abyste do něj mohli později nahlížet.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-CZ-08-06/2021

21F1343

VIVA
Přístroj pro monitorování tělesné stavby lidského těla

Zamýšlené použití

Děkujeme vám za nákup tohoto přístroje pro monitorování tělesné stavby lidského těla OMRON.
Tento přístroj slouží k měření a zobrazování následujících parametrů složení těla.

- Tělesná hmotnost
- Viscerální tuk (až 30 hladin)
- Bazální metabolismus (v kcal)
- Tělesný tuk (v %)
- Kosterní svalstvo (v %)
- BMI (index tělesné hmoty)

Tento přístroj je určen k provozu dospělými, kteří rozumí tomuto návodu k obsluze. Není určen pro profesionální používání v nemocnicích nebo jiných lékařských zařízeních. Slouží výhradně k domácímu použití.

Před použitím a pro získání dalších informací o jednotlivých funkcích si prosím pečlivě pročtěte tento návod k obsluze.

Obsah

Před použitím přístroje 2

Důležité bezpečnostní pokyny 2
1. Popis přístroje 4
2. Vložení a výměna baterií 5
3. Spárování přístroje s Vaším chytrým zařízením 6
4. Nastavení jednotky měření, data a času 7
5. Registrace osobních údajů 8

Návod k obsluze 9

6. Přesná měření 9
   6.1 Správné držení těla během měření 9
   6.2 O funkci „0 kg korekce“ (upozornění pro skladování) 10
   6.3 Použití funkce „0 kg korekce“ 10
7. Měření 10

Použití paměti 12

8. Prohlížení výsledků měření na vašem chytrém zařízení 12

V případě potřeby 13

9. Výběr svého osobního čísla a provedení měření 13
10. Režim hosta (režim bez záznamu) 14
11. Vážení bez měření tělesného tuku 15
12. Změna nebo vymazání vašich osobních údajů 16
13. Vymazání nastavení komunikace 17
14. Údržba a skladování 17
15. Řešení problémů 18
16. Technické údaje 21

Informace o složení těla 24

17. Informace o složení těla 24
18. Diagramy interpretace výsledků měření 26

Před použitím přístroje

Důležité bezpečnostní pokyny

Symboly a definice jsou následující:

⚠**Pozor:**	Nesprávné použití by vás mohlo ohrozit a mít za následek úmrtí nebo vážné zranění.
⚠**Varování:**	Nesprávné použití může mít za následek smrt nebo vážné zranění.
⚠**Upozornění:**	Nesprávné použití může způsobit zranění nebo poškození majetku.

⚠Pozor:

• Nikdy nepoužívejte tento přístroj v kombinaci s lékařskými elektronickými zařízeními, jako jsou:
(1) lékařské elektronické implantáty, například stimulátory;
(2) elektronické podpůrné systémy životních funkcí, např. umělé srdce/plíce;
(3) přenosná elektronická lékařská zařízení jako např. elektrokardiograf.
Tento přístroj může způsobit selhání funkce těchto zařízení a tím představuje závažné zdravotní riziko pro uživatele těchto zařízení.



⚠Varování:

- Uchovávejte přístroj mimo dosah dětí. Obsahuje malé části, které mohou po polknutí dětmi způsobit jejich udušení.
- Nepoužívejte přístroj na kluzkém povrchu, například na vlhké podlaze.
- Neskákejte na přístroj ani na něm neposkakujte.
- Nepoužívejte přístroj, máte-li mokré tělo nebo nohy, například po koupeli.
- Na přístroj se postavte bosýma nohama. Pokud se na přístroj postavíte v ponožkách, můžete uklouznout a poranit se.
- Nestoupejte na okraj přístroje nebo na oblast displeje.
- Tělesně postižení nebo lidé fyzicky slabí by měli tento přístroj používat vždy za asistence jiné osoby.
- Dostane-li se vám kapalina z baterie do očí, ihned je vypláchněte velkým množstvím čisté vody. Ihned vyhledejte lékařskou pomoc.
- Nepoužívejte tento produkt v nemocnicích, v letadlech nebo v jiném prostředí, kde je omezeno použití rádiových vln.
- Tento produkt vydává radiofrekvenční (RF) záření v pásmu 2,4 GHz. Nepoužívejte tento produkt na místech s RF omezeními, jakými jsou např. letadla nebo nemocnice.

CZ

⚠Upozornění:

- Přístroj nerozebírejte, neopravujte ani neupravujte.
- Nepokoušejte se o hubnutí ani nezačínejte s cvičením, dokud si nepromluvíte se svým lékařem nebo zdravotníkem. Pokud se budete snažit určit si diagnózu sami, můžete poškodit své zdraví.
- Během měření se ujistěte, že se do 30 cm od tohoto zařízení nenachází žádný mobilní telefon ani jiná elektrická zařízení, která vyzařují elektromagnetické pole. Může to vést k chybám při provozu zařízení a/nebo k nesprávnému měření.
- Používejte baterie určené pro tento přístroj. Při vkládání baterií dbejte na správnou polaritu (viz údaj na zadní části přístroje).
- Staré baterie ihned vyměňte za nové.
- Baterie nevhazujte do ohně.

- Pokud se vám tekutina z baterie dostane na pokožku nebo na oděv, okamžitě ji spláchněte velkým množstvím čisté vody.
- Pokud nebudete po delší dobu přístroj používat (přibližně tři měsíce nebo déle), baterie vyjměte.
- Nepoužívejte různé typy baterií zároveň.
- Nepoužívejte zároveň staré a nové baterie.
- Před použitím přístroje si vždy umyjte chodidla. Pokud trpíte na infekci chodidel nebo jiné kožní onemocnění, můžete infikovat jiné osoby.
- Když bude přístroj používat více lidí, otřete jej po použití vlhkým hadříkem namočeným v jemném čistícím přípravku. Poté jej otřete dosucha.
- Přístroj nepoužívejte pro jiné účely, než je popsáno v tomto návodu.
- Jelikož se jedná o přesný přístroj, dávejte pozor, aby vám neupadl, a nevystavujte jej vibracím ani silným nárazům.

Přenos údajů

- Nevyměňujte baterii během přenosu výsledků měření do vašeho chytrého zařízení. Může to vést k chybám při provozu vašeho monitorovacího přístroje nebo přenosu výsledku měření.
- Během přenosu výsledku měření do vašeho chytrého zařízení neukládejte do blízkosti tohoto monitorovacího přístroje žádné karty s integrovanými obvody, magnety, kovové předměty ani jiná zařízení vydávající elektromagnetická pole. Může to vést k chybám při provozu vašeho přístroje nebo přenosu výsledku měření.

Nesprávné měření

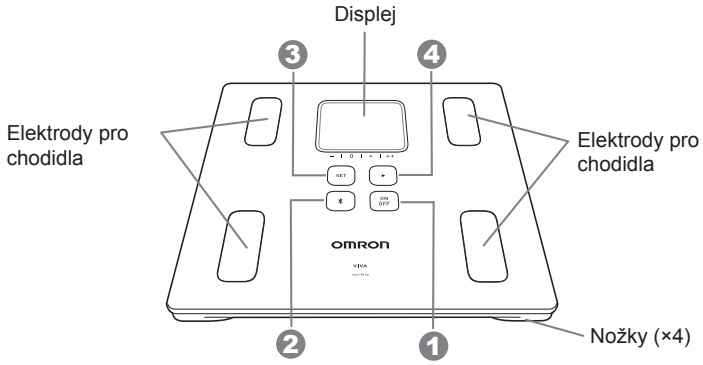
U následujících osob nemusí být měření správné:
Starší osoby (nad 81 let) / osoby s horečkou / kulturisté nebo atleti / pacienti podstupující dialýzu / pacienti s osteoporózou, kteří mají velice nízkou hustotu kostí / těhotné ženy / osoby s otoky.

- Důvodem je, že se složení těla, jako je obsah vody, může významně lišit od průměrné hodnoty.

Před použitím přístroje

1. Popis přístroje

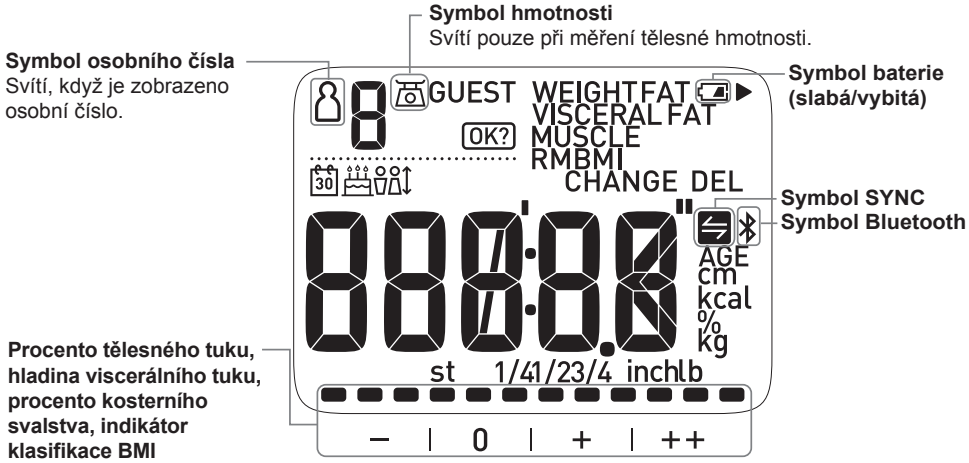
Základní jednotka



1	ON / OFF	**Tlačítko ON/OFF (zap./vyp.)** • Tímto tlačítkem zapnete napájení. • Podržením tohoto tlačítka (na 2 sekundy nebo déle) vypnete napájení.
2	ᛒ	**Tlačítko Bluetooth** • Stisknutím tohoto tlačítka přenesete údaje ručně. • Podržením tohoto tlačítka (na 2 sekundy nebo déle) spárujete přístroj s vaším chytrým zařízením. ※ Toto tlačítko lze použít, i když je přístroj vypnutý.
3	SET	**Tlačítko SET (NASTAVIT)** • Tímto tlačítkem nastavíte nebo potvrdíte údaje.
4	▶	**Tlačítko Dále** • Tímto tlačítkem přejdete dále. • Podržením tohoto tlačítka budete rychle listovat nastavením data, času a výšky.

CZ

Displej



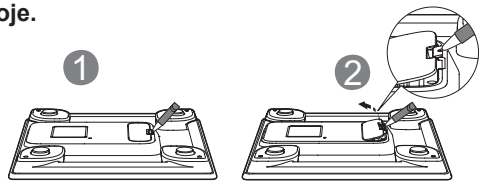
Před použitím přístroje

2. Vložení a výměna baterií

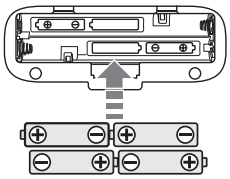
1. Otevřete kryt baterie v zadní části přístroje.

Můžete použít tvrdý předmět jako pero.





2. Vložte baterie tak, jak je znázorněno na obrázku. Ujistěte se, že jejich polarita (+/–) je shodná s označením v prostoru pro baterie.

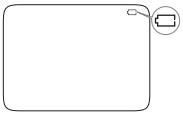


3. Zavřete kryt baterií.

Životnost baterií a jejich výměna

- **Přibližně 6 měsíců (při použití alkalických baterií AAA na čtyři měření, čtyři přenosy údajů a u čtyř osob denně při pokojové teplotě 23 °C)**
  - Dodávané baterie jsou pouze zkušební, mohou mít kratší životnost.
- **Když se na displeji objeví symbol vybité baterie, vyměňte všechny čtyři baterie za nové.**
  - Vyměňte všechny čtyři baterie za nové (stejný typ) současně.
  - Když bude blikat symbol slabé baterie, doporučujeme baterie předem vyměnit za nové.

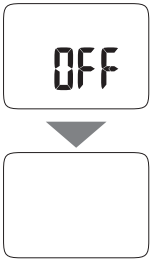
Symbol vybité baterie



- **Baterie vyměňte po vypnutí napájení.**
  - Osobní údaje uložené v přístroji se nevymažou ani po vyjmutí baterií.
  - Likvidaci použitých baterií je třeba provést v souladu s národními předpisy pro likvidaci baterií.
- **Po výměně baterií je nutné opět nastavit jednotku měření, datum a čas. (Viz část 4.)**
  - Pokud již je přístroj spárován s aplikací „OMRON connect“, stisknutím tlačítka navažte komunikaci s touto aplikací a datum a čas se nastaví automaticky.

O vypínání

- **Podržením tlačítka (na 2 sekundy nebo déle) vypnete napájení.**



- **Napájení se automaticky vypne v následujících situacích.**
  - 10 sekund po zobrazení textu „Err“.
  - Pokud přístroj nebudete používat po dobu 1 minuty, když je zobrazena hodnota „0,0 kg“.
  - Pokud přístroj nebudete používat po dobu 3 minut.

3. Spárování přístroje s Vaším chytrým zařízením

1. **Zapněte na svém chytrém zařízení Bluetooth.**

2. **Stáhněte a nainstalujte si do svého chytrého zařízení aplikaci „OMRON connect“.**

Můžete zvolit jednu z následujících dvou metod.

■ **Načtením kódu QR získáte přístup k následující adrese.**

omronconnect.com/setup

Kód QR

■ **V obchodech „App Store“ nebo „Google Play“ vyhledejte aplikaci „OMRON connect“.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Otevřete aplikaci na svém chytrém zařízení a dodržujte pokyny pro sestavení a párování.**

Pokud již máte aplikaci OMRON connect, přejděte na položku:

Menu (Nabídka) > Device (Zařízení) > Add Device (Přidat zařízení)

POZNÁMKY

- Jedno chytré zařízení spravuje údaje jednoho uživatele.
- Pokud použijete jinou aplikaci než „OMRON connect“, údaje se nemusí přenést správně.
- Podrobnosti naleznete v metodě použití a pokynech použití v aplikaci.

4. Nastavení jednotky měření, data a času

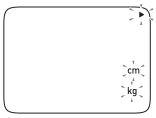
Před prvním měřením nebo po výměně baterie je nutné nastavit jednotku měření, datum a čas.

- Datum a čas lze také nastavit z aplikace „OMRON connect“.

1. Tlačítkem (ON/OFF) zapnete napájení.

Na displeji bude blikat text „kg&cm“.

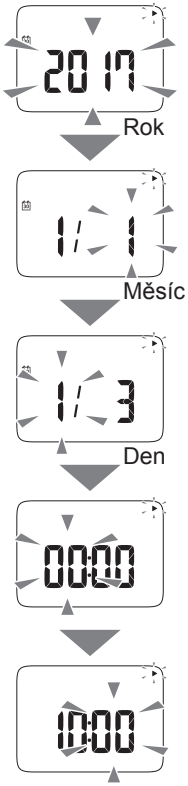
2. Nastavte jednotku měření.



Stisknutím tlačítka (▶) upravte hodnotu, tlačítkem (SET) volbu potvrďte.

- Výchozí jednotka měření je „kg & cm“.
- Jednotku měření můžete nastavit na „lb & inch“ (libry a palce) nebo „st-lb & inch“ (kameny/libry a palce).

3. Nastavte v přístroji správný čas a datum.



Stisknutím tlačítka (▶) upravte hodnotu, tlačítkem (SET) volbu potvrďte.

- Rozmezí nastavení roku: 2017 až 2045.
- Čas používá 24hodinový systém.
- Během nastavování roku, data, hodiny a minuty můžete podržením tlačítka (▶) hodnotu rychle upravovat v krocích po 10.

Když se v dané sekvenci zobrazí všechna nastavení pro jednotku měření, rok, měsíc, den, hodinu a minutu, napájení se automaticky vypne.

POZNÁMKY

- Pokud při nastavení uděláte chybu, stisknutím tlačítka (ON/OFF) vypnete napájení a můžete začít opět od „Kroku 1“.
- Napájení se vypne, pokud přístroj nebudete 3 minuty používat. Nastavte jednotku měření, datum a čas znovu.
- Pokud chcete upravit jednotku měření, datum nebo čas, vytáhněte baterie a počkejte alespoň 20 sekund. Poté vložte baterie a přístroj znovu resetujte.

Před použitím přístroje

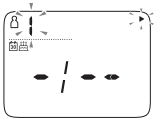
5. Registrace osobních údajů

Měření složení těla vyžaduje registraci vašich osobních údajů (datum narození, pohlaví, výška). Zaregistrované údaje lze uložit až pro 4 osoby.

- Osobní údaje lze také zaregistrovat pomocí aplikace „OMRON connect“.

1. Tlačítkem (ON/OFF) zapnete napájení.

Napájení se zapne. Bude blikat osobní číslo „1“. Zobrazí se datum narození (- / - -).



2. Zvolte a potvrďte své osobní číslo.

Tlačítkem (▶) zvolte své osobní číslo, tlačítkem (SET) volbu potvrďte.

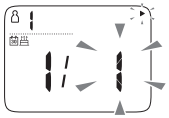
3. Nastavte datum narození.

Tlačítkem (▶) nastavte datum narození, tlačítkem (SET) volbu potvrďte.

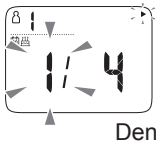
- Rozmezí nastavení roku: 1900 až 2045
- Během nastavování roku můžete podržením tlačítka (▶) hodnotu rychle upravovat v krocích po 10.



Rok



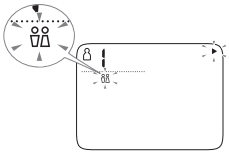
Měsíc



Den

4. Nastavte pohlaví

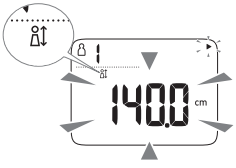
Tlačítkem (▶) nastavte pohlaví (MUŽ) nebo (ŽENA), tlačítkem (SET) volbu potvrďte.



5. Nastavte výšku.

Stisknutím tlačítka (▶) upravte výšku, tlačítkem (SET) volbu potvrďte.

- Podržením upravíte hodnotu rychleji v krocích po 10 cm (nebo 1 palci).
- Po zobrazení všech nastavení pro potvrzení se na displeji zobrazí „0,0 kg“.



CZ

6. Když se zobrazí hodnota „0,0 kg“, postavte se na přístroj v přípravě na měření.

Údaje o hmotnosti a složení těla se zapíšou do přístroje a umožní mu automatické rozeznávání. Po chvíli se zobrazí výsledky měření, jak je ukázáno níže.



7. Když se zobrazí výsledky měření, sestupte z přístroje.

Registrace osobních údajů je dokončena.

8. Podržením tlačítka ON/OFF (na 2 sekundy nebo déle) vypnete napájení.

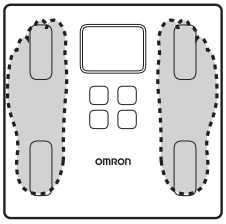
Pokud chcete přidat nové osobní údaje, začněte od „kroku 1“.

Návod k obsluze

6. Přesná měření

6.1 Správné držení těla během měření

Stoupněte na přístroj naboso.
Klenby chodidel umístěte doprostřed přístroje.



Poznámka

- Pokud se postavíte na přístroj v ponožkách nebo botách, získáte nepřesné výsledky měření.



Během měření neohýbejte kolena.

Měření provádějte na tvrdé a rovné podlaze.

Poznámka

- Polstrovaný povrch jako např. podložka nebo koberec mohou způsobit nepřesné výsledky měření.

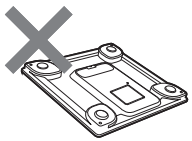
6.2 O funkci „0 kg korekce“ (upozornění pro skladování)

Přístroj pravidelně automaticky koriguje přesnost, když jej nepoužíváte.

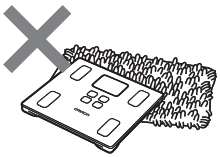
- Pokud přístroj uložíte do níže znázorněné polohy, tato korekce přesnosti nefunguje. Před měřením použijte funkci „0 kg korekce“.



Přístroj je opřen o zeď nebo jiné předměty



Přístroj je uložen horní stranou dolů

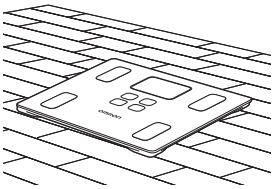


Přístroj je uložen na předmětu



Na přístroji se nachází nějaký předmět

6.3 Použití funkce „0 kg korekce“



1. **Umístěte přístroj na pevnou rovnou podlahu.**

2. **Tlačítkem (ON/OFF) zapnete napájení.**

3. **Zvolte své osobní číslo nebo „00“.**

Tlačítkem (▶) zvolte své osobní číslo nebo „00“, poté volbu potvrďte tlačítkem (SET).

4. **Když se zobrazí hodnota „0,0 kg“, podržením tlačítka (ON/OFF) (na 2 sekundy nebo déle) vypněte napájení.**

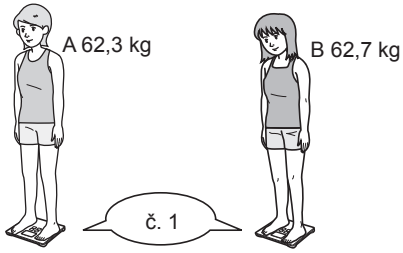
Tímto dokončíte funkci „0 kg korekce“. Počkejte 5 sekund, poté proveďte měření.

7. Měření

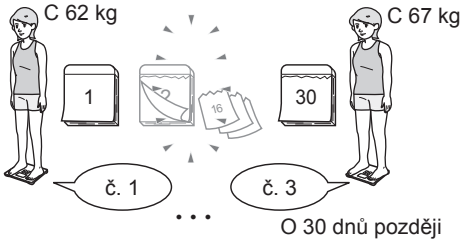
Pokud se jeden z uživatelů postaví na přístroj, přístroj se automaticky zapne, rozezná osobní číslo a spustí měření.

V následujících případech se může zobrazit nesprávné osobní číslo.

- Probíhá měření uživatelů s podobným typem a hmotností těla.



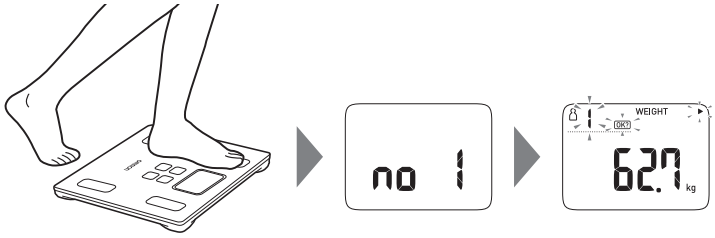
- Vaše tělesná hmotnost se od posledního měření změnila.



Pokud bude přístroj neustále dělat chyby při rozeznávání, zvolte při měření své číslo. (Viz část 9.)

1. Měření provádějte, když je přístroj vypnut.

Když na přístroj stoupnete, automaticky se zapne.



2. Když se zobrazí osobní číslo a výsledky měření, měření se dokončí.

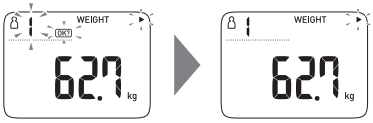
Sestupte z přístroje.

3. Potvrďte své osobní číslo.

■ Pokud je Vaše osobní číslo správné…

Tlačítkem SET potvrďte své osobní číslo. OK? zmizí.

Přestože vypnete napájení s blikající položkou OK? , výsledky se zapíšou do přístroje jako naměřená hodnota spojená se zobrazeným osobním číslem.



■ Pokud je Vaše osobní číslo nesprávné…

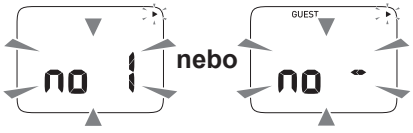
Než se napájení vypne, tlačítkem ▶ zvolte své osobní číslo a poté volbu potvrďte tlačítkem SET.



■ Pokud jste své osobní číslo potvrdili nesprávně...

Než se napájení vypne, stiskněte tlačítko SET, abyste mohli znovu zvolit své osobní číslo.

Pokud bude na displeji blikat možnost „no 1“ (č. 1) až „no 4“ (č. 4) nebo bude zobrazen text GUEST (Host), vaše osobní údaje se do přístroje nezaregistrovaly.
Zaregistrujte své osobní údaje.
Můžete také použít režim hosta.



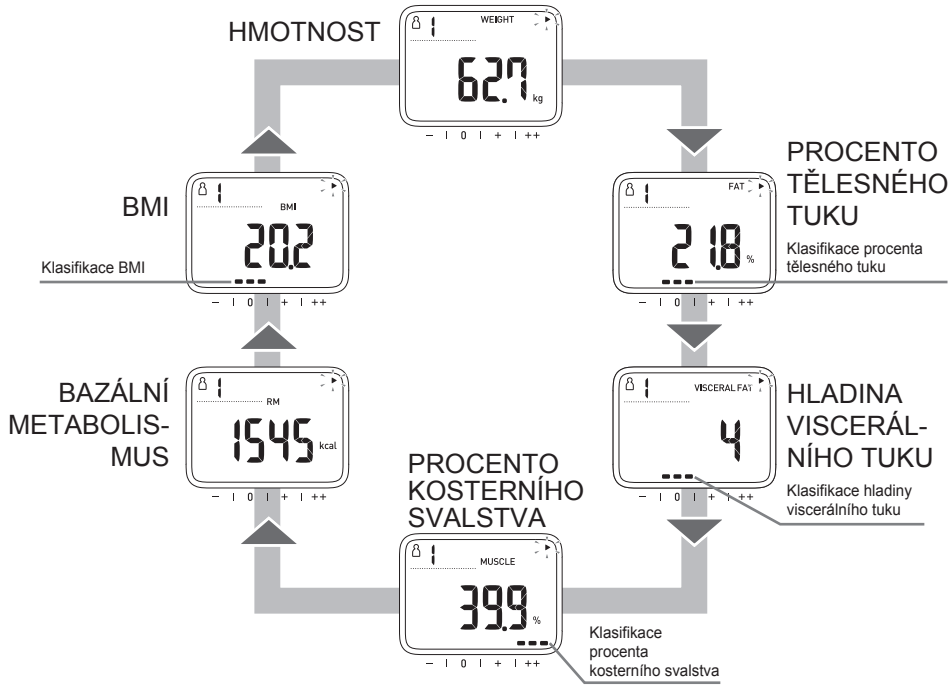
4. Zkontrolujte výsledky měření.

Naměřené výsledky na displeji automaticky rotují. (viz níže).

Když potvrdíte své osobní číslo, můžete je tlačítkem (▶) přepnout na výsledek měření, který si chcete prohlédnout.

Poznámka

- Jako průvodce měření použijte procento tělesného tuku, hladinu viscerálního tuku, procento kosterního svalstva a indikátor klasifikace BMI.
- Informace a diagramy v částech 17 a 18 vám umožní lépe porozumět výsledkům měření.



CZ

5. Podržením tlačítka (ON OFF) (na 2 sekundy nebo déle) vypnete napájení.

Napájení se vypne, pokud přístroj nebudete 3 minuty používat.

Použití paměti

8. Prohlížení výsledků měření na vašem chytrém zařízení

Při prohlížení svých výsledků měření dodržujte pokyny v aplikaci „OMRON connect“.
Poté si můžete prohlížet změny své hmotnosti a složení těla na chytrém zařízení.

Poznámka

- Na vašem chytrém zařízení musí být nainstalována aplikace „OMRON connect“. (Viz část 3.)

V případě potřeby

9. Výběr svého osobního čísla a provedení měření

Pokud přístroj často nebude rozeznávat Vaše osobní číslo, můžete zvolit své osobní číslo a provést měření následovně.

1. Tlačítkem (ON OFF) zapnete napájení.

Napájení se zapne. Bude blikat osobní číslo „1“.

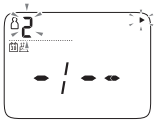


2. Zvolte své osobní číslo.

Tlačítkem (▶) zvolte své osobní číslo.

Když se zobrazí datum narození (- / - -),
Vaše osobní údaje nebyly zaregistrovány pod Vaším osobním číslem.

Zaregistrujte své osobní údaje. (Viz část 5.)

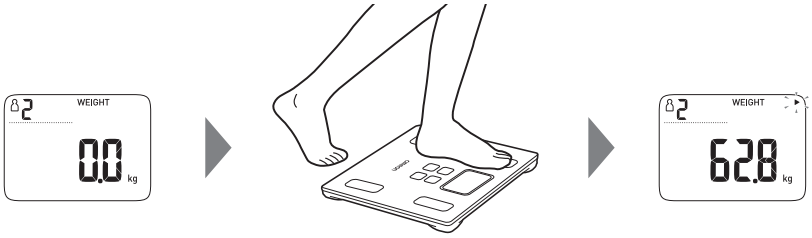


3. Tlačítkem (SET) potvrďte své osobní číslo.

Zobrazí se hodnota „0,0 kg“.

4. Když se zobrazí hodnota „0,0 kg“, proveďte měření.

Stoupněte na přístroj.



5. Zkontrolujte výsledky měření.

Výsledky měření na displeji automaticky rotují.

6. Podržením tlačítka (ON OFF) (na 2 sekundy nebo déle) vypnete napájení.

Napájení se vypne, pokud přístroj nebudete 3 minuty používat.

V případě potřeby

10. Režim hosta (režim bez záznamu)

V tomto režimu se Vaše výsledky měření nebudou ukládat.

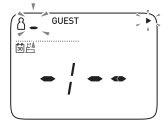
1. Tlačítkem (ON OFF) zapnete napájení.

Napájení se zapne. Bude blikat osobní číslo „1“.



2. Zvolte a potvrďte „ _“.

Tlačítkem (▶) zvolte položku „GUEST“ (Host) a volbu potvrďte tlačítkem (SET).

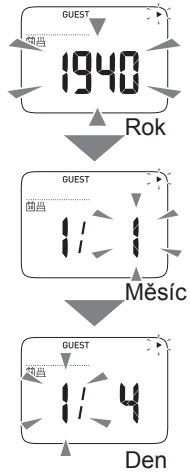


3. Zadejte osobní údaje.

3.1 Nastavte datum narození

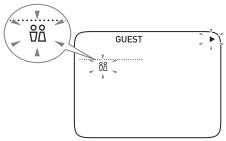
Tlačítkem (▶) nastavte datum narození, tlačítkem (SET) volbu potvrďte.

- Rozmezí nastavení roku: 1900 až 2045
- Během nastavování roku můžete podržením tlačítka (▶) hodnotu rychle upravovat v krocích po 10.



3.2 Nastavte pohlaví

Tlačítkem (▶) nastavte pohlaví (MUŽ) nebo (ŽENA), tlačítkem (SET) volbu potvrďte.



3.3 Nastavte výšku

Stisknutím tlačítka (▶) upravte výšku, tlačítkem (SET) volbu potvrďte.

- Podržením upravíte hodnotu rychleji v krocích po 10 cm (1 palci).



Po zobrazení všech nastavení pro potvrzení se na displeji zobrazí „0,0 kg“.

Napájení se vypne, pokud přístroj po zobrazení hodnoty „0,0 kg“ nebudete 1 minutu používat.

CZ

4. Když se zobrazí hodnota „0,0 kg“, spusťte měření.

Stoupněte na přístroj.



5. Zkontrolujte výsledky měření.

Výsledky měření na displeji automaticky rotují.

6. Podržením tlačítka (ON/OFF) (na 2 sekundy nebo déle) vypnete napájení.

Napájení se vypne, pokud přístroj nebudete 3 minuty používat.

V případě potřeby

11. Vážení bez měření tělesného tuku

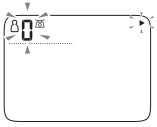
V tomto režimu se Váš výsledek měření nebude ukládat.

1. Tlačítkem (ON/OFF) zapnete napájení.

Napájení se zapne. Bude blikat osobní číslo „1“.

2. Zvolte a potvrďte „⛄0“.

Tlačítkem (▶) zvolte položku „⛄0“ a potvrďte tlačítkem (SET).



3. Když se zobrazí „0,0 kg“, postavte se na jednotku.



4. Zkontrolujte výsledek měření.

Zobrazí se Vaše hmotnost a bliknutím vám přístroj naznačí, že měření je dokončeno.

5. Podržením tlačítka (ON/OFF) (na 2 sekundy nebo déle) vypnete napájení.

Napájení se vypne, pokud přístroj nebudete 3 minuty používat.

V případě potřeby

12. Změna nebo vymazání vašich osobních údajů

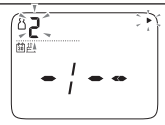


1. **Tlačítkem (ON/OFF) zapnete napájení.**
Napájení se zapne. Bude blikat osobní číslo „1“.

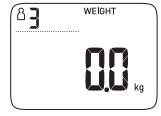
2. **Zvolte své osobní číslo**
Tlačítkem (▶) zvolte své osobní číslo.



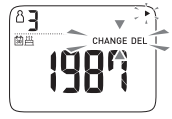
Když se zobrazí datum narození (- - / - -),



Vaše osobní údaje nejsou zaregistrovány pod Vaším osobním číslem.
Zaregistrujte své osobní údaje. (Viz část 5.)



3. **Tlačítkem (SET) potvrďte své osobní číslo.**
Zobrazí se hodnota „0,0 kg“.



4. **Stiskněte tlačítko (SET).**
Bude blikat položka „CHANGE“ (Změnit) nebo „DEL“ (Vymazat).

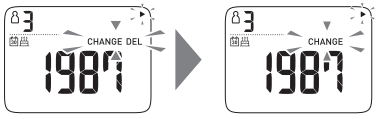
5. **Výběrem možnosti „CHANGE“ (Změnit) změňte osobní údaje, případně je vymažte pomocí možnosti „DELETE“ (Vymazat).**

- I když se osobní údaje změní, výsledky měření se nezmění ani nevymažou. Při použití osobního čísla, které již používá jiná osoba, vymažte osobní údaje a následně je znovu zaregistrujte.

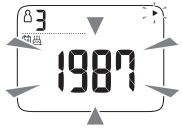
CZ

Změna osobních údajů
(Výsledky měření se nevymažou)

1. **Stisknutím tlačítka (▶) vyberte položku „CHANGE“ (Změnit)**



2. **Stiskněte tlačítko (SET)**
Bude blikat rok.

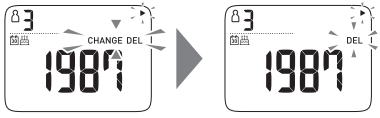


3. **Změňte nastavení data narození, pohlaví a výšky dle kroků 3–5 v části 5.**

- Pokud chcete zastavit v polovině postupu, podržením tlačítka (ON/OFF) (na 2 sekundy nebo déle) vypněte napájení.
- Nepřenesené výsledky měření se nezmění.

Vymazání osobních údajů
(Výsledky měření se vymažou také)

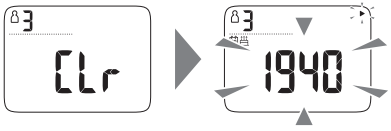
1. **Stisknutím tlačítka (▶) vyberte položku „DEL“ (Vymazat)**



2. **Stiskněte tlačítko (SET)**
OK? zabliká.



3. **Opět stiskněte tlačítko (SET)**



V případě potřeby

13. Vymazání nastavení komunikace

Pokud chcete přestat používat aplikaci „OMRON connect“ nebo vymazat nastavení komunikace z vašeho chytrého zařízení, postupujte následovně. Všechna nastavení komunikace uložená v přístroji se vymažou.

1. Stiskněte a podržte tlačítko (Bluetooth) déle než 2 sekundy.

„P“ a symbol Bluetooth budou blikat.



2. Opět podržte tlačítko (Bluetooth) déle než 2 sekundy.

„OK?“ a „CLr“ zablikají.



3. Potvrďte stisknutím tlačítka SET.

Napájení se vypne, pokud přístroj po zobrazení textu „CLr“ nebudete 10 sekund používat.



V případě potřeby

14. Údržba a skladování

Čištění přístroje

- Přístroj vždy udržujte v čistotě.
- Otřete přístroj jemným suchým hadříkem. V případě potřeby použijte hadřík navlhčený ve vodě nebo v čisticím přípravku a před otřením přístroje hadřík pečlivě vyždímejte. Přístroj poté otřete suchým hadříkem.
- K čištění přístroje nepoužívejte benzen nebo ředidlo či jiná těkavá rozpouštědla.
- Neumývejte jej pod tekoucí vodou.

Péče a skladování

- Přístroj neskladujte v následujících podmínkách:
  - Místa s vysokou vlhkostí, kdy může dojít k vniknutí vlhkosti nebo vody do přístroje.
  - Místa s vysokými teplotami, přímé sluneční záření nebo prašné prostory.
  - Místa s rizikem pádu na zem nebo vibrací.
  - Na místech, kde jsou skladovány chemikálie nebo kde jsou přítomny korozivní plyny.
- Neprovádějte sami opravy jakéhokoli druhu. Tento produkt je v době výroby nakalibrován. Pokud máte jakékoli dotazy k přesnosti měření, obraťte se na autorizovaného distributora OMRON. Obecně doporučujeme nechat zařízení zkontrolovat jednou za 2 roky, aby byla zajištěna správná funkce a přesnost.

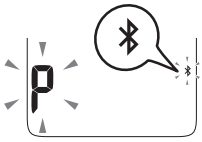
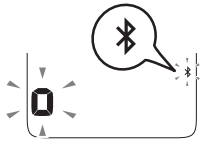
V případě potřeby

15. Řešení problémů

V případě níže uvedených problémů během měření se nejdříve ujistěte, že se ve vzdálenosti do 30 cm nenachází žádné jiné elektrické zařízení. Pokud problém přetrvává, viz tabulka níže.

Zobrazení chyby	Příčina	Nápravné opatření
Err 1	Sestoupili jste z přístroje během měření složení těla.	Zůstaňte stát na přístroji až do ukončení měření složení těla. (Viz část 6.)
	Chodidla nejsou v pevném kontaktu s elektrodami.	Ujistěte se, že stojíte na přístroji správně – chodidla při měření pevně přiložte na elektrody. (Viz část 6.)
Err2	Poloha při měření není správná, Vaše chodidla nejsou v pevném kontaktu s elektrodami nebo jsou suchá.	Stůjte s rovnými koleny i zády. Držte chodidla pevně přiložená na elektrodách a nepohybujte jimi při měření. (Viz část 6.) Jemně si navlhčete chodidla mokrým ručníkem a zkuste provést měření znovu.
Err5	Jednotka byla po nastavení data a času stisknuta nebo použita, ještě než se displej automaticky vypnul.	Vyjměte a znovu vložte baterii. Restartujte zařízení od bodu „Spárování přístroje s Vaším chytrým zařízením“. (Viz část 3.) • Poté co se zobrazí datum a čas, nechte jednotku stát, dokud se napájení automaticky nevypne.
	Chyba zařízení.	Vyjměte a znovu vložte baterii. Poté restartujte zařízení. Pokud se tato chyba bude dále zobrazovat, obraťte se na technický servis společnosti OMRON.
Err6	Chyba komunikace.	Vypněte přístroj a vyzkoušejte komunikaci zopakovat. Pokud se tato chyba zobrazí znovu, obraťte se na technický servis společnosti OMRON.
Err	Během měření jste se pohnuli.	Při měření stůjte klidně.
	Vaše hmotnost byla mimo měřitelné rozmezí.	
Err	Chyba komunikace.	Zkontrolujte displej vašeho chytrého zařízení a postupujte dle pokynů v aplikaci „OMRON connect“. Viz „Help“ (Nápověda) v aplikaci „OMRON connect“.
	Baterie jsou slabé.	Doporučujeme baterie předem vyměnit za nové. (Viz část 2.)
	Baterie jsou vybité.	Vyměňte baterie. (Viz část 2.)

CZ

Problém	Příčina	Nápravné opatření
 bliká	Uložilo se 24 až 29 sad výsledků měření.	Přeneste výsledky do aplikace „OMRON connect“, symbol pak zmizí.
	Uložilo se 30 sad výsledků měření.	Pokud počet překročí 30, nejstarší výsledky se vymažou. Přeneste výsledky do aplikace „OMRON connect“, symbol pak zmizí.
	Podrželi jste tlačítko (*) déle než 2 sekundy.	Toto se zobrazí, když spárujete přístroj se svým chytrým zařízením. Pokračujte dle pokynů v aplikaci „OMRON connect“. Podržením tlačítka (ON/OFF) (na 2 sekundy nebo déle) zastavíte párování.
	Stiskli jste tlačítko (*).	Toto se zobrazí při přenosu údajů do Vašeho chytrého zařízení. Pokračujte dle pokynů v aplikaci „OMRON connect“. Podržením tlačítka (ON/OFF) (na 2 sekundy nebo déle) zastavíte přenos.
	Podrželi jste tlačítko (*) více než 2 sekundy, když blikala položka „P“ a symbol Bluetooth.	Toto se zobrazí, když vymažete nastavení komunikace. (Viz část 13.) Podržením tlačítka (ON/OFF) (na 2 sekundy nebo déle) zastavíte provoz.
I když přístroj zapnete, nic se nezobrazuje. I když na přístroj stoupnete, nic se nezobrazuje.	Nejsou vložené baterie.	Vložte baterie.
	Baterie jsou vložené v nesprávném směru.	Vložte baterie ve správném směru.
	Baterie jsou vybité.	Vyměňte všechny čtyři baterie za nové.
Po výměně baterií a stoupnutí na přístroj se nic nezobrazuje.	Po výměně baterií jste nenastavili jednotku měření, datum a čas.	Nastavte jednotku měření, datum a čas. (Viz část 4.)
	Vaše tělesná hmotnost je příliš nízká. (Méně než 12 kg.)	Před měřením zvolte osobní číslo.
U některých výsledků se zobrazuje „- - - - -“.	Zaregistrované údaje nebo hodnoty složení těla byly mimo měřitelné rozmezí.	Zkontrolujte správnost nastaveného data narození, pohlaví a výšky. I když jsou tato nastavení správná, „- - - - -“ se zobrazí, když jsou mimo zobrazitelné nebo podporované věkové rozmezí.

Problém	Příčina	Nápravné opatření
Výsledek měření je vyšší nebo nižší než vlastní výsledek. Výsledek se pro jednotlivá měření značně liší.	Vaše držení těla je během měření nesprávné.	Proveďte měření se správným držením těla.
	Měření provádíte na koberci, polstrovaném povrchu nebo nerovné podlaze.	Měření provádějte na tvrdé a rovné podlaze.
	Vaše chodidla a tělo jsou studené, což má vliv na krevní oběh.	Před měřením se ohřejte, aby se krevní oběh vrátil do normy.
	Chodidlové elektrody jsou velice studené.	Přístroj nechte před měřením chvíli v teplé místnosti.
	Vaše chodidla jsou suchá.	Před měřením si jemně navlhčete chodidla mokrým ručníkem.
	Funkce „0 kg korekce“ nebyla správně implementovaná.	Implementujte funkci „0 kg korekce“. (Viz část 6,3.)
Nejste správně rozeznán/a.	Vaše tělesná hmotnost se od posledního měření významně změnila.	Před měřením zvolte osobní číslo. (Viz část 9.)
	Váš typ těla je podobný jiné zaregistrované osobě.	
	Byly zaregistrovány výsledky měření jiného uživatele.	
Chcete změřit složení těla, zobrazuje se však pouze tělesná hmotnost.	Není zvoleno osobní číslo nebo nastavení GUEST (Host). (Nezobrazuje se osobní číslo ani nastavení GUEST (Host).)	Před měřením zvolte osobní číslo nebo nastavení GUEST (Host).
Tlačítko nereaguje.	Stiskli jste tlačítko, když jste stáli na přístroji.	Sestupte z přístroje a poté stiskněte tlačítko.
	Tlačítko je mokré a kontaminované.	Před měřením z přístroje setřete vodu nebo nečistoty.
	Stiskli jste současně dvě nebo více tlačítek.	Stiskněte vždy pouze jedno tlačítko.
I když nic neuděláte, přístroj se vypne.	Viz část „O vypínání“. (Viz část 2.)	
Chyba při odesílání údajů	Viz část „Help“ (Nápověda) v aplikaci „OMRON connect“.	

V případě potřeby

16. Technické údaje

Kategorie produktu	**Analyzátory tělesné stavby**	
Popis produktu	**Přístroj pro monitorování tělesné stavby lidského těla**	
Model (kód)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Displej*	**Tělesná hmotnost:**	2,0 až 150,0 kg s přírůstky po 0,1 kg (4,4 až 330 lb s přírůstky 0,2 lb) (0 st 4,4 lb až 23 st 8 lb s přírůstky po 0,2 lb)
	Procento tělesného tuku:	5,0 až 60,0 % v krocích po 0,1 %
	Procento kosterního svalstva:	5,0 až 50,0 % v krocích po 0,1 %
	BMI:	7,0 až 90,0 v krocích po 0,1
	Bazální metabolismus:	385 až 3999 kcal v krocích po 1 kcal
	Hladina viscerálního tuku:	30 hladin v krocích po 1 hladině
	Procento tělesného tuku, procento kosterního svalstva a klasifikace BMI: – (nízké) / 0 (normální) / + (vysoké) / ++ (velmi vysoké) 4 úrovně	
	Klasifikace hladiny viscerálního tuku: 0 (normální) / + (vysoká) / ++ (velmi vysoká) 3 úrovně * Věkové rozmezí pro procento tělesného tuku a klasifikaci procenta tělesného tuku je od 10 do 80 let věku. * Věkové rozmezí pro procento kosterního svalstva, klasifikaci procenta kosterního svalstva, hladinu viscerálního tuku, klasifikaci hladiny viscerálního tuku a bazální metabolismus je 18 až 80 let.	
Přenosový protokol	Nízkoenergetická technologie **Bluetooth®**	
Bezdrátová komunikace	**Frekvenční pásmo:** **Modulace:** **Efektivní vyzařovací výkon:**	2,4 GHz (2400 až 2483,5 MHz) GFSK < 20 dBm
Nastavení položek*	Následující informace lze uložit až pro 4 osoby.	
	Jednotka měření	kg&cm (kg a cm) / lb&inch (libry a palce) / st-lb&inch (kameny, libry a palce)
	Datum narození	1. 1. 1900 až 31. 12. 2045
	Pohlaví	Muž/žena
	Výška	100,0 až 199,5 cm v krocích po 0,5 cm (3' 4" až 6' 6 1/2" v krocích po 1/4")
	* Když je výška osoby menší než 100,0 cm nebo větší než 199,5 cm: Výsledky měření BMI a složení těla budou pouze orientační.	
Přesnost měření hmotnosti	2,0 kg až 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb až 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb až 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg až 150,0 kg: ± 1 % (88,2 lb až 330,0 lb: ± 1 %) (6 st 4,2 lb až 23 st 8,0 lb: ± 1 %)	
Přesnost (S.E.E.)	**Procento tělesného tuku:**	3,5 %
	Procento kosterního svalstva:	3,5 %
	Hladina viscerálního tuku:	3 hladiny

Servisní životnost	5 let
Klasifikace IP	IP21* * Klasifikace IP znamená stupeň ochrany poskytovaný krytem podle normy IEC 60529. Toto zařízení je chráněno před pevnými cizími předměty o průměru 12,5 mm a větším, jako je například prst. Toto zařízení je chráněno před kolmo padajícími kapkami vody, které by v běžném provozu mohly vést k potížím.
Zdroj napájení	4 alkalické baterie AAA (LR03)
Životnost baterií	Přibližně 6 měsíců (při použití alkalických baterií AAA na čtyři měření, čtyři přenosy údajů a u čtyř osob denně při pokojové teplotě 23 °C)
Provozní teplota / vlhkost / tlak vzduchu	+5 až +40 °C, 30 až 85 % relativní vlhkosti (nekondenzující), 860 až 1060 hPa
Skladovací a přepravní teplota / vlhkost / tlak vzduchu	–20 až +60 °C, 10 až 95 % relativní vlhkosti (nekondenzující), 860 až 1060 hPa
Hmotnost	Přibližně 1,6 kg (včetně baterií)
Vnější rozměry	Přibližně 285 (š) × 28 (v) × 280 (h) mm (Přibližně 11 1/5" (š) × 1 1/10" (v) × 11" (h))
Obsah	Přístroj pro monitorování tělesné stavby lidského těla, 4 alkalické baterie AAA (LR03), pokyny k nastavení, návod k obsluze

Poznámka

- Technické úpravy jsou vyhrazeny bez předchozího upozornění.
- Veškeré závažné incidenty, ke kterým došlo v souvislosti s tímto zařízením, oznamte výrobci a příslušnému úřadu v členském státě, ve kterém sídlíte.

CE 0197

Tento produkt pracuje v nelicencovaném pásmu ISM při 2,4 GHz. Při použití produktu v blízkosti jiných bezdrátových zařízení vč. mikrovlnných a bezdrátových LAN, které pracují ve stejných frekvenčních pásmech jako tento produkt, může dojít k rušení mezi produktem a takovými jinými zařízeními. Pokud dojde k takovému rušení, před použitím tohoto produktu vypněte jiná zařízení nebo tento produkt přesuňte nebo jej nepoužívejte v blízkosti jiných bezdrátových zařízení.

Pojem a loga **Bluetooth®** jsou registrované ochranné známky společnosti Bluetooth SIG, Inc. a veškeré použití takových značek společností OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. podléhá licenci.

Tímto společnost OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. prohlašuje, že rádiové zařízení typu VIVA (HBF-222T-EBK) splňuje požadavky směrnice 2014/53/EU.
Plný text prohlášení o shodě EU je k dispozici na následujících stránkách: www.omron-healthcare.com.

Apple a logo Apple jsou ochranné známky společnosti Apple Inc., registrované v USA a jiných zemích. App Store je servisní známka společnosti Apple Inc.
Android, logo Google Play jsou ochranné známky společnosti Google Inc.

Důležité informace týkající se elektromagnetické kompatibility (EMC)

Zařízení HBF-222T-EBK vyrobené společností OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. splňuje normu EN 60601-1-2:2015 pro elektromagnetickou kompatibilitu (EMC). Další dokumentace v souladu s touto normou EMC je k dispozici ve společnosti OMRON HEALTHCARE EUROPE na adrese uvedené v tomto návodu k obsluze nebo na stránkách www.omron-healthcare.com. Více informací o elektromagnetické kompatibilitě zařízení HBF-222T-EBK naleznete na webových stránkách.

Záruka

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. poskytuje na tento výrobek záruku po dobu 3 let od data nákupu.
Tato záruka se nevztahuje na baterie, balení nebo škody jakéhokoliv druhu způsobené nesprávným používáním přístroje uživatelem (jako je pád přístroje nebo fyzické nesprávné používání). Přístroje budou při uplatnění záruky vyměněny pouze po předložení původního dokladu o nákupu.

Správná likvidace tohoto produktu (Elektrický a elektronický odpad)



Toto označení provedené na produktu nebo v příslušném návodu značí, že produkt na konci své technické životnosti se nesmí likvidovat společně s ostatním domovním odpadem. Abyste zabránili případným škodám na životním prostředí nebo lidském zdraví neřízenou likvidací odpadu, uložte tento produkt odděleně od ostatních typů odpadu a zodpovědně jej recyklujte – přispějete tak k trvalému opětovnému použití materiálních zdrojů.

Podrobnosti o tom, kde a jak se dá toto zařízení bezpečně recyklovat s ohledem na životní prostředí, mohou domácí uživatelé získat buď u prodejce, u kterého si tento produkt pořídili, nebo mohou kontaktovat místní obecní úřad.

Komerční uživatelé nechť kontaktují svého dodavatele a prověří okolnosti a podmínky uvedené v kupní smlouvě. Tento produkt se nesmí zařadit mezi ostatní technický odpad určený k likvidaci.

Produkt neobsahuje žádné nebezpečné látky.
Likvidaci použitých baterií je třeba provést v souladu s národními předpisy pro likvidaci baterií.

Popis symbolů, které se v závislosti na modelu mohou nacházet na vlastním produktu, prodejním balení nebo IM.

	Aplikovaný díl – typ BF Stupeň ochrany proti úrazu elektrickým proudem (svodový proud)	SN	Sériové číslo
IP XX	Stupeň ochrany proti vniknutí dle normy IEC 60529		Teplotní omezení
CE	Označení CE		Omezení vlhkosti
	Symbol GOST-R		Omezení atmosférického tlaku
	Symbol Euroasijské shody		Stejnosměrný proud
	Nutnost prostudovat si návod k obsluze.		Tento produkt nesmí používat osoby se zdravotními implantáty, např. kardiostimulátory, umělým srdcem, plícemi nebo jinými elektronickými systémy k podpoře životních funkcí.
MD	Zdravotnický prostředek		Datum výroby

17. Informace o složení těla

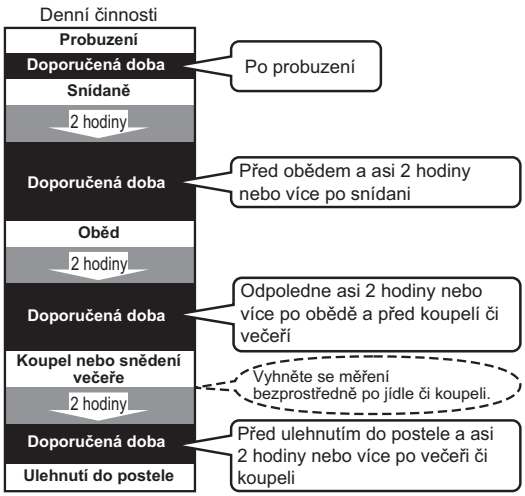
Princip výpočtu složení těla

Tělesný tuk má nízkou elektrickou vodivost.

Přístroj VIVA měří procento tělesného tuku metodou bioelektrické impedance (BI). Svaly, krevní cévy a kosti jsou tělesné tkáně s vysokým obsahem vody, které snadno vedou elektrický proud. Tělesný tuk je tkáň, která má nízkou elektrickou vodivost. Přístroj VIVA vysílá za účelem stanovení množství tukové tkáně do Vašeho těla mimořádně slabý pulz elektrického proudu s charakteristikami 50 kHz a méně než 500 μA. Tento slabý elektrický proud není během používání přístroje VIVA cítit.
Pro účely stanovení tělesného složení používá váha elektrický odpor spolu s informacemi o výšce, hmotnosti, věku a pohlaví pro vytvoření výsledků na základě dat tělesného složení společnosti OMRON.

Doporučené doby měření

Porozumíte-li normálním změnám procenta tělesného tuku, můžete se vyvarovat obezitě nebo ji snížit. Budete-li si vědom(a) denní doby, kdy se mění vaše procento tělesného tuku, přispějete tak ke stanovení přesných tendencí vývoje vašeho tělesného tuku. Doporučujeme používat tento přístroj vždy ve stejném prostředí a za stejných denních podmínek. (Viz diagram)



Vyhněte se provádění měření za následujících podmínek:

- Ihned po náročném cvičení, po koupeli nebo sauně.
- Po konzumaci alkoholu nebo velkého množství vody a po jídle (asi 2 hodiny).

Je-li měření provedeno za následujících tělesných podmínek, vypočítané procento tělesného tuku se může značně lišit od skutečné hodnoty, protože došlo ke změně obsahu vody v těle.

Co je BMI (Body Mass Index)?

BMI využívá následující jednoduchý vzorec pro výpočet poměru mezi hmotností a výškou dané osoby.

BMI = hmotnost (kg) / výška (m) / výška (m)

Přístroj OMRON VIVA využívá k výpočtu příslušné třídy BMI informace o výšce uložené pod číslem vašeho osobního profilu nebo ze zadání informací v režimu Guest (Host).
Pokud je úroveň tuku, zjištěná pomocí BMI, vyšší než mezinárodní standard, existuje zvýšená pravděpodobnost běžných onemocnění. Nicméně pomocí BMI není možno odhalit všechny typy tuku.

Co je procento tělesného tuku?

Procento tělesného tuku poskytuje údaj o množství hmoty tělesného tuku ve vztahu k celkové tělesné hmotnosti vyjádřený v procentech.

Procento tělesného tuku (%) = {hmota tělesného tuku (kg) / tělesná hmotnost (kg)} × 100

VIVA využívá pro stanovení procenta tělesného tuku metody BI (bioelektrická impedance).
V závislosti na místu ukládání tuku v těle se tento tuk označuje jako viscerální nebo podkožní tuk.

Co je hladina viscerálního tuku?

Viscerální tuk = tuk okolo vnitřních orgánů

Příliš velké množství viscerálního tuku je úzce spojováno se zvýšenou hladinou tuku v krvi, což může vést k běžným onemocněním, jako je např. hyperlipidemie a diabetes, který narušuje schopnost inzulínu přenášet energii z krve a využívat ji v buňkách. S ohledem na prevenci nebo zlepšení podmínek běžných onemocnění je velmi důležité se pokusit snížit hladinu viscerálního tuku na přijatelnou úroveň. Lidé s vysokou hladinou viscerálního tuku mají tendenci mít větší žaludek. Nicméně se nemusí vždy jednat o tento případ a vysoké hladiny viscerálního tuku mohou vést k metabolické obezitě. Metabolická obezita (viscerální obezita s normální hmotností) představuje hladiny tuku, které jsou větší než průměr, i když je hmotnost dané osoby rovná nebo nižší než standard.



Příklad viscerálního tuku (snímek MR)

Co je podkožní tuk?

Podkožní tuk = tuk pod kůží

Podkožní tuk se neukládá pouze kolem žaludku, ale rovněž okolo horních končetin, boků a stehen, a může způsobit narušení tělesných proporcí. Ačkoli není přímo spojen se zvýšeným rizikem onemocnění, představuje zvýšenou zátěž na srdce a další komplikace. Podkožní tuk se nezobrazuje na přístroji, ale je zahrnut do procenta tělesného tuku.



Příklad podkožního tuku (snímek MR)

Co je kosterní svalstvo?

Svaly v lidském těle se dělí na dva typy, svaly ve vnitřních orgánech, jako je např. srdce, a kosterní svaly připojené ke kostem, které jsou využívány k pohybu těla. Kosterní sval je možné zvětšit cvičením nebo jinou aktivitou. Zvýšený poměr kosterního svalstva umožňuje tělu snadněji spalovat energii, což znamená, že je méně pravděpodobná její přeměna na tuk, a usnadňuje vedení energetické životosprávy.

Co je bazální metabolismus?

Bez ohledu na Vaši úroveň aktivity je na udržení každodenních funkcí vašeho těla nutný minimální kalorický příjem. Nazývá se bazální metabolismus a informuje, kolik kalorií musíte přijmout v potravě, abyste získali dostatek energie pro fungování svého těla.

18. Diagramy interpretace výsledků měření

Interpretace výsledku procenta tělesného tuku

	Věk	- (Nízká)	0 (Normální)	+ (Vysoká)	++ (Velmi vysoká)
Žena	10	< 16,1 %	16,1 až 32,2 %	32,3 až 35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3 až 33,1 %	33,2 až 36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4 až 33,5 %	33,6 až 36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4 až 33,8 %	33,9 až 36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3 až 34,0 %	34,1 až 36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1 až 34,2 %	34,3 až 36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8 až 34,5 %	34,6 až 37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4 až 34,7 %	34,8 až 37,3 %	≧ 37,4 %
	18 až 39	< 21,0 %	21,0 až 32,9 %	33,0 až 38,9 %	≧ 39,0 %
	40 až 59	< 23,0 %	23,0 až 33,9 %	34,0 až 39,9 %	≧ 40,0 %
	60 až 80	< 24,0 %	24,0 až 35,9 %	36,0 až 41,9 %	≧ 42,0 %
Muž	10	< 12,8 %	12,8 až 27,9 %	28,0 až 31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6 až 28,5 %	28,6 až 32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3 až 28,2 %	28,3 až 32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6 až 27,5 %	27,6 až 31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1 až 26,4 %	26,5 až 30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8 až 25,4 %	25,5 až 28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4 až 24,7 %	24,8 až 27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1 až 24,2 %	24,3 až 26,8 %	≧ 26,9 %
	18 až 39	< 8,0 %	8,0 až 19,9 %	20,0 až 24,9 %	≧ 25,0 %
	40 až 59	< 11,0 %	11,0 až 21,9 %	22,0 až 27,9 %	≧ 28,0 %
	60 až 80	< 13,0 %	13,0 až 24,9 %	25,0 až 29,9 %	≧ 30,0 %

HD McCarthy et al, International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 a Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, klasifikace do čtyř úrovní společností OMRON HEALTHCARE.

Interpretace výsledku hladiny viscerálního tuku

Hladina viscerálního tuku	Klasifikace hladiny
1 až 9	0 (Normální)
10 až 14	+ (Vysoká)
15 až 30	++ (Velmi vysoká)

Podle údajů společnosti OMRON HEALTHCARE.

Interpretace výsledku procenta kosterního svalstva

	Věk	- (Nízká)	0 (Normální)	+ (Vysoká)	++ (Velmi vysoká)
Žena	18 až 39	< 24,3 %	24,3 až 30,3 %	30,4 až 35,3 %	≧ 35,4 %
	40 až 59	< 24,1 %	24,1 až 30,1 %	30,2 až 35,1 %	≧ 35,2 %
	60 až 80	< 23,9 %	23,9 až 29,9 %	30,0 až 34,9 %	≧ 35,0 %
Muž	18 až 39	< 33,3 %	33,3 až 39,3 %	39,4 až 44,0 %	≧ 44,1 %
	40 až 59	< 33,1 %	33,1 až 39,1 %	39,2 až 43,8 %	≧ 43,9 %
	60 až 80	< 32,9 %	32,9 až 38,9 %	39,0 až 43,6 %	≧ 43,7 %

Podle údajů společnosti OMRON HEALTHCARE.

Interpretace výsledku BMI

BMI	BMI (Členění podle WHO)
< 18,5	- (podváha)
18,5 až 24,9	0 (Normální)
25 až 29,9	+ (nadváha)
≧ 30	++ (Obézní)

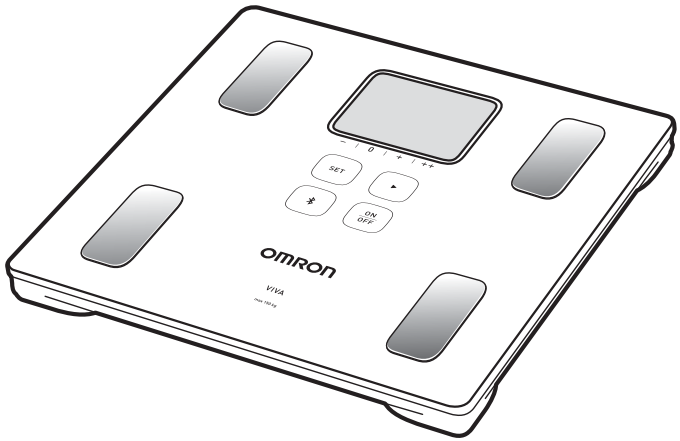
CZ

Výrobce 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONSKO
Zástupce pro EU EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, NIZOZEMSKO www.omron-healthcare.com
Dovozce do EU	
Výrobní závod	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Čína
Pobočky	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Dovozce ve Spojeném království a zodpovědná osoba pro UK Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Datum vydání: 2021-08-27

Vyrobeno v Číně

OMRON



Körperanalysegerät

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d’emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

Vielen Dank, dass Sie sich für das OMRON Körperanalysegerät entschieden haben. Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vor Gebrauch sorgfältig durch, um sich mit dem sicheren und ordnungsgemäßen Umgang vertraut zu machen.
Bitte bewahren Sie diese Gebrauchsanweisung griffbereit auf.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

VIVA
Körperanalysegerät

Verwendungszweck

Vielen Dank, dass Sie sich für dieses OMRON-Körperanalysegerät entschieden haben. Mit diesem Gerät können folgende Parameter der Körperzusammensetzung gemessen und angezeigt werden-

- Körpergewicht
- Viszeraler Fettanteil (bis zu 30 Stufen)
- Ruhemetabolismus (in kcal)
- Körperfettanteil (in %)
- Skelettmuskelanteil (in %)
- BMI (Body-Mass-Index – Körpermasseindex)

Dieses Gerät soll von Erwachsenen bedient werden, die diese Gebrauchsanweisung verstehen. Es ist nicht für den Einsatz in Krankenhäusern oder anderen medizinischen Einrichtungen ausgelegt, nur zur Verwendung in Privathaushalten.

Lesen Sie diese Anleitung vor Gebrauch sorgfältig durch. Darin finden Sie weitere Informationen zu den einzelnen Funktionen.

Inhalt

Vor der Verwendung des Gerätes 32

Sicherheitshinweise 32
1. Übersicht über Ihr Gerät 34
2. Einsetzen und Austauschen der Batterien 35
3. Koppeln des Geräts mit Ihrem Mobilgerät 36
4. Festlegen von Maßeinheit, Datum und Uhrzeit 37
5. Eingabe der persönlichen Daten 38

Gebrauchsanweisung 39

6. Dies ist bei der Durchführung einer korrekten Messung zu beachten 39
   6.1 Korrekte Haltung während der Messung 39
   6.2 Informationen über die „0-kg-Korrektur“ (Vorsicht beim Lagern) 40
   6.3 So wird die „0-kg-Korrektur“ durchgeführt 40
7. Durchführung einer Messung 40

Nutzung der Speicherfunktion 42

8. Überprüfung der Messergebnisse auf Ihrem Mobilgerät 42

Falls erforderlich 43

9. Wählen Ihrer Profilnummer und Durchführung einer Messung 43
10. Gastmodus (Guest – nicht erfasst) 44
11. Nur das Gewicht messen 45
12. Ändern oder Löschen Ihrer persönlichen Daten 46
13. Löschen der Kommunikationseinstellungen 47
14. Pflege/Wartung und Lagerung 47
15. Fehlersuche und -behebung 48
16. Technische Daten 51

Informationen zur Körperzusammensetzung 54

17. Informationen zur Körperzusammensetzung 54
18. Messergebnisse – Interpretationsdiagramme 56

Sicherheitshinweise

Folgende Symbole und Definitionen werden verwendet:

⚠**Gefahr:**	Die unsachgemäße Verwendung kann Gefahren hervorrufen, die zum Tod oder zu schweren Verletzungen führen.
⚠**Warnung:**	Die unsachgemäße Verwendung kann in bestimmten Situationen zum Tod oder zu schweren Verletzungen führen.
⚠**Vorsicht:**	Die unsachgemäße Verwendung kann zu Verletzungen oder zu Sachschäden führen.

⚠Gefahr:

• Verwenden Sie dieses Gerät niemals zusammen mit elektronischen medizinischen Geräten wie z. B.
(1) elektronischen medizinischen Implantaten wie z. B. Herzschrittmachern.
(2) elektronischen Lebenserhaltungssystemen wie z. B. Herz-Lungen-Maschinen.
(3) tragbaren elektronischen medizinischen Geräten wie z. B. einem Elektrokardiographen.
Die Körperanalysewaage könnte eine Fehlfunktion solcher Geräte verursachen, was ein wesentliches Gesundheitsrisiko für die Anwender dieser Geräte darstellt.



⚠Warnung:

- Halten Sie das Gerät von kleinen Kindern fern. Enthält Kleinteile, die bei Verschlucken eine Erstickungsgefahr für Kleinkinder darstellen können.
- Verwenden Sie das Gerät nicht auf rutschigen Oberflächen wie z. B. einem nassen Fußboden.
- Springen Sie nicht auf das Gerät oder auf dem Gerät umher.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Ihr Körper und/oder Ihre Füße nass sind, z. B. nach einem Bad.
- Stellen Sie sich barfuß auf das Gerät. Wenn Sie sich mit Socken auf das Gerät stellen, könnten Sie ausrutschen und sich verletzen.
- Treten Sie nicht auf die Kante oder den Anzeigebereich des Geräts.
- Behinderte oder gebrechliche Personen müssen bei der Verwendung dieses Geräts immer von einer anderen Person unterstützt werden.
- Wenn Batteriesäure in Ihre Augen gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser aus. Wenden Sie sich sofort an einen Arzt.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht in Krankenhäusern, Flugzeugen oder anderen Umgebungen, wo die Nutzung von HF-Geräten eingeschränkt ist.
- Dieses Produkt strahlt Hochfrequenzen (HF) im 2,4-GHz-Band ab. Die Verwendung dieses Produkts an Orten, an denen die Nutzung von HF-Geräten eingeschränkt ist, etwa in Flugzeugen oder in Krankenhäusern, wird nicht empfohlen.

⚠Vorsicht:

- Nehmen Sie das Gerät nicht auseinander, reparieren Sie es nicht und bauen Sie es nicht um.
- Beginnen Sie ein Gewichtsreduzierungs- oder Trainingsprogramm nicht ohne vorher einen Arzt oder Gesundheitsberater konsultiert zu haben. Selbstdiagnose kann zu gesundheitlichen Schäden führen.
- Verwenden Sie während der Messung weder Mobiltelefone noch andere elektrische Geräte, die elektromagnetische Felder erzeugen, innerhalb von 30 cm im Umfeld dieses Geräts. Dies könnte zu einer Fehlfunktion des Geräts führen und/oder eine ungenaue Messung verursachen.
- Verwenden Sie nur für dieses Gerät vorgesehene Batterien. Setzen Sie Batterien nicht in falscher Polrichtung ein.
- Ersetzen Sie verbrauchte Batterien sofort durch neue.
- Werfen Sie Batterien nicht ins Feuer.

- Wenn Batteriesäure auf Ihre Haut oder Ihre Kleidung gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser ab.
- Nehmen Sie die Batterien aus dem Gerät heraus, wenn Sie das Gerät für längere Zeit (ca. drei Monate oder länger) nicht verwenden werden.
- Verwenden Sie keine unterschiedlichen Batterien zusammen.
- Verwenden Sie neue und gebrauchte Batterien nicht gemeinsam.
- Waschen Sie immer Ihre Füße, bevor Sie das Gerät verwenden. Wenn Sie unter einer Fußinfektion oder einer anderen Hautkrankheit leiden, können Sie andere Personen infizieren.
- Wird das Gerät von mehreren Personen benutzt, wischen Sie es nach der Verwendung mit einem Tuch ab, das mit Wasser oder mildem Reinigungsmittel befeuchtet wurde. Wischen Sie es anschließend trocken.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht zu anderen als in dieser Anweisung angegebenen Zwecken.
- Dieses Gerät ist ein Präzisionsgerät. Lassen Sie es nicht fallen und setzen Sie es keinen Erschütterungen oder starken Stößen aus.

Datenübertragung

- TauschenSie die Batterie nicht , während Ihr Messergebnis an Ihr Mobilgerät übertragen wird. Dies kann zu Fehlfunktionen Ihres Messgeräts und bei der Übertragung Ihres Messergebnisses führen.
- Während das Messergebnis auf Ihr Mobilgerät übertragen wird, dürfen keine Chipkarten, Magnete, Metallgegenstände oder andere Geräte, die elektromagnetische Felder erzeugen, in der Nähe des Geräts abgelegt werden. Dies kann zu Fehlfunktionen Ihres Geräts und Fehlfunktionen bei der Übertragung Ihres Messergebnisses führen.

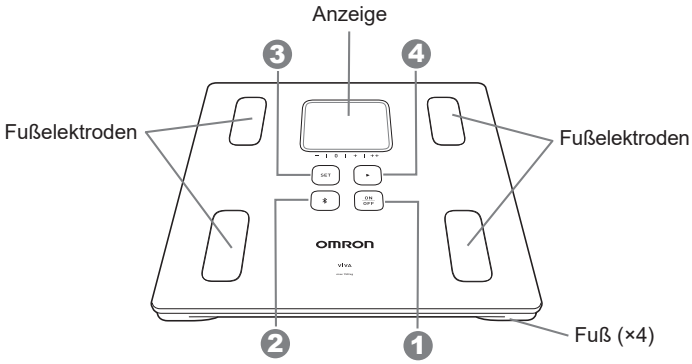
Falsche Messung.

Bei folgenden Anwendern kann eine Falschmessung auftreten:
Bei älteren Menschen (über 81 Jahre) / Menschen mit Fieber / Bodybuildern oder durchtrainierten Sportlern / Dialyse-Patienten, / Osteoporose-Patienten mit sehr geringer Knochendichte / schwangeren Frauen / Menschen mit Schwellungen.

- Diese Abweichungen können durch ein wechselndes Verhältnis zwischen Körperflüssigkeit und/ oder Körperzusammensetzung bedingt sein.

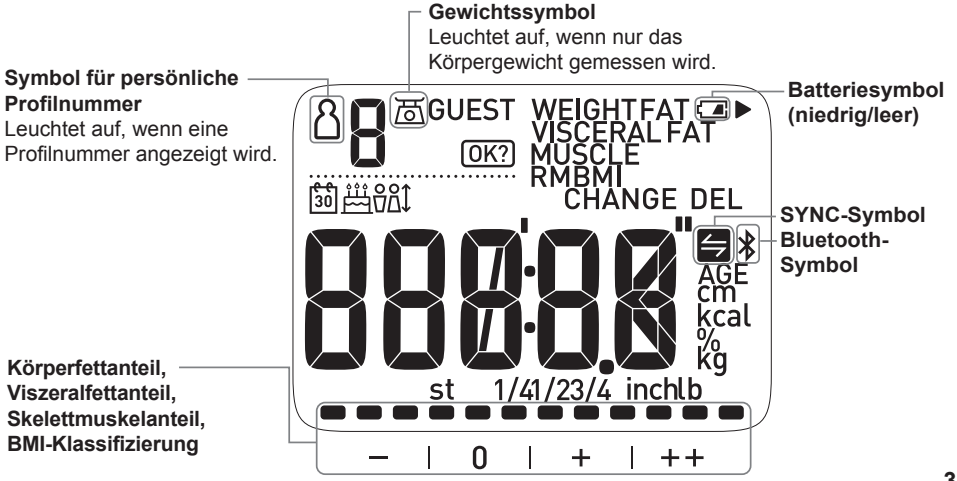
1. Übersicht über Ihr Gerät

Hauptgerät



❶	ON/OFF	**EIN/AUS-Schalter** • Drücken Sie diese Taste, um das Gerät einzuschalten. • Drücken Sie diese Taste (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.
❷	ᛒ	**Bluetooth-Taste** • Drücken Sie diese Taste, um die Daten manuell zu übertragen. • Drücken Sie diese Taste (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät mit Ihrem Mobilgerät zu koppeln. ※ Diese Taste kann auch benutzt werden, wenn das Gerät ausgeschaltet ist.
❸	SET	**Taste SET** • Drücken Sie diese Taste, um Daten einzustellen oder zu bestätigen.
❹	▶	**Vorlauftaste** • Drücken Sie diese Taste, um einen Wert zu erhöhen. • Drücken und halten Sie diese Taste, um Werte schnell zu erhöhen, etwa beim Einstellen des Datums, der Uhrzeit und der Körpergröße.

Anzeige



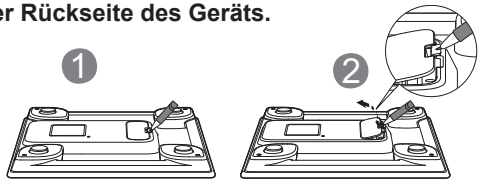
DE

2. Einsetzen und Austauschen der Batterien

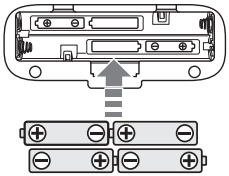
1. **Öffnen Sie die Batterieabdeckung auf der Rückseite des Geräts.**

Ein harter Gegenstand wie ein Stift kann verwendet werden.





2. **Legen Sie die Batterien so ein, dass die Polarität den Markierungen im Batteriefach entspricht.**

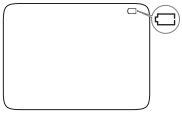


3. **Schließen Sie die Batterieabdeckung.**

Batterielebensdauer und Austausch

- **Etwa sechs Monate (Wenn AAA-Alkalibatterien verwendet werden, bei täglich vier Messungen, vier Datenübertragungen und vier Personen bei einer Raumtemperatur von 23 ºC.)**
  - Da die mitgelieferten Batterien nur für einen Probebetrieb gedacht sind, haben sie möglicherweise eine kürzere Lebensdauer.
- **Wenn das Symbol für leere Batterien auf dem Display angezeigt wird, tauschen Sie alle vier Batterien gegen neue aus.**
  - Tauschen Sie alle vier Batterien gleichzeitig gegen neue vom gleichen Typ aus.
  - Wenn das Symbol für fast leere Batterien blinkt, wird empfohlen, die Batterien gegen neue auszutauschen, bevor sie ganz leer sind.

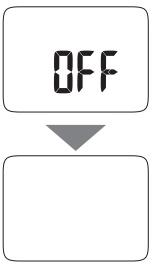
Symbol für leere Batterie



- **Schalten Sie vor dem Batteriewechsel das Gerät aus.**
  - Persönliche, im Gerät gespeicherte Daten bleiben erhalten, wenn die Batterien herausgenommen werden.
  - Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.
- **Wenn die Batterien ausgetauscht werden, müssen Maßeinheit, Datum und Uhrzeit neu eingestellt werden. (Siehe Abschnitt 4.)**
  - Wenn Sie das Gerät bereits mit der OMRON connect App gekoppelt haben, drücken Sie die Taste , um sich mit der App zu verbinden. Datum und Uhrzeit werden dann automatisch eingestellt.

Informationen zur Abschaltung

- **Drücken Sie die Taste (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.**
- **Die Stromversorgung wird unter folgenden Bedingungen automatisch abgeschaltet.**
  - 10 Sekunden, nachdem „Err“ angezeigt wurde.
  - Falls das Gerät 1 Minute lang nicht benutzt wurde, nachdem „0.0 kg“ angezeigt wurde.
  - Falls das Gerät 3 Minuten lang nicht benutzt wurde.



3. Koppeln des Geräts mit Ihrem Mobilgerät

1. **Aktivieren Sie die Bluetooth®-Funktion Ihres Mobilgeräts.**

2. **Laden Sie die kostenlose App OMRON connect herunter und installieren Sie sie auf Ihrem Mobilgerät.**

Sie können eine der beiden folgenden Methoden wählen.

■ **Scannen Sie den QR-Code, um Zugriff auf die folgende Adresse zu erhalten.**

omronconnect.com/setup

QR-Code

■ **Suchen Sie die App OMRON connect im „App Store“ oder in „Google Play“.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

DE

3. **Öffnen Sie die App auf Ihrem Mobilgerät und folgen Sie den Anweisungen zu Installation und Kopplung.**

Wenn Sie die App OMRON connect bereits installiert haben, gehen Sie wie folgt vor:

Menü > Gerät > Gerät hinzufügen

HINWEISE

- Ein Mobilgerät verwaltet die Daten eines Nutzers.
- Wenn eine andere App als OMRON connect verwendet wird, werden die Daten möglicherweise nicht ordnungsgemäß übertragen.
- Weitere Informationen finden Sie in der Anwendungs- und Gebrauchsanweisung in der App.0.5

4. Festlegen von Maßeinheit, Datum und Uhrzeit

Maßeinheit, Datum und Uhrzeit müssen eingestellt werden, bevor die erste Messung vorgenommen wird, bzw. nachdem die Batterien ausgetauscht wurden.

- Datum und Uhrzeit können auch von der App OMRON connect aus eingestellt werden.

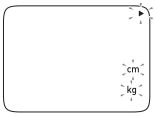
1. Drücken Sie die Taste (ON/OFF), um das Gerät einzuschalten.

„kg&cm“ blinkt im Display.

2. Legen Sie die Maßeinheit fest.

Drücken Sie zum Einstellen die Taste (▶) und zum Bestätigen die Taste (SET).

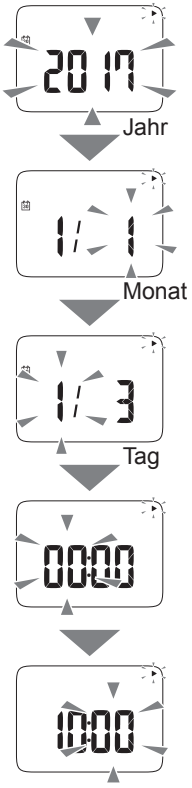
- Die Standardmaßeinheit ist „kg & cm“.
- Sie können die Maßeinheit auf „lb & inch“ oder „st-lb & inch“ ändern.



3. Stellen Sie das korrekte Datum und die richtige Uhrzeit für das Gerät ein.

Drücken Sie zum Einstellen die Taste (▶) und zum Bestätigen die Taste (SET).

- Einstellbereich für das Jahr: 2017 bis 2045.
- Für die Uhrzeit wird das 24-Stunden-System verwendet.
- Drücken und halten Sie die Taste (▶), um Werte für Jahr, Datum, Stunde und Minute schnell in Zehnerschritten zu erhöhen.



Nachdem die Einstellungen für Maßeinheit, Jahr, Monat, Tag, Stunde und Minute in dieser Reihenfolge angezeigt wurden, schaltet das Gerät automatisch ab.

HINWEISE

- Falls Ihnen beim Einstellen ein Fehler unterläuft, drücken Sie die Taste (ON/OFF), um das Gerät auszuschalten und beginnen Sie wieder mit „Schritt 1“.
- Falls das Gerät 3 Minuten lang nicht benutzt wurde, schaltet es sich automatisch ab. Legen Sie Maßeinheit, Datum und Uhrzeit erneut fest.
- Um Maßeinheit, Datum oder Uhrzeit zu ändern, entfernen Sie die Batterien und warten Sie mindestens 20 Sekunden lang. Legen Sie die dann die Batterien ein und legen Sie die betreffenden Werte erneut fest.

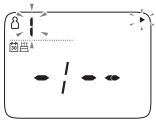
5. Eingabe der persönlichen Daten

Für die Messung der Körperzusammensetzung müssen bestimmte persönliche Daten erfasst werden (Geburtsdatum, Geschlecht, Größe). Die registrierten Daten können für bis zu vier Personen gespeichert werden.

- Die persönlichen Daten können auch von der App OMRON connect aus eingegeben werden.

1. Drücken Sie die Taste (ON/OFF), um das Gerät einzuschalten.

Das Gerät wird eingeschaltet. Die Profilnummer 1 blinkt. Geburtsdatum (- / - -) wird angezeigt.



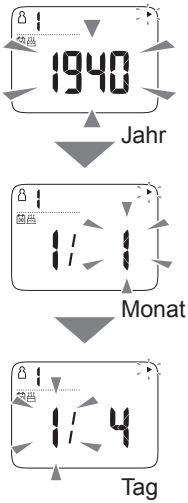
2. Wählen und bestätigen Sie Ihre Profilnummer.

Drücken Sie die Taste (▶), um Ihre Profilnummer auszuwählen und drücken Sie die Taste (SET) zum Bestätigen.

3. Einstellen des Geburtsdatums.

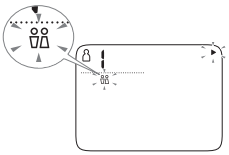
Drücken Sie zum Einstellen des Geburtsdatums die Taste (▶) und zum Bestätigen die Taste (SET).

- Einstellbereich für das Jahr: 1900 bis 2045.
- Drücken und halten Sie die Taste (▶), um Werte für Jahr und Datum schnell in Zehnerschritten zu erhöhen.



4. Einstellen des Geschlechts

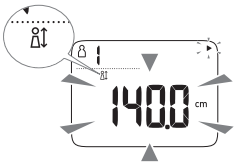
Drücken Sie zum Einstellen die Taste (▶), um das Geschlecht ♂ (MALE) (Männlich) oder ♀ (FEMALE) (Weiblich) auszuwählen und bestätigen Sie mit der Taste (SET).



5. Einstellen der Körpergröße.

Drücken Sie zum Einstellen der Körpergröße die Taste (▶) und zum Bestätigen die Taste (SET).

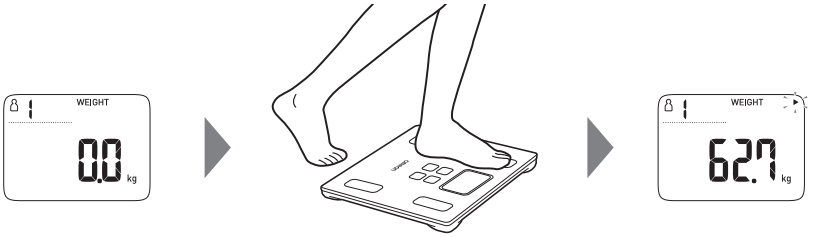
- Halten Sie diese Taste gedrückt, um den Wert in Zehnerschritten (oder 1 Zoll) schnell zu erhöhen.
- Die gewählten Angaben werden zur Bestätigung angezeigt. Anschließend erscheint im Display „0.0 kg“.



DE

6. Stellen Sie sich auf das Gerät, um eine Messung vorzunehmen, wenn „0.0 kg“ angezeigt wird.

Die Daten für Körpergewicht und Körperzusammensetzung werden im Gerät gespeichert, um die automatische Erkennung zu ermöglichen.
Nach einem kurzen Augenblick werden die Messergebnisse wie folgt angezeigt.



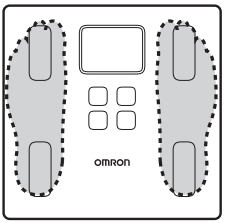
7. Steigen Sie vom Gerät herunter, nachdem die Messergebnisse angezeigt wurden.
Die Eingabe der persönlichen Daten ist abgeschlossen.

8. Drücken Sie die Taste (ON/OFF) (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.
Um weitere persönliche Daten hinzuzufügen, beginnen Sie mit „Schritt 1“.

6. Dies ist bei der Durchführung einer korrekten Messung zu beachten

6.1 Korrekte Haltung während der Messung

Stellen Sie sich barfuß auf das Gerät. Positionieren Sie Ihre Füße wie angezeigt in der Mitte des Geräts.



Hinweis

- Wenn Sie sich mit Socken oder Schuhen auf das Gerät stellen, wird die Messung ungenau.



Beugen Sie nicht die Knie während der Messung.

Führen Sie die Messung auf einem harten und ebenen Fußboden durch.

Hinweis

- Eine gepolsterte Bodenoberfläche, etwa eine Matte oder ein Teppich, kann ungenaue Messungen zur Folge haben.

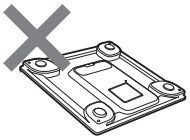
6.2 Informationen über die „0-kg-Korrektur“ (Vorsicht beim Lagern)

Wenn das Gerät nicht verwendet wird, korrigiert es die Genauigkeit automatisch in regelmäßigen Abständen.

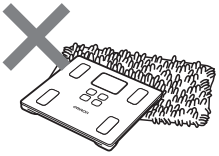
- Wenn das Gerät wie unten gezeigt positioniert wird, funktioniert die Genauigkeitskorrektur nicht. Führen Sie die 0-kg- Korrektur durch, bevor Sie eine Messung vornehmen.



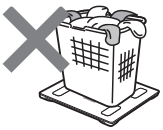
Das Gerät ist gegen eine Wand oder andere Gegenstände gelehnt



Das Gerät liegt umgedreht

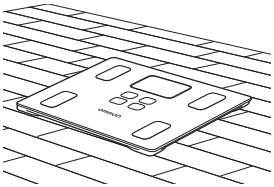


Das Gerät liegt auf einem anderen Gegenstand



Ein Gegenstand liegt auf dem Gerät

6.3 So wird die „0-kg-Korrektur“ durchgeführt



1. **Stellen Sie das Gerät auf einen harten, ebenen Fußboden.**

2. **Drücken Sie die Taste (ON/OFF), um das Gerät einzuschalten.**

3. **Wählen Sie Ihre Profilnummer oder „👤“.**

Wählen Sie mit der Taste (▶) Ihre Profilnummer oder „👤“ und bestätigen Sie mit der Taste (SET).

4. **Wenn „0.0 kg“ angezeigt wird, drücken Sie die Taste (ON/OFF) (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.**

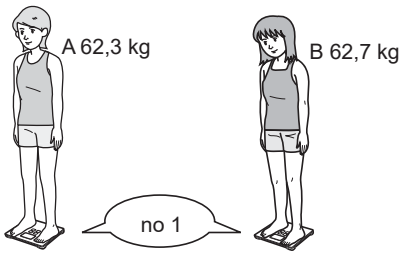
So wird die „0-kg-Korrektur“ abgeschlossen. Warten Sie fünf Sekunden und führen Sie dann eine Messung durch.

7. Durchführung einer Messung

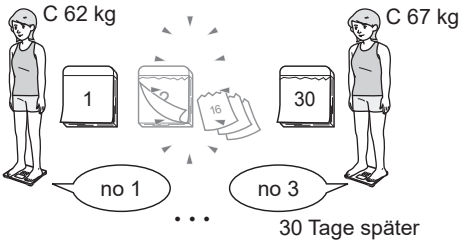
Wenn eine Person sich auf das Gerät stellt, wird es eingeschaltet, erkennt automatisch die Profilnummer und beginnt mit der Messung.

In den folgenden Fällen kann eine falsche Profilnummer angezeigt sein.

- Es werden Personen mit ähnlichem Körpertyp und Körpergewicht gemessen.



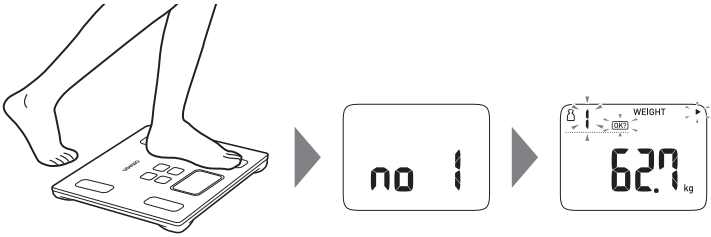
- Ihr Körpergewicht hat sich seit der letzten Messung geändert.



Wenn die Profilnummer weiterhin falsch erkannt wird, wählen Sie Ihre Profilnummer und führen Sie eine Messung durch. (Siehe Abschnitt 9.)

1. Eine Messung vornehmen wenn das Gerät ausgeschaltet ist.

Wenn Sie sich auf das Gerät stellen, wird es automatisch eingeschaltet.



2. Wenn die Profilnummer und die Messergebnisse angezeigt werden, ist die Messung abgeschlossen.

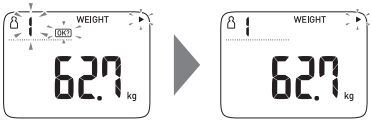
Steigen Sie vom Gerät herunter.

3. Bestätigen Sie Ihre Profilnummer.

■ Wenn Ihre Profilnummer korrekt ist ...

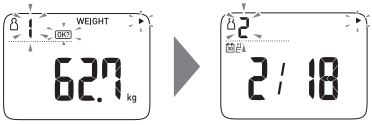
Drücken Sie die Taste SET, um Ihre Profilnummer zu bestätigen. OK? wird nicht mehr angezeigt.

Auch wenn beim Ausschalten des Geräts OK? blinkt, werden die Ergebnisse als Messwert für die angezeigte Profilnummer gespeichert.



■ Wenn Ihre Profilnummer nicht richtig ist ...

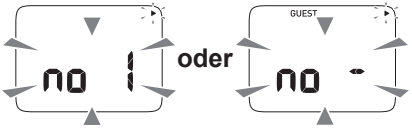
Wählen Sie vor dem Ausschalten mit der Taste ▶ Ihre Profilnummer und bestätigen Sie mit der Taste SET.



■ Wenn Sie Ihre Profilnummer irrtümlicherweise bestätigt haben ...

Drücken Sie vor dem Ausschalten die Taste SET, damit Sie Ihre Profilnummer erneut auswählen können.

Wenn „no 1“ bis „no 4“ auf dem Display blinken oder GUEST angezeigt wird, wurden Ihre persönlichen Daten nicht im Gerät erfasst.
Registrieren Sie Ihre persönlichen Daten.
Sie können auch den Gastmodus (GUEST) verwenden.



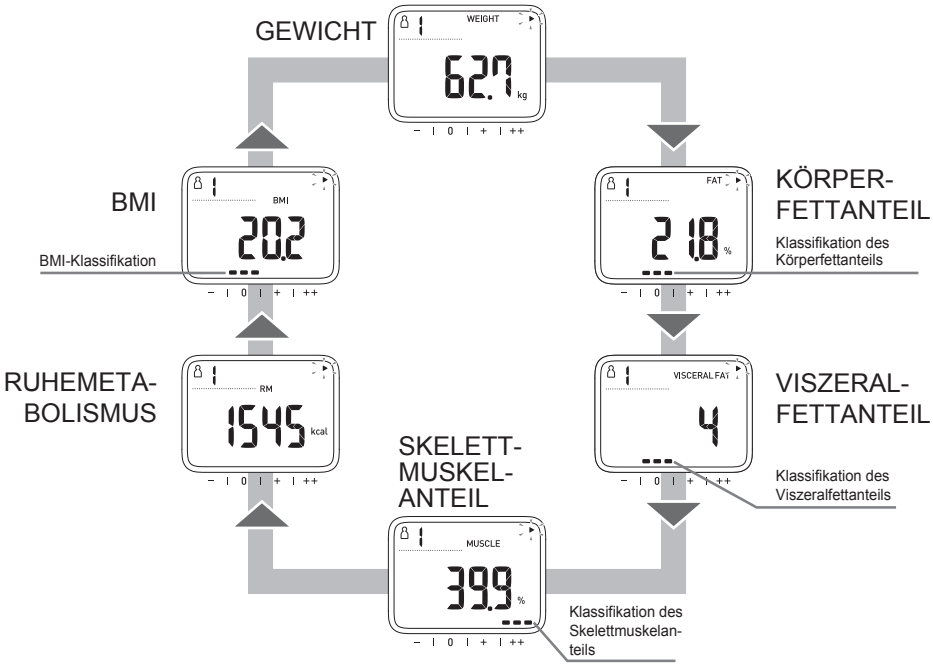
4. Überprüfen Sie die Messergebnisse.

Die Anzeige der Messergebnisse wechselt automatisch wie unten gezeigt.

Wenn Sie Ihre Profilnummer bestätigt haben, können Sie mit der Taste ▶ zu einem bestimmten Messergebnis wechseln.

Hinweis

- Verwenden Sie die Anzeige für Körperfettanteil, Viszeralfettanteil, Skelettmuskelanteil und BMI-Klassifizierung als Orientierung für die Messung.
- Aufschlussreiche Hinweise zu den Messergebnissen finden Sie in den Informationen und Diagrammen in den Abschnitten 17 und 18.



5. Drücken Sie die Taste (ON/OFF) (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.

Falls das Gerät 3 Minuten lang nicht benutzt wurde, schaltet es sich automatisch ab.

Nutzung der Speicherfunktion

8. Überprüfung der Messergebnisse auf Ihrem Mobilgerät

Befolgen Sie die Anweisungen in der App OMRON connect, um Ihre Messergebnisse anzuzeigen.

Auf diese Weise können Sie die Entwicklung Ihrer Gesundheitsparameter wie Gewicht und Körperzusammensetzung auf Ihrem Mobilgerät verfolgen.

Hinweis

- Die App OMRON connect muss auf Ihrem Mobilgerät installiert sein. (Siehe Abschnitt 3.)

DE

Falls erforderlich

9. Wählen Ihrer Profilnummer und Durchführung einer Messung

Wenn Ihre Profilnummer mehrfach nicht erkannt wird, wählen Sie Ihre Profilnummer wie folgt und führen Sie eine Messung durch.

1. Drücken Sie die Taste (ON/OFF), um das Gerät einzuschalten.

Das Gerät wird eingeschaltet. Die Profilnummer 1 blinkt.

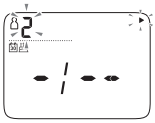


2. Wählen Sie Ihre Profilnummer.

Wählen Sie Ihre Profilnummer mit der Taste (▶).

Wenn das Geburtsdatum (- / - -) angezeigt wird,
wurden Ihre persönlichen Daten nicht unter Ihrer Profilnummer registriert.

Registrierung Ihrer persönlichen Daten. (Siehe Abschnitt 5.)



3. Drücken Sie die Taste (SET), um Ihre Profilnummer zu bestätigen.

„0.0 kg“ wird angezeigt.

4. Nehmen Sie eine Messung vor, wenn „0.0 kg“ angezeigt wird.

Stellen Sie sich auf das Gerät.



5. Überprüfen Sie die Messergebnisse.

Die Anzeige mit den Messergebnissen wechselt automatisch.

6. Drücken Sie die Taste (ON/OFF) (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.

Falls das Gerät 3 Minuten lang nicht benutzt wurde, wird es ausgeschaltet.

Falls erforderlich

10. Gastmodus (Guest – nicht erfasst)

Wenn dieser Modus verwendet wird, werden Ihre Messergebnisse nicht gespeichert.

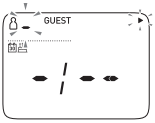
1. Drücken Sie die Taste (ON OFF), um das Gerät einzuschalten.

Das Gerät wird eingeschaltet. Die Profilnummer 1 blinkt.



2. Wählen und bestätigen Sie „ – “.

Wählen Sie mit der Taste (▶) GUEST (Gast) und bestätigen Sie mit der Taste (SET).

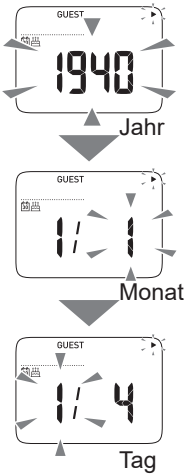


3. Geben Sie die persönlichen Daten ein.

3.1 Einstellen des Geburtsdatums

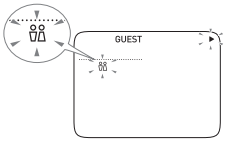
Drücken Sie zum Einstellen des Geburtsdatums die Taste (▶) und zum Bestätigen die Taste (SET).

- Einstellbereich für das Jahr: 1900 bis 2045.
- Drücken und halten Sie die Taste (▶), um Werte für Jahr und Datum schnell in Zehnerschritten zu erhöhen.



3.2 Einstellen des Geschlechts

Drücken Sie zum Einstellen die Taste (▶), um das Geschlecht ♂ (MALE) (Männlich) oder ♀ (FEMALE) (Weiblich) auszuwählen und bestätigen Sie mit der Taste (SET).



3.3 Einstellen der Körpergröße

Drücken Sie zum Einstellen der Körpergröße die Taste (▶) und zum Bestätigen die Taste (SET).

- Halten Sie diese Taste gedrückt, um den Wert in Schritten von 10 cm (1 Zoll) schnell zu erhöhen.



Die gewählten Einstellungen werden zur Bestätigung angezeigt. Anschließend erscheint auf dem Display „0.0 kg“.

Falls das Gerät nach der Anzeige von „0.0 kg“ 1 Minute lang nicht benutzt wurde, schaltet es sich automatisch ab.

DE

4. Nehmen Sie eine Messung vor, wenn „0.0 kg“ angezeigt wird.

Stellen Sie sich auf das Gerät.



5. Überprüfen Sie die Messergebnisse.

Die Anzeige mit den Messergebnissen wechselt automatisch.

6. Drücken Sie die Taste (ON/OFF) (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.

Falls das Gerät 3 Minuten lang nicht benutzt wurde, schaltet es sich automatisch ab.

Falls erforderlich

11. Nur das Gewicht messen

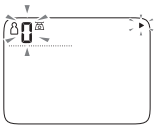
Wenn dieser Modus verwendet wird, wird Ihr Messergebnis nicht gespeichert.

1. Drücken Sie die Taste (ON/OFF), um das Gerät einzuschalten.

Das Gerät wird eingeschaltet. Die Profilnummer 1 blinkt.

2. Wählen und bestätigen Sie „1“.

Wählen Sie mit der Taste (▶) die Option „1“ und bestätigen Sie mit der Taste (SET).



3. Stellen Sie sich auf das Gerät, wenn auf dem Display „0.0 kg“ angezeigt wird.



4. Überprüfen Sie das Messergebnis.

Ihr Gewicht erscheint auf dem Display und blinkt. Dies bedeutet, dass die Messung abgeschlossen ist.

5. Drücken Sie die Taste (ON/OFF) (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.

Falls das Gerät 3 Minuten lang nicht benutzt wurde, schaltet es sich automatisch ab.

Falls erforderlich

12. Ändern oder Löschen Ihrer persönlichen Daten

1. Drücken Sie die Taste (ON/OFF), um das Gerät einzuschalten.
Das Gerät wird eingeschaltet. Die Profilnummer 1 blinkt.



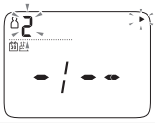
2. Wählen Sie Ihre Profilnummer.

Drücken Sie die Taste (▶), um die Profilnummer auszuwählen.

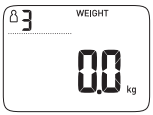


Wenn das Geburtsdatum (- / - -) angezeigt wird,

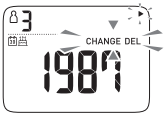
werden Ihre persönlichen Daten nicht unter Ihrer Profilnummer registriert.
Registrierung Ihrer persönlichen Daten. (Siehe Abschnitt 5.)



3. Drücken Sie die Taste (SET), um die Profilnummer zu bestätigen.
„0.0 kg“ wird angezeigt.



4. Drücken Sie die Taste (SET).
„CHANGE“ (Ändern) und „DEL“ (Löschen) blinken.



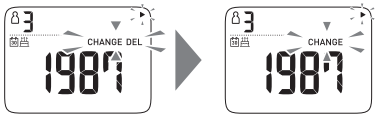
5. Wählen Sie „CHANGE“ oder „DELETE“, um die persönlichen Daten zu ändern bzw. zu löschen.

- Selbst wenn die persönlichen Daten geändert werden, werden die Messergebnisse weder geändert noch gelöscht. Wenn Sie die Profilnummer einer anderen Person verwenden, löschen Sie zunächst die persönlichen Daten und geben Sie sie erneut ein.

Ändern Ihrer persönlichen Daten

(Die Messergebnisse werden nicht gelöscht)

1. Drücken Sie die Taste (▶), um „CHANGE“ auszuwählen.



2. Drücken Sie die Taste (SET).
Das Jahr blinkt.



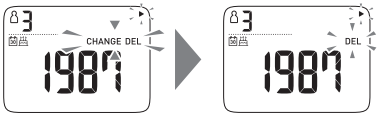
3. Ändern Sie Geburtsdatum, Geschlecht und Größe gemäß Schritt 3 bis Schritt 5 in Abschnitt 5.

- Wenn Sie eine nicht bestätigte Änderung abbrechen möchten, drücken Sie die Taste (ON/OFF) (mindestens zwei Sekunden lang), um das Gerät auszuschalten.
- Die nicht übertragenen Messergebnisse werden nicht verändert.

Löschen Ihrer persönlichen Daten

(Die Messergebnisse werden ebenfalls gelöscht)

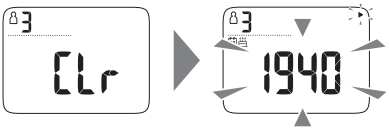
1. Drücken Sie die Taste (▶), um „DEL“ auszuwählen.



2. Drücken Sie die Taste (SET).
OK? blinkt.



3. Drücken Sie die Taste (SET) erneut.



DE

Falls erforderlich

13. Löschen der Kommunikationseinstellungen

Wenn Sie die App OMRON connect nicht mehr verwenden oder die Kommunikationseinstellungen auf Ihrem Mobilgerät löschen wollen, gehen Sie wie folgt vor. Alle auf dem Gerät gespeicherten Kommunikationseinstellungen werden gelöscht.

1. **Drücken Sie die Taste (✱) und halten Sie sie mindestens 2 Sekunden lang gedrückt.**

„P“ und das Bluetooth-Symbol blinken.



2. **Drücken Sie die Taste (✱) erneut und halten Sie sie wieder mindestens 2 Sekunden lang gedrückt.**

„ OK? “ und „CLr“ blinken.



3. **Drücken Sie zur Bestätigung die Taste (SET).**

Falls das Gerät nach Anzeige von „CLr“ 10 Minuten lang nicht benutzt wurde, schaltet es sich automatisch ab.



Falls erforderlich

14. Pflege/Wartung und Lagerung

Reinigung des Geräts

- Halten Sie das Gerät vor Verwendung sauber.
- Wischen Sie das Gerät mit einem weichen trockenen Tuch ab. Wischen Sie das Gerät bei Bedarf mit einem mit Wasser und Reinigungsmittel befeuchteten und gut ausgewrungenen Tuch ab. Anschließend wischen Sie es mit einem trockenen Tuch ab.
- Verwenden Sie weder Benzol noch Verdünner oder andere schnell verdunstende Lösungsmittel, um das Gerät abzuwischen.
- Waschen Sie das Gerät nicht mit Wasser.

Pflege und Lagerung

- Das Gerät nicht unter folgenden Bedingungen lagern:
  - In feuchten Räumen, wo Feuchtigkeit oder Wasser in das Gerät gelangen können
  - Bei hohen Temperaturen, direktem Sonnenlicht oder an staubigen Orten
  - An Orten, wo es plötzlichen Stößen oder Erschütterungen ausgesetzt werden kann
  - An Lagerplätzen von chemischen Substanzen oder Orten mit ätzenden Gasen.
- Nehmen Sie selbst keine Reparaturen vor. Dieses Produkt wurde bei der Herstellung kalibriert. Falls Sie Zweifel an der Messgenauigkeit haben sollten, wenden Sie sich an Ihren OMRON-Vertragshändler. Im Allgemeinen wird empfohlen, das Gerät alle 2 Jahre einer Inspektion zu unterziehen, damit ordnungsgemäße Funktion und Genauigkeit gewährleistet sind.

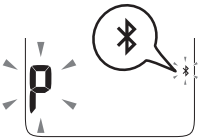
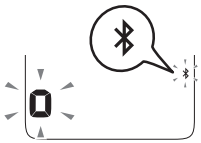
Falls erforderlich

15. Fehlersuche und -behebung

Falls während der Messung eines der folgenden Probleme auftreten sollte, prüfen Sie zunächst, ob sich in einem Umfeld von 30 cm ein anderes elektrisches Gerät befindet. Falls das Problem weiterhin bestehen sollte, schauen Sie in der folgenden Tabelle nach.

Fehleranzeige	Ursache	Fehlerbehebung
Err 1	Sie sind während einer Körperanalyse vom Gerät getreten.	Verlassen Sie das Gerät nicht, bevor die Körperanalyse abgeschlossen ist. (Siehe Abschnitt 6.)
	Ihre Fußsohlen sind nicht in festem Kontakt mit den Elektroden.	Achten Sie darauf, dass Sie richtig auf dem Gerät stehen. Stellen Sie dazu Ihre Fußsohlen während der Messung fest auf die Elektroden. (Siehe Abschnitt 6.)
Err2	Die Haltung bei der Messung ist falsch. Ihre Sohlen haben keinen festen Kontakt mit den Elektroden oder Ihre Fußsohlen sind trocken.	Stehen Sie mit durchgedrückten Knien und geradem Rücken. Stellen Sie Ihre Füße fest auf die Elektroden und bewegen Sie die Füße bei einer Messung nicht. (Siehe Abschnitt 6.) Feuchten Sie Ihre Fußsohlen mit einem feuchten Handtuch leicht an und versuchen Sie es noch einmal.
Err5	Nach Einstellen von Datum und Uhrzeit wurde das Gerät berührt oder verwendet, bevor das Display automatisch ausging.	Batterie herausnehmen und wieder einlegen. Gerät einschalten und ab Punkt „Koppeln des Geräts mit Ihrem Mobilgerät“ neu beginnen. (Siehe Abschnitt 3.) • Wenn Datum und Uhrzeit angezeigt werden, abwarten, bis das Gerät von selbst ausgeht.
	Gerätefehler.	Batterie herausnehmen und wieder einlegen. Danach das Gerät erneut einschalten. Wenn die Fehlermeldung weiterhin angezeigt wird, wenden Sie sich an den OMRON-Kundendienstmitarbeiter.
Err6	Verbindungsfehler.	Schalten Sie das Gerät in diesem Fall aus und versuchen Sie erneut, eine Verbindung herzustellen. Wenn die Fehlermeldung erneut angezeigt wird, wenden Sie sich an den OMRON-Kundendienstmitarbeiter.
Err	Sie haben sich während der Messung bewegt.	Bewegen Sie sich nicht während der Messung.
	Ihr Körpergewicht liegt nicht im Messbereich.	
Err	Verbindungsfehler.	Bestätigen Sie die Meldung auf Ihrem Mobilgerät und befolgen Sie die Anweisungen in der App OMRON connect. Weitere Details dazu finden Sie unter „Hilfe“ in der App OMRON connect.
	Die Batterien sind fast leer.	Es wird empfohlen, die Batterien gegen neue auszutauschen, bevor sie ganz leer sind. (Siehe Abschnitt 2.)
	Die Batterien sind leer.	Tauschen Sie die Batterien aus. (Siehe Abschnitt 2.)

DE

Problem	Ursache	Fehlerbehebung
 blinkt	24–29 Messergebnissätze wurden gespeichert.	Übermitteln Sie die Messergebnisse in die App OMRON connect, dann wird dieses Symbol ausgeblendet.
	30 Messergebnissätze wurden gespeichert.	Wenn die Anzahl 30 überschreitet, werden die ältesten Ergebnisse gelöscht. Übertragen Sie die Messergebnisse in die App OMRON connect, dann wird dieses Symbol ausgeblendet.
	Sie haben die Taste ᛒ gedrückt und mindestens 2 Sekunden lang gehalten.	Dies wird angezeigt, wenn Sie Ihr Gerät mit Ihrem Mobilgerät koppeln. Befolgen Sie die Anweisungen in der App OMRON connect. Drücken Sie die Taste ON/OFF (mindestens zwei Sekunden lang), um die Koppelung zu beenden.
	Sie haben die Taste ᛒ gedrückt.	Dies wird angezeigt, wenn die Daten auf Ihr Mobilgerät übertragen werden. Befolgen Sie die Anweisungen in der App OMRON connect. Drücken Sie die Taste ON/OFF (mindestens zwei Sekunden lang), um die Übertragung zu beenden.
	Während „P“ und das Bluetooth-Symbol blinkten, haben Sie die Taste ᛒ gedrückt und mindestens 2 Sekunden lang gehalten.	Dies wird angezeigt, wenn Sie die Kommunikationseinstellungen löschen. (Siehe Abschnitt 13.) Drücken Sie die Taste ON/OFF (mindestens zwei Sekunden lang), um den Vorgang zu beenden.
Nachdem Sie das Gerät eingeschaltet haben, wird nichts angezeigt. Nachdem Sie sich auf das Gerät gestellt haben, wird nichts angezeigt.	Es wurden keine Batterien eingelegt.	Legen Sie die Batterien ein.
	Die Batterien sind falsch eingelegt.	Legen Sie die Batterien mit der richtigen Ausrichtung ein.
	Die Batterien sind erschöpft.	Wechseln Sie alle vier Batterien gegen neue aus.
Nachdem Sie die Batterien ausgetauscht haben, wird nichts angezeigt, wenn Sie sich auf das Gerät stellen.	Nach dem Austauschen der Batterien haben Sie Maßeinheit, Datum und Uhrzeit nicht festgelegt.	Legen Sie Maßeinheit, Datum und Uhrzeit fest. (Siehe Abschnitt 4.)
	Ihr Körpergewicht ist zu niedrig. (Unter 12 kg)	Wählen Sie eine Profilnummer, bevor Sie eine Messung vornehmen.
Für einige Ergebnisse wird „- - - - -“ angezeigt.	Die erfassten Daten oder Werte für die Körperzusammensetzung lagen außerhalb des Messbereichs.	Prüfen Sie, ob die Einstellungen für Geburtsdatum, Geschlecht und Größe korrekt sind. Auch wenn diese Einstellungen korrekt sind, wird „- - - - -“ angezeigt, falls Sie außerhalb des anzeigbaren oder unterstützten Altersbereichs liegen.

Problem	Ursache	Fehlerbehebung
Das Messergebnis ist höher oder niedriger als das tatsächliche Ergebnis. Die Ergebnisse unterscheiden sich von Messung zu Messung erheblich.	Ihre Haltung während einer Messung ist nicht korrekt.	Führen Sie eine Messung mit korrekter Haltung durch.
	Sie führen eine Messung auf einem Teppich oder gepolsterten bzw. unebenen Fußboden durch.	Führen Sie eine Messung auf einem harten und ebenen Fußboden durch.
	Ihre Fußsohlen und Ihr Körper sind kalt. Dies beeinträchtigt den Blutkreislauf.	Wärmen Sie Ihren Körper auf, damit sich der Blutkreislauf normalisiert, bevor Sie eine Messung durchführen.
	Die Fußelektroden sind sehr kalt.	Lassen Sie das Gerät eine Zeit lang in einem warmen Raum, bevor Sie eine Messung durchführen.
	Ihre Fußsohlen sind trocken.	Feuchten Sie Ihre Fußsohlen mit einem feuchten Handtuch leicht an, bevor Sie eine Messung durchführen.
	Die „0-kg-Korrektur“ wurde nicht ordnungsgemäß durchgeführt.	Führen Sie die „0-kg-Korrektur“ durch. (Siehe Abschnitt 6,3.)
Sie wurden nicht korrekt erkannt.	Ihr Körpergewicht hat sich seit der letzten Messung stark geändert.	Wählen Sie eine Profilnummer, bevor Sie eine Messung vornehmen. (Siehe Abschnitt 9.)
	Ihr Körpertyp ähnelt einer anderen registrierten Person.	
	Die Messergebnisse einer anderen Person wurden gespeichert.	
Sie möchten die Körperzusammensetzung messen, aber nur das Körpergewicht wird angezeigt.	Weder Profilnummer noch GUEST wurden ausgewählt. (Weder Profilnummer noch GUEST werden angezeigt.	Wählen Sie eine Profilnummer oder GUEST, bevor Sie eine Messung vornehmen.
Eine Taste reagiert nicht.	Sie haben eine Taste gedrückt, während Sie auf dem Gerät standen.	Steigen Sie vom Gerät herunter und drücken Sie dann die Taste.
	Die Taste ist feucht oder verschmutzt.	Wischen Sie die Feuchtigkeit oder die Verschmutzung ab, bevor Sie eine Messung vornehmen.
	Sie haben zwei oder mehr Tasten gleichzeitig gedrückt.	Drücken Sie jeweils eine Taste.
Wenn Sie nichts tun, schaltet sich das Gerät aus.	Siehe „Informationen zur Abschaltung“. (Siehe Abschnitt 2.)	
Daten konnten nicht übertragen werden.	Weitere Details dazu finden Sie unter „Hilfe“ in der App OMRON connect.	

Falls erforderlich

16. Technische Daten

Produktkategorie	**Körperanalysegeräte**	
Produktbeschreibung	**Körperanalysegerät**	
Modell (Artikelnummer)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Display*	**Körpergewicht:**	2,0 bis 150,0 kg in 0,1-kg-Schritten (4,4 bis 330,0 lb in 0,2-lb-Schritten) (0 st 4,4 lb bis 23 st 8,0 lb in 0,2-lb-Schritten)
	Körperfettanteil:	5,0 bis 60,0 % in 0,1-%-Schritten
	Skelettmuskelanteil:	5,0 bis 50,0 % in 0,1-%-Schritten
	BMI:	7,0 bis 90,0 in 0,1-Schritten
	Ruhemetabolismus:	385 bis 3.999 kcal in 1-kcal-Schritten
	Viszeralfettanteil:	30 Stufen in 1er-Schritten
	Körperfettanteil, Skelettmuskelanteil und BMI-Klassifizierung: – (Niedrig) / 0 (Normal) / + (Hoch) / ++ (Sehr hoch) 4 Stufen	
	Klassifikation des Viszeralfettanteils: 0 (Normal) / + (Hoch) / ++ (Sehr hoch) 3 Stufen * Der Altersbereich für die Klassifizierung des Körperfettanteils liegt zwischen 10 und 80 Jahren. * Der Altersbereich für den Skelettmuskelanteil, die Klassifizierung des Skelettmuskelanteils, den Viszeralfettanteil, die Klassifizierung des Viszeralfettanteils und den Ruhemetabolismus liegt zwischen 18 und 80 Jahren.	
Übertragungsprotokoll	**Bluetooth®** Low-Energy-Technologie	
Drahtlose Kommunikation	**Frequenzbereich:**	2,4 GHz (2.400 – 2.483,5 MHz)
	Modulation:	GFSK
	Effektive Strahlungsleistung:	<20 dBm
Einstellbare Werte*	Die folgenden Informationen können für bis zu vier Personen gespeichert werden.	
	Maßeinheit	kg & cm / lb & inch / st-lb & inch
	Geburtsdatum	1. Januar 1900 bis 31. Dezember 2045
	Geschlecht	Männlich/Weiblich
	Größe	100,0 bis 199,5 cm in 0,5-cm-Schritten (3' 4" bis 6' 6 1/2" in 1/4"-Schritten)
	* Wenn eine Person kleiner als 100,0 cm oder mehr als 199,5 cm misst, sind die Messergebnisse für BMI und Körperzusammensetzung Orientierungswerte.	
Wiegegenauigkeit	2,0 kg bis 40,0 kg: ±0,4 % (4,4 lb bis 88,2 lb: ±0,88 lb) (4,4 lb bis 6 st 4,2 lb: ±0,88 lb)	
	40,0 kg bis 150,0 kg: ± 1 % (88,2 lb bis 330,0 lb: ±1 %) (6 st 4,2 lb bis 23 st 8,0 lb: ±1 %)	
Genauigkeit (SEE - Standardfehler des Schätzwerts)	**Körperfettanteil:**	3,5 %
	Skelettmuskelanteil:	3,5 %
	Viszeralfettanteil:	3 Stufen

Nutzungsdauer	5 Jahre
IP-Klassifizierung	IP21* * Die IP-Klassifizierung gibt den Schutzgrad von Gehäusen gemäß IEC 60529 an. Dieses Gerät ist gegen Eindringen von festen Fremdkörpern mit einem Durchmesser von 12,5 mm oder mehr, wie etwa einem Finger, geschützt. Dieses Gerät ist gegen senkrecht fallende Wassertropfen geschützt, die im Normalbetrieb zu Störungen führen können.
Stromversorgung	4 AA-Alkalibatterien (LR03)
Batterielebensdauer	Etwa sechs Monate (Wenn AAA-Alkalibatterien verwendet werden, bei täglich vier Messungen, vier Datenübertragungen und vier Personen bei einer Raumtemperatur von 23 °C.)
Betriebstemperatur/ Luftfeuchtigkeit/ Luftdruck	+5 °C bis +40 °C, 30 % bis 85 % relative Luftfeuchtigkeit (nicht kondensierend), 860 hPa - 1.060 hPa
Lagerungs- und Transporttemperatur/Luftfeuchtigkeit/Luftdruck	-20 °C bis +60 °C, 10 % bis 95 % relative Luftfeuchtigkeit (nicht kondensierend), 860 hPa - 1.060 hPa
Gewicht	Ungefähr 1,6 kg (einschließlich Batterien)
Äußere Abmessungen	Ca. 285 (B) × 28 (H) × 280 (T) mm (ca. 11 1/5" (B) × 1 1/10" (H) × 11" (T))
Inhalt	Körperanalysegerät, 4 AAA-Alkalibatterien (LR03), Installationsanleitung, Gebrauchsanweisung

Hinweis

- Technische Änderungen ohne vorherige Mitteilung vorbehalten.
- Bitte melden Sie dem Hersteller und der zuständigen Behörde des Mitgliedstaates, in dem Sie ansässig sind, alle schweren Vorfälle, die sich im Zusammenhang mit diesem Gerät ereignet haben.

CE 0197

Dieses Produkt arbeitet im lizenzfreien ISM-Band bei 2,4 GHz. Falls dieses Produkt in der Nähe anderer Geräte, die im selben Frequenzbereich wie dieses Produkt arbeiten, zum Beispiel Mikrowellengeräte oder Wireless-LAN, verwendet wird, kann es zu Störungen zwischen diesem Produkt und solch anderen Geräten kommen. Schalten Sie bei Auftreten solcher Störungen die anderen Geräte aus oder stellen Sie dieses Produkt vor der Verwendung an einem anderen Ort auf oder verwenden Sie dieses Produkt nicht in der Nähe von Wireless-Geräten.

DE

Die **Bluetooth®**-Wortmarke und -Logos sind eingetragene Marken der Bluetooth SIG, Inc. und die Verwendung solcher Marken durch OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. erfolgt in Lizenz.

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. erklärt hiermit, dass das Funkgerät vom Typ VIVA (HBF-222T-EBK) den Bestimmungen der Richtlinie 2014/53/EU entspricht.
Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: www.omron-healthcare.com.

„Apple“ und das Apple-Logo sind Marken von Apple Inc., eingetragen in den USA und in anderen Ländern.
„App Store“ ist eine Dienstleistungsmarke von Apple Inc.
„Android“ und das Logo „Google Play“ sind beides Marken von Google Inc.

Wichtige Informationen zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV).

HBF-222T-EBK (Hersteller: OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.) entspricht der Norm über elektromagnetische Verträglichkeit (EMV-Norm) EN60601-1-2:2015. Weitere Dokumentationen nach dieser EMV-Norm sind bei OMRON HEALTHCARE EUROPE unter der in dieser Gebrauchsanweisung genannten Adresse oder unter www.omron-healthcare.com erhältlich. Beachten Sie die EMV-Informationen bezüglich HBF-222T-EBK auf unserer Webseite.

Garantie

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. gewährt für dieses Gerät drei Jahre Garantie ab dem Kaufdatum. Die Garantie umfasst nicht die Batterien, die Verpackung und/oder Schäden, die durch missbräuchliche Verwendung durch den Benutzer entstanden sind (wie z. B. fallen lassen oder unsachgemäße Handhabung). Die der Garantie unterliegenden Produkte können nur bei Vorlage der Originalrechnung bzw. des Originalkassenbelegs ersetzt werden.

Ordnungsgemäße Entsorgung dieses Produkts (Elektromüll)



Die Kennzeichnung auf dem Produkt bzw. auf den dazugehörigen Dokumenten gibt an, dass es nach dem Ende seiner Nutzungsdauer nicht zusammen mit dem normalen Haushaltsmüll entsorgt werden darf. Um Schäden an der Umwelt oder Beeinträchtigung der menschlichen Gesundheit durch unkontrollierte Entsorgung zu vermeiden, trennen Sie dieses Gerät von anderen Müllkategorien und recyclen Sie verantwortungsbewusst, um die nachhaltige Wiederverwendung von Materialressourcen zu fördern.

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

Unternehmen müssen sich an Ihre Zulieferer wenden und die Geschäftsbedingungen des Kaufvertrags prüfen. Dieses Produkt darf nicht gemeinsam mit anderem Gewerbemüll entsorgt werden.

Dieses Produkt enthält keine gefährlichen Substanzen.
Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.

Beschreibung der Symbole, die je nach Modell auf dem Produkt selbst, auf der Verkaufsverpackung oder in der Gebrauchsanweisung zu finden sind.

	Anwendungsteil – Typ BF Schutzgrad in Bezug auf Stromschläge (Ableitstrom)	SN	Seriennummer
IP XX	Grad des Eindringschutzes gemäß IEC 60529		Temperaturbegrenzung
CE	CE-Kennzeichnung		Feuchtigkeitsbegrenzung
	GOST-R-Symbol		Luftdruckbegrenzung
	Symbol für eurasische Konformität	⎓	Gleichstrom
	Der Benutzer muss die Bedienungsanleitung lesen		Dieses Gerät darf nicht von Personen mit medizinischen Implantaten verwendet werden, zum Beispiel mit Herzschrittmacher, künstlichem Herz, künstlicher Lunge oder anderen elektronischen lebensunterstützenden Systemen.
MD	Medizinprodukt		Herstellungsdatum

17. Informationen zur Körperzusammensetzung

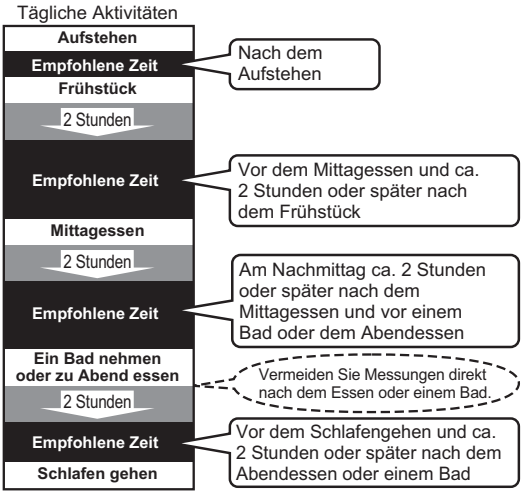
Prinzip der Berechnung der Körperzusammensetzung

Körperfett hat eine geringe elektrische Leitfähigkeit

Das VIVA ermittelt den Körperfettanteil mithilfe der bioelektrischen Impedanz (BI). Muskeln, Blutgefäße und Knochen sind Körpergewebe mit einem hohen Wassergehalt, die Strom gut leiten. Körperfett ist ein Gewebe mit einer geringen elektrischen Leitfähigkeit. Das VIVA sendet einen sehr schwachen elektrischen Strom von 50 kHz und weniger als 500 μA durch Ihren Körper, um den Anteil des Fettgewebes zu bestimmen. Diesen schwachen elektrischen Strom beim Betrieb des VIVA nehmen Sie nicht wahr. Die Waage bestimmt die Zusammensetzung Ihres Körpers über den elektrischen Widerstand, zusammen mit Größe, Gewicht, Alter und Geschlecht. Die Ergebnisse werden basierend auf den Daten von OMRON zur Körperzusammensetzung ermittelt.

Empfohlene Messzeiten

Damit Sie Übergewicht vorbeugen oder dieses reduzieren können, sollten Sie die normalen Veränderungen Ihres Körperfettanteils verstehen. Die Trends Ihres Körperfetts schätzen Sie richtig ab, wenn Sie wissen, zu welchen Zeiten sich der Körperfettanteil in Ihrem Tagesrhythmus ändert. Es empfiehlt sich, dieses Gerät immer in derselben Umgebung und unter denselben Alltagsbedingungen zu verwenden. (siehe Diagramm)



Nehmen Sie keine Messungen unter folgenden Bedingungen vor:

- Unmittelbar nach starker körperlicher Betätigung, nach dem Baden oder einem Saunagang.
- Nach dem Genuss von Alkohol oder dem Trinken einer großen Menge an Wasser, nach einer Mahlzeit (ca. 2 Stunden).

Wenn unter den nachfolgend genannten physikalischen Bedingungen eine Messung durchgeführt wird, kann die ermittelte Körperzusammensetzung erheblich vom tatsächlichen Wert abweichen, weil der Wassergehalt im Körper verändert ist.

Was bedeutet BMI (Body-Mass-Index)?

Der BMI gibt mithilfe der folgenden einfachen Formel das Verhältnis zwischen Gewicht und Körpergröße eines Menschen an.

BMI = Gewicht (kg) / Körpergröße (m) / Körpergröße (m)

Das OMRON VIVA berechnet Ihre BMI-Klassifizierung unter Verwendung Ihrer unter der Profilnummer gespeicherten oder in der Betriebsart GUEST eingegebenen Körpergröße.
Liegt der durch den BMI ermittelte Fettanteil über dem internationalen Standard, treten bei Ihnen mit höherer Wahrscheinlichkeit bestimmte verbreitete Krankheiten auf. Jedoch werden nicht alle Fettarten im BMI erfasst.

Was ist der Körperfettanteil?

Unter Körperfettanteil versteht man den in Prozent ausgedrückten Anteil der Fettmasse des Körpers am Gesamtkörpergewicht.

Körperfettanteil (%) = {Körperfettmasse (kg) / Körpergewicht (kg)} × 100

Das VIVA bestimmt den Körperfettanteil mithilfe der bioelektrischen Impedanzanalyse (BIA).
Je nachdem, wo im Körper das Fett angelagert ist, wird es als viszerales oder subkutanes Fett bezeichnet.

Was ist der Viszeralfettanteil?

Viszerales Fett = Fett um die inneren Organe herum

Man geht davon aus, dass zu viel viszerales Fett direkt mit erhöhten Fettwerten im Blut zusammenhängt, was zu verbreiteten Krankheiten wie Hyperlipidämie und Diabetes führen kann, wodurch die Fähigkeit des Insulins, Energie aus der Blutbahn in die Zellen zu transportieren und zu verwenden, beeinträchtigt wird. Um solche verbreiteten Erkrankungen zu verhindern oder wenigstens zu mindern, ist es wichtig, den Anteil des viszeralen Fetts auf ein annehmbares Niveau zu senken. Menschen mit hohem Viszeralfettanteil haben meistens dicke Bäuche. Dies ist allerdings nicht immer so und ein hoher Viszeralfettanteil kann zu metabolischer Fettsucht führen. Bei der metabolischen Fettsucht (Viszeralfettsucht bei normalem Gewicht) liegt der Fettanteil über den Normalwerten, obwohl das Gewicht des Patienten für seine Größe normal oder sogar geringer ist als normal.

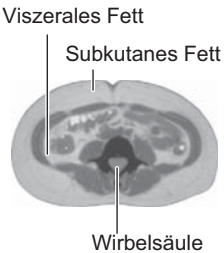


Beispiel für viszerales Fett (MRI-Bild)

Was ist subkutanes Fett?

Subkutanes Fett = Fett unter der Haut

Subkutanes Fett sammelt sich nicht nur um den Bauch herum an, sondern auch an Oberarmen, Hüften und Oberschenkeln und kann die Körperproportionen entstellen. Obwohl es nicht direkt mit einem erhöhten Krankheitsrisiko in Verbindung gebracht wird, so geht man doch davon aus, dass es den Druck auf das Herz erhöht und zu weiteren Komplikationen führen kann. Subkutanes Fett wird von diesem Gerät nicht angezeigt, aber es ist im prozentualen Körperfettanteil mit enthalten.



Beispiel für subkutanes Fett (MRI-Bild)

Was ist ein Skelettmuskel?

Muskeln werden in zwei Typen aufgeteilt: Muskeln in inneren Organen, wie z. B. das Herz, und Skelettmuskeln, die an Knochen angesetzt sind und zur Bewegung des Körpers dienen. Skelettmuskeln können durch Training und andere Aktivitäten wachsen. Durch die Erhöhung des Skelettmuskelanteils verbraucht der Körper Energie, die dann nicht in Fett umgewandelt wird. Dadurch wird es leichter, ein aktives Leben zu führen.

Was bedeutet Ruhemetabolismus?

Unabhängig von Ihrem Aktivitätsgrad ist eine minimale Energiemenge erforderlich, um die täglichen Körperfunktionen aufrechtzuerhalten. Dies wird „Ruhemetabolismus“ genannt. Der Wert weist darauf hin, wie viele Kalorien Sie aufnehmen müssen, damit Ihr Körper ordnungsgemäß funktioniert.

18. Messergebnisse – Interpretations-diagramme

Interpretation der Ergebnisse für den Körperfettanteil

	Alter	- (Niedrig)	0 (Normal)	+ (Hoch)	++ (Sehr hoch)
Weiblich	10	< 16,1 %	16,1 – 32,2 %	32,3 – 35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3 – 33,1 %	33,2 – 36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4 – 33,5 %	33,6 – 36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4 – 33,8 %	33,9 – 36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3 – 34,0 %	34,1 – 36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1 – 34,2 %	34,3 – 36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8 – 34,5 %	34,6 – 37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4 – 34,7 %	34,8 – 37,3 %	≧ 37,4 %
	18 – 39	< 21,0 %	21,0 – 32,9 %	33,0 – 38,9 %	≧ 39,0 %
	40 – 59	< 23,0 %	23,0 – 33,9 %	34,0 – 39,9 %	≧ 40,0 %
	60 – 80	< 24,0 %	24,0 – 35,9 %	36,0 – 41,9 %	≧ 42,0 %
Männlich	10	< 12,8 %	12,8 – 27,9 %	28,0 – 31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6 – 28,5 %	28,6 – 32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3 – 28,2 %	28,3 – 32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6 – 27,5 %	27,6 – 31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1 – 26,4 %	26,5 – 30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8 – 25,4 %	25,5 – 28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4 – 24,7 %	24,8 – 27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1 – 24,2 %	24,3 – 26,8 %	≧ 26,9 %
	18 – 39	< 8,0 %	8,0 – 19,9 %	20,0 – 24,9 %	≧ 25,0 %
	40 – 59	< 11,0 %	11,0 – 21,9 %	22,0 – 27,9 %	≧ 28,0 %
	60 – 80	< 13,0 %	13,0 – 24,9 %	25,0 – 29,9 %	≧ 30,0 %

H. D. McCarthy et al., veröffentlicht im International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, und von Gallagher et al., veröffentlicht im American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, die von OMRON HEALTHCARE in vier Stufen eingeteilt wurden.

Interpretation der Ergebnisse für den Viszeralfettanteil

Viszeralfettanteil	Klassifikation des Anteils
1 – 9	0 (Normal)
10 – 14	+ (Hoch)
15 – 30	++ (Sehr hoch)

Basierend auf Werten von OMRON HEALTHCARE

Interpretation der Ergebnisse für den Skelettmuskelanteil

	Alter	-(Niedrig)	0 (Normal)	+ (Hoch)	++ (Sehr hoch)
Weiblich	18 – 39	< 24,3 %	24,3 – 30,3 %	30,4 – 35,3 %	≧ 35,4 %
	40 – 59	< 24,1 %	24,1 – 30,1 %	30,2 – 35,1 %	≧ 35,2 %
	60 – 80	< 23,9 %	23,9 – 29,9 %	30,0 – 34,9 %	≧ 35,0 %
Männlich	18 – 39	< 33,3 %	33,3 – 39,3 %	39,4 – 44,0 %	≧ 44,1 %
	40 – 59	< 33,1 %	33,1 – 39,1 %	39,2 – 43,8 %	≧ 43,9 %
	60 – 80	< 32,9 %	32,9 – 38,9 %	39,0 – 43,6 %	≧ 43,7 %

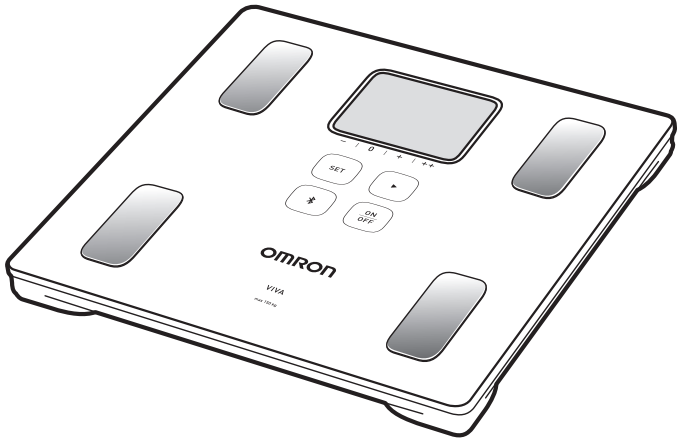
Basierend auf Werten von OMRON HEALTHCARE

Interpretation der BMI-Ergebnisse

BMI	BMI (Bezeichnung nach der WHO)
< 18,5	- (Untergewicht)
18,5 – 24,9	0 (Normal)
25 – 29,9	+ (Übergewicht)
≧ 30	++ (Adipositas)

Hersteller 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EU-Repräsentant EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, NIEDERLANDE www.omron-healthcare.com
Importeur in der EU	
Produktionsstätte	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, China
Niederlassungen	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importeur im Vereinigten Königreich und Verantwortliche Person für UK Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Ausgabedatum: 2021-08-27 Hergestellt in China



Kropsfedtmåler med vægt

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Brugsanvisning

DA

Tak fordi du har købt OMRON kropsfedtmåler med vægt.
Læs brugsanvisningen omhyggeligt, før du bruger dette apparat, så du kan bruge det sikkert og korrekt.
Gem brugsanvisningen til fremtidig brug.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-DA-08-06/2021

21F1343

VIVA
Kropsfedtmåler med vægt

Tilsigtet brug

Tak fordi du har købt OMRON kropsfedtmåler med vægt. Dette apparat er beregnet til at måle og vise følgende kropssammensætningsparametre.

- Kropsvægt
- Fedtniveau omkring de indre organer (op til 30 niveauer)
- Hvilestofskifte (i kcal)
- Kropsfedt (i %)
- Skeletmuskel (i %)
- BMI (Body Mass Index.)

Dette apparat er beregnet til brug af voksne, der kan forstå denne brugsanvisning. Det er ikke beregnet til professionel brug på hospitaler eller andre steder i sundhedssektoren, men kun til hjemmebrug.

Læs denne brugsanvisning omhyggeligt før brug og for at få mere at vide om de enkelte funktioner.

Indholdsfortegnelse

Før du bruger apparatet 2

Sikkerhedsmeddelelser 2
1. Lær apparatet at kende 4
2. Isætning og udskiftning af batterierne. 5
3. Parring af apparatet med din smartenhed. 6
4. Indstilling af måleenhed, dato og klokkeslæt 7
5. Registrering af personlige data 8

Brugervejledning 9

6. Sådan foretages en nøjagtig måling 9
   6.1 Korrekte stillinger under målingen 9
   6.2 Om "0 kg-korrektionen" (forsigtighedsregel ved opbevaring) 10
   6.3 Sådan udføres "0 kg-korrektionen" 10
7. Sådan foretages en måling 10

Brug af hukommelsesfunktionen 12

8. Visning af måleresultaterne på din smartenhed 12

Hvis nødvendigt 13

9. Valg af personligt nummer og udførelse af en måling 13
10. Gæst-tilstand (ikke registreret tilstand) 14
11. Kun vægtmåling 15
12. Ændring eller sletning af personlige data 16
13. Sletning af kommunikationsindstillingen 17
14. Vedligeholdelse og opbevaring 17
15. Fejlfinding 18
16. Tekniske data 21

Oplysninger om kropssammensætning 24

17. Oplysninger om kropssammensætning 24
18. Fortolkning af måleresultatdiagrammer 26

Før du bruger apparatet

Sikkerhedsmeddelelser

Symboler og definitioner er som følger:

⚠**Fare:**	Forkert brug kan være farligt og medføre alvorlige kvæstelser eller dødsfald.
⚠**Advarsel:**	Forkert brug kan medføre alvorlige kvæstelser eller dødsfald.
⚠**Forsigtig:**	Forkert brug kan medføre kvæstelser eller skader på ejendom.

⚠Fare:

• Apparatet må aldrig anvendes sammen med medicinske elektroniske anordninger såsom:
(1) Medicinske, elektroniske implantater såsom pacemakere.
(2) Elektroniske respiratorsystemer såsom kunstig hjerte/lunge.
(3) Bærbart, elektronisk, medicinsk udstyr såsom en elektrokardiograf.
Apparatet kan forårsage fejlfunktion på disse former for udstyr, hvilket vil udgøre en betydelig sundhedsrisiko for brugerne af udstyret.



⚠Advarsel:

- Apparatet skal holdes uden for små børns rækkevidde. Indeholder små dele, der er forbundet med kvælningsfare, hvis de sluges af børn.
- Apparatet må ikke bruges på glatte overflader såsom et vådt gulv.
- Hop ikke op på apparatet, og hop ikke op og ned på det.
- Brug ikke apparatet, når kroppen og/eller fødderne er våde, f.eks. når du har taget bad.
- Stil dig op på apparatet med bare fødder. Hvis du står på apparatet med sokker på, kan du glide og komme til skade.
- Træd ikke på kanten eller displayområdet på apparatet.
- Mennesker med handicap, eller som er fysisk skrøbelige, skal altid have hjælp af en anden person, når apparatet anvendes.
- Hvis du får batterivæske i øjnene, skal du straks skylle øjet med masser af rent vand. Gå straks til lægen.
- Brug ikke dette produkt på hospitaler, i fly eller på andre steder, hvor brugen af radiobølger ikke er tilladt.
- Dette produkt udsender radiofrekvenser på 2,4 GHz-båndet. Brug ikke dette produkt på steder, hvor radiofrekvens ikke er tilladt, f.eks. i fly eller hospitaler.

DA

⚠Forsigtig:

- Du må ikke adskille, reparere eller foretage ændringer på apparatet.
- Påbegynd ikke en slankekur eller et træningsprogram uden først at kontakte en læge eller anden sundhedsmedarbejder. Selvdiagnosticering kan skade dit helbred.
- Pas på, at der under måling ikke befinder sig mobiltelefoner eller andet elektrisk udstyr, der skaber elektromagnetiske felter, inden for 30 cm af dette apparat. Dette kan forårsage forkert funktion af apparatet og/eller unøjagtig måling.
- Brug de batterier, der er beregnet til dette apparat. Læg ikke batterier i med polerne i den forkerte retning.
- Erstat straks slidte batterier med nye.
- Smid ikke batterierne i ild.

- Hvis du får batterivæske på huden eller tøjet, skal du straks skylle med masser af rent vand.
- Tag batterierne ud af apparatet, når du ikke skal bruge den i længere tid (ca. tre måneder eller mere).
- Brug ikke forskellige typer batterier sammen.
- Brug ikke nye og slidte batterier sammen.
- Vask altid fødderne, før du bruger apparatet. Hvis du lider af fodinfektion eller anden hudsygdom, kan du smitte andre.
- Hvis apparatet bruges af flere personer, skal det tørres af med en klud fugtet med et mildt rengøringsmiddel efter brug. Tør det derefter tørt.
- Apparatet må ikke anvendes til andre formål end dem der er beskrevet i denne vejledning.
- Da denne enhed er et præcisionsinstrument, må den ikke tabes, rystes eller få kraftigt slag.

Datatransmission

- Udskift ikke batteriet, mens dine måleresultater overføres til din smartenhed. Det kan forårsage forkert funktion af din monitor og mislykket overførsel af dit måleresultat.
- Placér ikke printkort, magneter, metalgenstande eller andet, der skaber elektromagnetiske felter, i nærheden af denne monitor, når dit måleresultat overføres til din smartenhed. Det kan forårsage forkert funktion af dit apparat og mislykket overførsel af dit måleresultat.

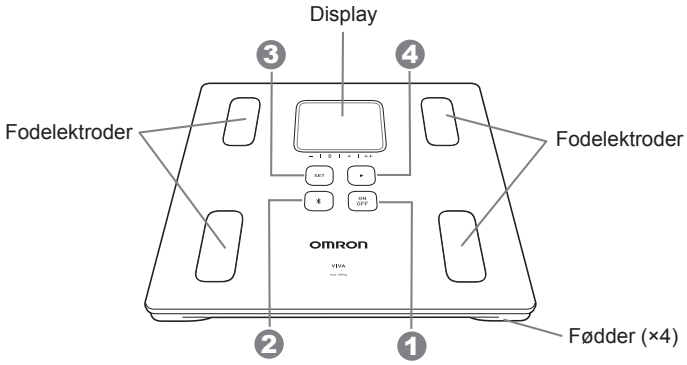
Ukorrekt måling

Ukorrekt måling kan forekomme for følgende brugere:
Ældre personer (over 81 år) / Personer med feber / Bodybuildere eller topatleter / Patienter i dialyse / Patienter med osteoporose, der har en meget lav knogletæthed / Gravide kvinder / Personer med hævelser.

- Fordi kropssammensætningen som f.eks. vand i kroppen kan afvige meget fra den gennemsnitlige værdi.

1. Lær apparatet at kende

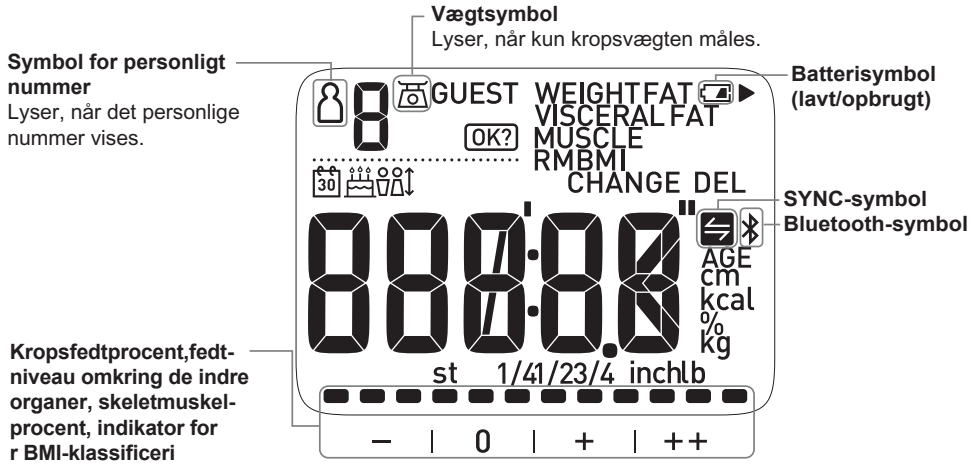
Hovedenhed



1	ON/OFF	**Tænd/sluk-knap** • Tryk på denne knap for at tænde apparatet. • Tryk på denne knap (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet.
2	Bluetooth	**Bluetooth-knap** • Tryk på denne knap for at overføre data manuelt. • Tryk på denne knap (i 2 sekunder eller mere) for at parre apparatet med din smartenhed. ※ Denne knap kan også bruges, når apparatet er slukket.
3	SET	**SET-knap** • Tryk på denne knap for at indstille eller bekræfte data.
4	▶	**Frem-knap** • Tryk på denne knap for at gå en frem. • Tryk på denne knap, og hold den nede for at gå hurtigt frem under indstilling af dato, klokkeslæt og højde.

DA

Display

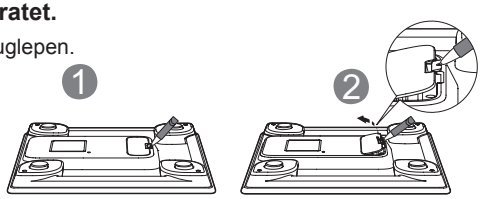


2. Isætning og udskiftning af batterierne

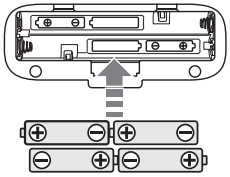
1. Åbn batteridækslet på bagsiden af apparatet.

Du kan bruge en hård genstand som f.eks. en kuglepen.





2. Sæt batterierne i, så polerne vender som markeret i batterirummet.



3. Luk batteridækslet.

Batteriets levetid og udskiftning

- **Ca. 6 måneder (ved brug af AAA alkaline-batterier til fire målinger, fire dataoverførsler og fire personer om dagen ved en rumtemperatur på 23°C)**
  - De medfølgende batterier er kun til prøvebrug og kan derfor have en kortere levetid.
- **Når symbolet for fladt batteri ( ) vises i displayet, skal alle fire batterier udskiftes med nye.**
  - Udskift alle fire batterier med nye (samme type) samtidigt.
  - Når symbolet for lav batteristyrke blinker, anbefales det at udskifte batterierne med nye i tide.

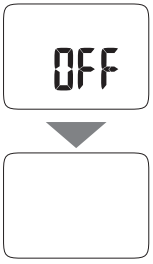
Symbol for opbrugt batteri



- **Udskift batterierne, når apparatet er slukket.**
  - Personlige data, der lagres i apparatet, bevares, selvom batterierne tages ud.
  - Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i overensstemmelse med nationale regler vedrørende bortskaffelse af batterier.
- **Når batterierne er udskiftet, skal du indstille måleenhed, dato og klokkeslæt igen. (Se afsnit 4.)**
  - Hvis du allerede har parret med appen "OMRON connect", skal du trykke på knappen for at kommunikere med denne app, hvorefter dato og klokkeslæt indstilles automatisk.

Om slukkefunktionen

- **Tryk på knappen (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet.**



- **Apparatet slukkes automatisk i følgende situationer.**
  - 10 sekunder efter visning af "Err".
  - Hvis apparatet ikke bruges i 1 minut efter, at der er vist "0,0 kg".
  - Hvis enheden ikke bruges i 3 minutter.

3. Parring af apparatet med din smartenhed

1. **Aktiver Bluetooth på din smartenhed.**

2. **Download og installer appen "OMRON connect" på din smartenhed.**

Du kan vælge en af følgende 2 metoder.

■ **Scan QR-koden for at få adgang til følgende adresse.**

omronconnect.com/setup

QR-kode

■ **Søg efter appen "OMRON connect" i "App Store" eller "Google Play".**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Åbn appen på din smartenhed, og følg vejledningen for opsætning og parring.**

Hvis du allerede har appen OMRON connect, gå da til:

Menu>Enhed>Tilføj enhed

BEMÆRKNINGER

- Én smartenhed administrerer dataene for én bruger.
- Hvis der anvendes en anden app end "OMRON connect", overføres data muligvis ikke korrekt.
- Læs vejledningen vedrørende anvendelsesmetode og brug i appen for at få flere oplysninger.

4. Indstilling af måleenhed, dato og klokkeslæt

Det er nødvendigt at indstille måleenhed, dato og klokkeslæt, før målinger udføres første gang eller efter udskiftning af batterierne.

- Dato og klokkeslæt kan ligeledes indstilles fra appen "OMRON connect".

1. Tryk på knappen (ON/OFF) for at tænde apparatet.

"kg&cm" blinker i displayet.

2. Indstilling af måleenheden.

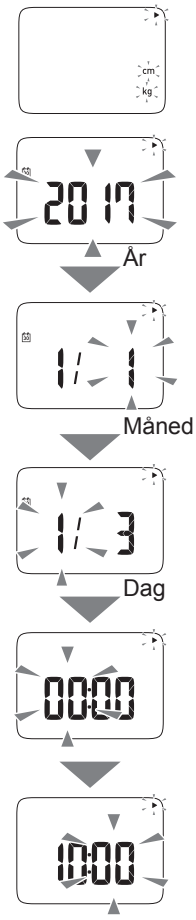
Tryk på knappen (▶) for at justere, og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.

- Standardmåleenheden er "kg & cm".
- Du kan indstille måleenheden til "b & inch" eller "st-lb & inch".

3. Indstilling af apparatet til korrekt dato og klokkeslæt.

Tryk på knappen (▶) for at justere, og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.

- Indstillingsområde for år: 2017 til 2045.
- Tiden indstilles i et 24 timer-system.
- Under indstilling af år, dato, time og minut kan du holde knappen (▶) nede for at gå hurtigt frem i intervaller på 10.



Når alle indstillingerne for måleenhed, år, måned, dag, time og minut vises i den rækkefølge, slukkes apparatet automatisk.

BEMÆRKNINGER

- Hvis du laver en fejl under indstillingen, kan du trykke på knappen (ON/OFF) for at slukke apparatet og starte forfra fra "trin 1".
- Apparatet slukkes, hvis det ikke bruges i 3 minutter. Indstil måleenhed, dato og klokkeslæt på ny.
- Hvis du vil ændre måleenhed, dato eller klokkeslæt, skal du tage batterierne ud og vente i mindst 20 sekunder. Sæt derefter batterierne i, og indstil igen.

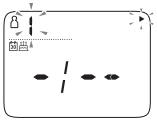
5. Registrering af personlige data

Til måling af kropssammensætningen er det nødvendigt at registrere personlige data (fødselsdato, køn og højde). Der kan gemmes personlige data for op til 4 personer.

- Personlige data kan også registreres fra appen "OMRON connect".

1. Tryk på knappen (ON/OFF) for at tænde apparatet.

Apparatet tændes. Personligt nummer "1" blinker. Fødselsdato (- - / - - / - -) vises.



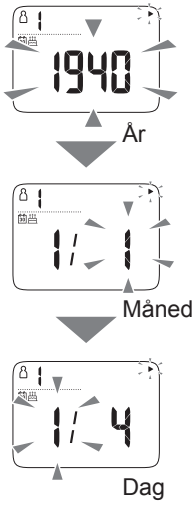
2. Vælg og bekræft dit personlige nummer.

Tryk på knappen (▶) for at vælge dit personlige nummer, og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.

3. Indstil fødselsdatoen.

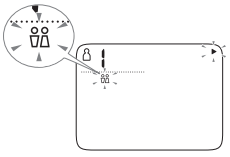
Tryk på knappen (▶) for at indstille fødselsdatoen, og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.

- Indstillingsområde for år: 1900 til 2045
- Under indstilling af år og dato kan du holde knappen (▶) nede for at gå hurtigt frem i intervaller på 10.



4. Indstilling af køn

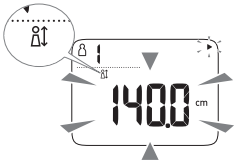
Tryk på knappen (▶) for at indstille køn ♂ (MAND) eller ♀ (KVINDE), og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.



5. Indstilling af højde.

Tryk på knappen (▶) for at justere højden, og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.

- Tryk kontinuerligt for at gå hurtigt frem i intervaller på 10 cm (eller 1 tomme).
- Når alle indstillinger har været vist og er blevet bekræftet, vises "0,0 kg" på displayet.



DA

6. Træd op på apparatet for at foretage en måling, når der vises "0,0 kg".

Datae for kropsvægt og kropssammensætning registreres i apparatet for at understøtte automatisk genkendelse.
Efter et øjeblik vises måleresultaterne som følger.



7. Træd ned fra apparatet, når måleresultaterne vises.

Registreringen af personlige data er udført.

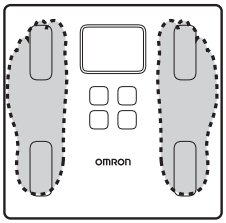
8. Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet.

Start fra "Trin 1" for at tilføje nye, personlige data.

6. Sådan foretages en nøjagtig måling

6.1 Korrekte stillinger under målingen

Træd op på apparatet med bare fødder.
Stil dig med svangen midt på apparatet.



Bemærk

- Hvis du træder op på apparatet med strømper eller fodtøj på, bliver målingen unøjagtig.



Bøj ikke knæene under målingen.

Foretag en måling på et hårdt og jævnt gulv.

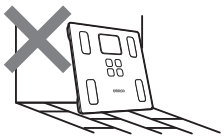
Bemærk

- En polstret gulvflade, f.eks. en måtte eller et tæppe, kan give unøjagtige målinger.

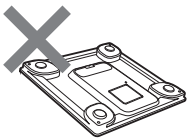
6.2 Om "0 kg-korrektionen" (forsigtighedsregel ved opbevaring)

Apparatet korrigerer regelmæssigt automatisk nøjagtigheden, når det ikke er i brug.

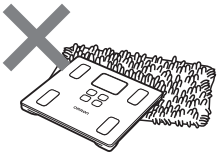
- Hvis apparatet placeres som vist herunder, fungerer denne nøjagtighedskorrektion ikke. Udfør "0 kg-korrektionen", før du foretager målingen.



Apparatet er lænet op ad væggen eller andre genstande



Apparatet er vendt på hovedet

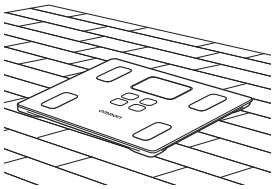


Apparatet er placeret på en genstand



En genstand er placeret på apparatet

6.3 Sådan udføres "0 kg-korrektionen"



1. Anbring apparatet på et hårdt og jævnt gulv.

2. Tryk på knappen (ON/OFF) for at tænde apparatet.

3. Vælg dit personlige nummer eller "".

Vælg dit personlige nummer eller "" med knappen (▶), og tryk derefter på knappen (SET) for at bekræfte.

4. Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet, når der vises "0,0 kg".

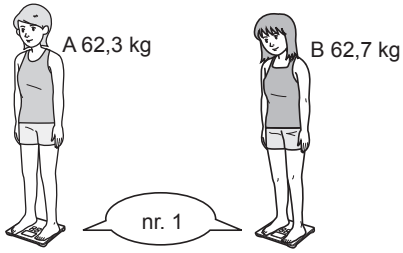
Dermed er "0 kg-korrektionen" udført. Vent i 5 minutter, og foretag derefter en måling.

7. Sådan foretages en måling

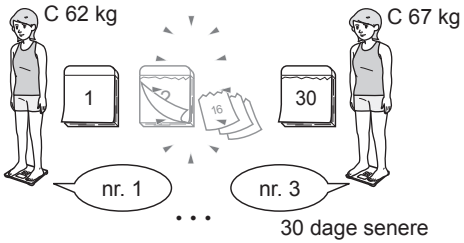
Når en person træder op på apparatet, tændes det for at registrere det personlige nummer automatisk og starte målingen.

Et forkert, personligt nummer kan blive vist i følgende tilfælde.

- Brugere med samme kropstype og kropsvægt måles.



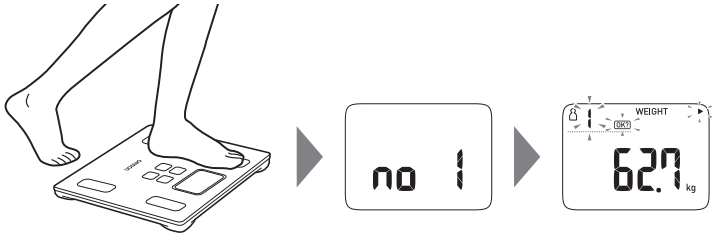
- Din kropsvægt er ændret siden sidste måling.



Hvis unøjagtig genkendelse fortsætter, skal du vælge dit personlige nummer for at foretage en måling. (Se afsnit 9.)

1. Foretag en måling, når apparatet er slukket.

Når du træder op på apparatet, tændes det automatisk.



2. Når personligt nummer og måleresultater vises, er målingen udført.

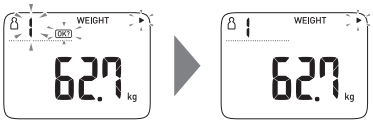
Træd ned fra apparatet.

3. Bekræft dit personlige nummer.

■ Hvis dit personlige nummer er korrekt…

Tryk på knappen SET for at bekræfte dit personlige nummer. OK? forsvinder.

Selvom du slukker apparatet, mens OK? blinker, registreres resultaterne i apparatet som måleværdien, der er kædet sammen med det viste, personlige nummer.



■ Hvis dit personlige nummer ikke er korrekt…

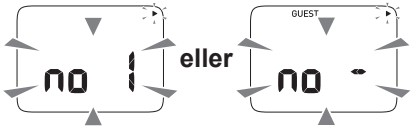
Før apparatet slukkes, skal du vælge dit personlige nummer med knappen ▶ og derefter trykke på knappen SET for at bekræfte.



■ Hvis du har bekræftet dit personlige nummer forkert…

Før apparatet slukkes, skal du trykke på knappen SET, så du kan vælge dit personlige nummer igen.

Hvis "nr. 1" til "nr. 4" blinker i displayet, eller der vises GUEST, er dine personlige data ikke registreret i apparatet.
Registrer dine personlige data.
Du kan også bruge gæst-tilstand.



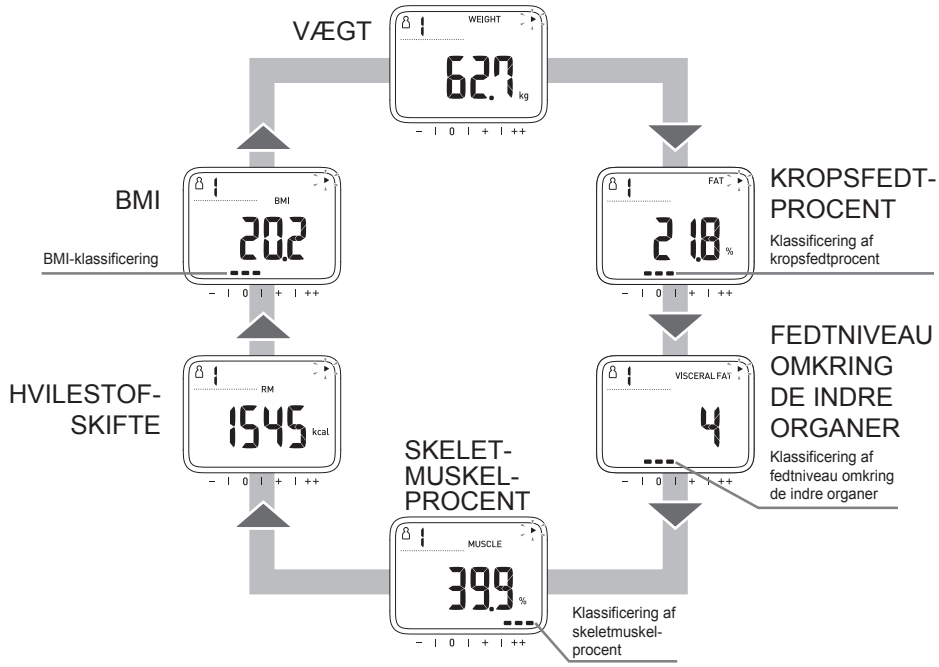
4. Kontroller måleresultaterne.

Resultatdisplayet roterer automatisk som vist herunder.

Når du har bekræftet dit personlige nummer, kan du skifte til et måleresultat, du vil se, med knappen ▶.

Bemærk

- Brug kropsfedtprocent, fedtniveau omkring de indre organer, skeletmuskelprocent og indikator for BMI-klassificering som vejledning for målingen.
- Se oplysningerne og diagrammerne i afsnit 17 og 18 for bedre at forstå dine måleresultater.



DA

5. Tryk på knappen (ON OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet.

Apparatet slukkes, hvis det ikke bruges i 3 minutter.

Brug af hukommelsesfunktionen

8. Visning af måleresultaterne på din smartenhed

Følg vejledningen i appen "OMRON connect" for at se dine måleresultater.
Derefter kan du se variationen i parametrene for din vægt og kropssammensætning på din smartenhed.

Bemærk

- Appen "OMRON connect" skal være installeret på din smartenhed. (Se afsnit 3.)

Hvis nødvendigt

9. Valg af personligt nummer og udførelse af en måling

Hvis dit personlige nummer ofte ikke genkendes, kan du vælge dit personlige nummer og foretage målingen som følger.

1. Tryk på knappen (ON/OFF) for at tænde apparatet.

Apparatet tændes. Personligt nummer "1" blinker.



2. Vælg dit personlige nummer.

Vælg dit personlige nummer med knappen (▶).

Når fødselsdatoen (- / - -) vises,
Dine personlige data er ikke blevet registreret under dit personlige nummer.

Registrer dine personlige data. (Se afsnit 5.)



3. Tryk på knappen (SET) for at bekræfte dit personlige nummer.

"0,0 kg" vises.

4. Foretag en måling, når "0,0 kg" vises.

Stil dig op på enheden.



5. Kontroller måleresultaterne.

Resultatdisplayet roterer automatisk.

6. Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet.

Apparatet slukkes, hvis det ikke bruges i 3 minutter.

Hvis nødvendigt

10. Gæst-tilstand (ikke registreret tilstand)

Når denne tilstand anvendes, registreres måleresultaterne ikke.

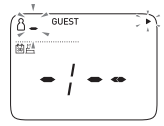
1. Tryk på knappen (ON OFF) for at tænde apparatet.

Apparatet tændes. Personligt nummer "1" blinker.



2. Vælg og bekræft "👤 _".

Vælg "GUEST" med knappen (▶), og tryk derefter på knappen (SET) for at bekræfte.

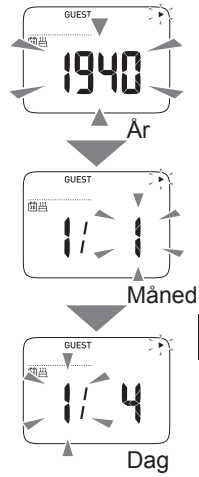


3. Indtast personlige data.

3.1 Indstil fødselsdatoen

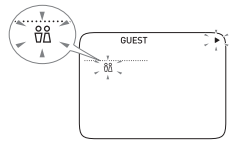
Tryk på knappen (▶) for at indstille fødselsdatoen, og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.

- Indstillingsområde for år: 1900 til 2045
- Under indstilling af år og dato kan du holde knappen (▶) nede for at gå hurtigt frem i intervaller på 10.



3.2 Indstilling af køn

Tryk på knappen (▶) for at indstille køn 🚹 (MAND) eller 🚺 (KVINDE), og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.



3.3 Indstilling af højde

Tryk på knappen (▶) for at indstille højden, og tryk på knappen (SET) for at bekræfte.

- Tryk kontinuerligt for at gå hurtigt frem i intervaller på 10 cm (1 tomme).



Når alle indstillinger har været vist og er blevet bekræftet, vises "0,0 kg" på displayet.

Apparatet slukkes, hvis det ikke bruges inden for 1 minut efter visning af "0,0 kg".

DA

4. Start måling, når "0,0 kg" vises.

Stil dig op på enheden.



5. Kontroller måleresultaterne.

Resultatdisplayet roterer automatisk.

6. Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet.

Apparatet slukkes, hvis det ikke bruges i 3 minutter.

Hvis nødvendigt

11. Kun vægtmåling

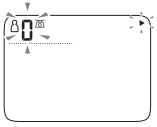
Når denne tilstand anvendes, registreres måleresultatet ikke.

1. Tryk på knappen (ON/OFF) for at tænde apparatet.

Apparatet tændes. Personligt nummer "1" blinker.

2. Vælg og bekræft "".

Vælg "" med knappen (▶), og tryk derefter på knappen (SET) for at bekræfte.



3. Når "0,0 kg" er vist, træder du op på apparatet.



4. Kontroller måleresultatet.

Din vægt vises og blinker for at angive, at målingen er udført.

5. Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet.

Apparatet slukkes, hvis det ikke bruges i 3 minutter.

Hvis nødvendigt

12. Ændring eller sletning af personlige data

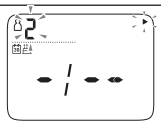


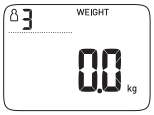
1. **Tryk på knappen (ON/OFF) for at tænde apparatet.**
Apparatet tændes. Personligt nummer "1" blinker.



2. **Vælg dit personlige nummer**
Tryk på knappen (▶) for at vælge det personlige nummer.

Når fødselsdatoen (- - : - -) vises,
Dine personlige data er ikke registreret under dit personlige nummer.
Registrer dine personlige data. (Se afsnit 5.)





3. **Tryk på knappen (SET) for at bekræfte det personlige nummer.**
"0,0 kg" vises.

4. **Tryk på knappen (SET).**
"CHANGE" og "DEL" blinker.



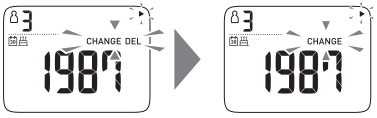
5. **Vælg "CHANGE" eller "DELETE" for de personlige data**

- Selvom de personlige data ændres, ændres eller slettes måleresultaterne ikke. Når det personlige nummer, der har været anvendt af en anden person, bruges, skal du slette de personlige data og derefter registrere de personlige data igen.

DA

Ændring af dine personlige data
(Måleresultaterne slettes ikke)

1. **Tryk på knappen (▶) for at vælge "CHANGE"**



2. **Tryk på knappen (SET)**
Året blinker.

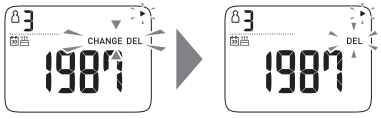


3. **Skift "fødselsdato", "køn" og "højde" som beskrevet i trin 3 til trin 5 i afsnit 5.**

- Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at slukke apparatet, hvis du vil stoppe ændringerne midt i forløbet.
- Måleresultater, der ikke er overført, ændres ikke.

Sletning af dine personlige data
(Måleresultaterne slettes også)

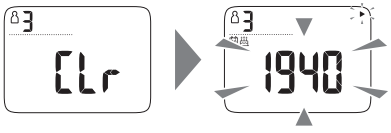
1. **Tryk på knappen (▶) for at vælge "DEL"**



2. **Tryk på knappen (SET)**
OK? blinker.



3. **Tryk på knappen (SET) igen**



Hvis nødvendigt

13. Sletning af kommunikationsindstillingen

Hvis du vil stoppe brugen af appen "OMRON connect" eller slette kommunikationsindstillingerne fra din smartenhed, skal du gøre som følger. Alle kommunikationsindstillinger, der er registreret i apparatet, slettes.

1. **Tryk på og hold knappen (Bluetooth) nede i mere end 2 sekunder.**

" P " og Bluetooth-symbolet blinker.



2. **Tryk på og hold knappen (Bluetooth) nede i mere end 2 sekunder igen.**

" OK? " og "CLr" blinker.



3. **Tryk på knappen SET for at bekræfte.**

Apparatet slukkes, hvis det ikke bruges inden for 10 sekunder efter visning af "CLr".



Hvis nødvendigt

14. Vedligeholdelse og opbevaring

Sådan rengøres apparatet

- Apparatet skal altid holdes ren før brug.
- Tør apparatet af med en blød, tør klud. Brug om nødvendigt en klud fugtet med vand eller rengøringsmiddel, vrid den godt, tør apparatet af, og tør det af med en tør klud.
- Brug ikke benzen, fortynder eller andre flygtige rengøringsmidler til rengøring af apparatet.
- Vask ikke apparatet med vand.

Pleje og opbevaring

- Apparatet må ikke opbevares ved følgende forhold:
  - På fugtige steder, hvor der kan trænge fugt eller vand ind i apparatet
  - Ved høje temperaturer, direkte sollys eller på støvede steder
  - På steder med risiko for pludselige slag eller vibrationer
  - På steder, hvor der opbevares kemikalier, eller hvor der er korrosive luftarter til stede.
- Udfør ikke selv reparationer af nogen art. Dette produkt er kalibreret på produktionstidspunktet. Kontakt en autoriseret OMRON-distributør, hvis du kommer i tvivl om målenøjagtigheden. Generelt anbefales det at få apparatet efterset hvert 2. år, så korrekt funktion og nøjagtighed sikres.

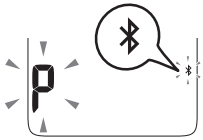
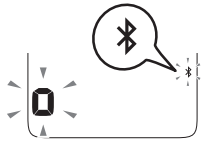
Hvis nødvendigt

15. Fejlfinding

Hvis nedenstående problemer opstår under målingen, skal du først kontrollere, at der ikke er andre elektriske apparater inden for 30 cm. Se nedenstående skema, hvis problemet fortsætter.

Fejldisplay	Årsag	Afhjælpning
Err 1	Du trådte ned fra apparatet under en måling af kropssammensætning.	Træd ikke ned fra apparatet, før måling af kropssammensætning er udført. (Se afsnit 6.)
	Dine fodsåler er ikke i fast kontakt med elektroderne.	Kontroller, at du står korrekt på apparatet ved at placere dine fodsåler fast på elektroderne, når du foretager en måling. (Se afsnit 6.)
Err2	Stillingen under måling er forkert, dine fodsåler er ikke i fast kontakt med elektroderne eller dine fodsåler er våde.	Stå med lige knæ og ryg. Stå med fødderne fast placeret på elektroderne, og flyt ikke fødderne, mens målingen udføres. (Se afsnit 6.) Fugt fodsålerne let med et fugtigt håndklæde, og prøv igen.
Err5	Efter indstilling af dato og tid blev apparatet berørt eller brugt, inden displayet automatisk blev slukket.	Fjern batteriet, og sæt det derefter i igen. Genstart enheden fra og med "Parring af apparatet med din smartenhed". (Se afsnit 3.) • Når datoen og klokkeslættet vises, skal du lade apparatet være, indtil strømmen slukker automatisk.
	Fejl ved apparatet.	Fjern batteriet, og sæt det derefter i igen. Når dette er gennemført, skal du genstarte enheden. Kontakt en OMRON-servicerepræsentant, hvis denne fejl fortsat vises.
Err6	Kommunikationsfejl.	Sluk for apparatet, og forsøg at kommunikere igen. Kontakt en OMRON-servicerepræsentant, hvis denne fejl vises igen.
Err	Du bevægede dig under en måling.	Stå stille under en måling.
	Din kropsvægt lå uden for det målbare område.	
Err	Kommunikationsfejl.	Se displayet på din smartenhed, og følg vejledningen i appen "OMRON connect". Se "Hjælp" i appen "OMRON connect".
	Batterierne er ved at være flade.	Det anbefales at udskifte batterierne med nye i tide. (Se afsnit 2.)
	Batterierne er flade.	Udskift batterierne. (Se afsnit 2.)

DA

Problem	Årsag	Afhjælpning
 blinker	24-29 sæt måleresultater er gemt.	Overfør måleresultaterne til appen "OMRON connect", hvorefter symbolet forsvinder.
	30 sæt måleresultater er gemt.	Hvis antallet overstiger 30, slettes de ældste resultater. Overfør måleresultaterne til appen "OMRON connect", hvorefter symbolet forsvinder.
	Du har trykket på og holdt knappen (✱) nede i mere end 2 sekunder.	Dette vises, når du parrer apparatet med din smartenhed. Følg vejledningen i appen "OMRON connect". Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at stoppe parringen.
	Du har trykket på knappen (✱).	Dette vises, når dataene overføres til din smartenhed. Følg vejledningen i appen "OMRON connect". Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at stoppe overførslen.
	Du har trykket på knappen (✱) og holdt den nede i mere end 2 sekunder, mens "P" og Bluetooth-symbolet blinkede.	Dette vises, når du sletter kommunikationsindstillingen. (Se afsnit 13.) Tryk på knappen (ON/OFF) (i 2 sekunder eller mere) for at stoppe handlingen.
Der vises ingenting, selvom du tænder apparatet. Der vises ingenting, selvom du træder op på apparatet.	Der er ikke sat batterier i.	Sæt batterierne i.
	Batterierne er vendt forkert.	Vend batterierne i den rigtige retning.
	Batterierne er slidt op.	Udskift alle fire batterier med nye.
Der vises ingenting, når du træder op på apparatet, efter at batterierne er udskiftet.	Du indstillede ikke måleenhed, dato og klokkeslæt efter udskiftning af batterierne.	Indstil måleenhed, dato og klokkeslæt. (Se afsnit 4.)
	Din kropsvægt er for lav. (Mindre end 12 kg)	Vælg personligt nummer før udførelse af en måling.
"- - - - -" vises for nogle resultater.	De registrerede data eller kropssammensætningsværdier lå uden for det målbare område.	Kontroller, om indstillingerne for fødselsdato, køn og højde er korrekte. Selvom disse indstillinger er korrekte, vises "- - - - -", hvis de ligger udenfor det visbare og understøttede aldersområde.

Problem	Årsag	Afhjælpning
Måleresultatet er højere eller lavere end det faktiske resultat. Resultatet varierer meget for hver måling.	Din stilling under en måling er forkert.	Foretag en måling med korrekt stilling.
	Du foretager en måling på et tæppe eller en polstret gulvflade eller på et ujævnt gulv.	Foretag en måling på et hårdt og jævnt gulv.
	Dine fodsåler og din krop er kold, hvilket reducerer blodcirkulationen.	Varm kroppen op, så blodcirkulationen bliver normal, før du foretager en måling.
	Fodelektroderne er meget kolde.	Lad apparatet stå i et varmt rum i et stykke tid, før du foretager en måling.
	Dine fodsåler er tørre.	Fugt fodsålerne let med et fugtigt håndklæde, før du foretager en måling.
	"0 kg-korrektionen" blev ikke udført korrekt.	Udfør "0 kg-korrektionen". (Se afsnit 6.3.)
Du genkendes ikke korrekt.	Din kropsvægt er ændret meget siden sidste måling.	Vælg personligt nummer før udførelse af en måling. (Se afsnit 9.)
	Din kropstype er den samme som en anden registreret persons.	
	Måleresultaterne for en anden bruger er registreret.	
Du vil måle kropssammensætningen, men kun kropsvægten vises.	Personligt nummer eller GUEST er ikke valgt. (Personligt nummer eller GUEST vises ikke).	Vælg personligt nummer eller GUEST før udførelse af en måling.
En knap reagerer ikke.	Du trykkede på en knap, mens du stod på apparatet.	Træd ned fra apparatet, og tryk derefter på en knap.
	Knappen er våd eller snavset.	Tør vand eller snavs af før udførelse af en måling.
	Du trykkede på to eller flere knapper samtidigt.	Tryk på én knap ad gangen.
Apparatet tændes, selvom du ikke foretager dig noget.	Se "Om afbrydelsesfunktionen". (Se afsnit 2.)	
Sender ikke data	Se "Hjælp" i appen "OMRON connect".	

Hvis nødvendigt

16. Tekniske data

Produktkategori	**Kropssammensætningsmåler**	
Produktbeskrivelse	**Kropsfedtmåler med vægt**	
Model (kode)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Display*	**Kropsvægt:**	2,0 til 150,0 kg i intervaller på 0,1 kg (4,4 til 330,0 lb i intervaller på 0,2 lb) (0 st 4,4 lb til 23 st 8,0 lb i intervaller på 0,2 lb)
	Kropsfedtprocent:	5,0 til 60,0% i intervaller på 0,1%
	Skeletmuskelprocent:	5,0 til 50,0% i intervaller på 0,1%
	BMI:	7,0 til 90,0 i intervaller på 0,1
	Hvilestofskifte:	385 til 3999 kcal i intervaller på 1 kcal
	Fedtniveau omkring de indre organer:	30 niveauer i intervaller på 1 niveau
	Kropsfedtprocent, skeletmuskelprocent og BMI-klassificering: 4 niveauer: – (Lav) / 0 (Normal) / + (Høj) / ++ (Meget høj)	
	Klassificering af fedtniveau omkring de indre organer: 3 niveauer: 0 (Normal) / + (Høj) / ++ (Meget høj) * Aldersområdet for kropsfedtprocent og klassificering af kropsfedtprocent er 10 til 80 år. * Aldersområdet for skeletmuskelprocent, klassificering af skeletmuskelprocent, fedtniveau omkring de indre organer, klassificering af fedtniveau omkring de indre organer og hvilestofskifte er 18 til 80 år.	
Transmissionsprotokol	**Energibesparende Bluetooth®-**teknologi	
Trådløs kommunikation	**Frekvensområde:** **Modulation:** **Retningsudstrålet effekt:**	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Indstillingselementer*	Følgende oplysninger kan gemmes for op til 4 personer.	
	Måleenhed	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Fødselsdato	1. januar 1900 til 31. december 2045
	Køn	Mand / kvinde
	Højde	100,0 til 199,5 cm i intervaller på 0,5 cm (3' 4" til 6' 6 1/2" i intervaller på 1/4")
	* Når en persons højde er mindre end 100,0 cm eller mere end 199,5 cm: BMI og kropssammensætningsmålinger er til reference.	
Vægtens nøjagtighed	2,0 kg til 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb til 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb til 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg til 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb til 330,0 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb til 23 st 8,0 lb: ± 1%)	
Nøjagtighed (S.E.E.)	**Kropsfedtprocent:**	3,5%
	Skeletmuskelprocent:	3,5%
	Fedtniveau omkring de indre organer:	3 niveauer

Levetid	5 år
IP-klassifikation	IP21* * IP-klassificering angiver beskyttelsesgraden, der ydes af indkapslinger i henhold til IEC 60529. Denne enhed er beskyttet mod faste fremmedlegemer med en diameter på 12,5 mm og derover, såsom en finger. Denne enhed er beskyttet mod lodret faldende vanddråber, der kan forårsage problemer under normal drift.
Strømforsyning	4 AAA alkaline-batterier (LR03)
Batteriets levetid	Ca. 6 måneder (når AAA alkaline-batterier bruges til fire målinger, fire dataoverførsler og fire personer om dagen ved en rumtemperatur på 23°C)
Brugstemperatur/ Luftfugtighed/Lufttryk	+5°C til +40°C, 30% til 85% RH (ikke-kondenserende), 860 hPa - 1060 hPa
Temperatur/ luftfugtighed/lufttryk ved opbevaring og transport	-20°C til +60°C, 10% til 95% RH (ikke-kondenserende), 860 hPa - 1060 hPa
Vægt	Ca. 1,6 kg (inklusive batterier)
Udvendige mål	Ca. 285 (B) × 28 (H) × 280 (D) mm (Ca. 11 1/5" (B) × 1 1/10" (H) × 11" (D))
Indholdsfortegnelse	Kropsfedtmåler med vægt, 4 AAA alkaline-batterier (LR03), opsætningsvejledning, brugsanvisning

Bemærk

- Med forbehold for tekniske modifikationer uden forudgående varsel.
- Venligst indrapporter eventuelle alvorlige hændelser, der er opstået i forbindelse med dette apparat, til producenten og de kompetente myndigheder i det medlemsland, du bor i.

CE 0197

Dette produkt arbejder i det ikke-licenserede ISM-bånd på 2,4GHz. Hvis dette produkt anvendes i nærheden af andre trådløse enheder inkl. mikrobølgeovn og trådløst internet, der arbejder på samme frekvensbånd som dette produkt, er der risiko for interferens mellem dette produkt og sådanne andre enheder. Hvis sådan interferens opstår, skal du stoppe brugen af andre enheder eller flytte dette produkt, før du bruger det, eller undlade at bruge dette produkt i nærheden af andre trådløse enheder.

Bluetooth®-navnet og logoet er registrerede varemærker tilhørende Bluetooth SIG, Inc., og OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. bruger sådanne navne og logoer under licens.

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. erklærer hermed, at radioudstyr af typen VIVA (HBF-222T-EBK) er i overensstemmelse med direktiv 2014/53/EU.
Den fulde ordlyd af EU-overensstemmelseserklæringen findes på følgende internetadresse: www.omron-healthcare.com.

Apple og Apple-logoet er varemærker tilhørende Apple Inc., registreret i USA og andre lande.
App Store er et servicemærke tilhørende Apple Inc.
Android, Google Play-logoet er varemærker tilhørende Google Inc.

Vigtig information vedrørende elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)

HBF-222T-EBK fremstillet af OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. opfylder standard EN60601-1-2:2015 Elektromagnetisk kompatibilitet (EMC). Der kan fås yderligere dokumentation i overensstemmelse med denne EMC-standard hos OMRON HEALTHCARE EUROPE på den adresse, der er nævnt i brugervejledningen, eller på www.omron-healthcare.com. Se EMC-oplysningerne på webstedet vedrørende HBF-222T-EBK. på webstedet.

Garanti

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. yder garanti på dette produkt i 3 år efter købsdatoen. Garantien dækker ikke batteri, emballage og/eller skader af nogen art som følge af misbrug (hvis produktet f.eks. tabes eller fysisk misbrug) forårsaget af brugeren. Reklamerede produkter vil kun blive udskiftet, hvis de returneres sammen med den originale faktura / bon.

Korrekt bortskaffelse af dette produkt

(Affald fra elektrisk og elektronisk udstyr)



Dette mærke på produktet eller dets dokumentation angiver, at det ikke må bortskaffes sammen med andet husholdningsaffald, når det er udtjent. For at forebygge skader på miljøet eller den menneskelig sundhed forårsaget af ukontrolleret bortskaffelse af affald skal dette produkt adskilles fra andre typer affald og genbruges på ansvarlig vis for at fremme bæredygtig genbrug af materialeressourcer.

Husholdningsbrugere skal enten kontakte den forhandler, hvor produktet blev købt, eller kommunen vedrørende oplysninger om, hvortil og hvordan de kan bringe produktet til miljømæssig sikker genbrug.

Erhvervsbrugere skal kontakte leverandøren og gennemlæse betingelserne og vilkårene i købekontrakten. Dette produkt må ikke blandes sammen med andet kommercielt affald ved bortskaffelse.

Produktet indeholder ikke nogen farlige substanser.
Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i overensstemmelse med nationale regler vedrørende bortskaffelse af batterier.

Beskrivelse af symboler som, afhængig af model, kan findes på selve produktet, produktets salgspakke eller IM.

	Anvendt del - type BF Beskyttelsesgrad mod elektrisk stød (lækstrøm)	SN	Serienummer
IP XX	Indtrængningsbeskyttelsesgrad ydet af IEC 60529		Temperaturbegrænsning
CE	CE-mærkning		Fugtighedsgrænse
	GOST-R-symbol		Grænse for atmosfærisk tryk
EAC	Symbol for eurasisk overensstemmelse	⎓	Jævnstrøm
	Brugeren skal læse brugsvejledningen		Dette produkt må ikke anvendes af personer med medicinske implantater, f.eks. hjertepacemakere, kunstigt hjerte, lunge eller andre elektroniske, livsnødvendige systemer.
MD	Medicinsk udstyr		Produktionsdato

17. Oplysninger om kropssammensætning

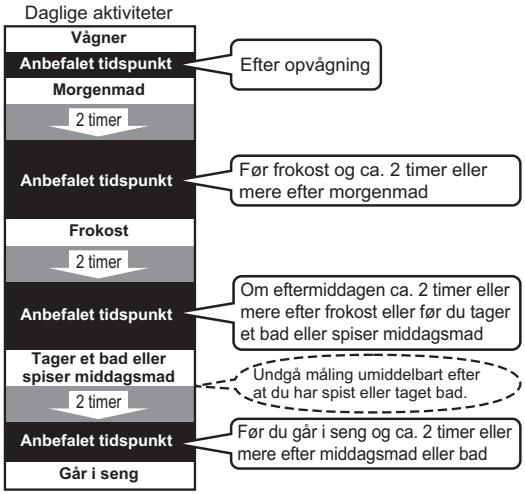
Princip for beregning af kropssammensætning

Kropsfedt har lav elektrisk ledeevne

VIVA måler kropsfedtprocenten ved hjælp af den bioelektriske impedansmetode (BI). Muskler, blodkar og knogler er kropsvæv med et højere vandindhold som let leder elektricitet. Kropsfedt er væv, der kun har lille elektrisk ledningsevne. VIVA sender en meget svag elektrisk strøm på 50 kHz og mindre end 500 μA gennem kroppen for at bestemme mængden af fedtvæv. Den svage elektriske strøm mærkes ikke ved brugen af VIVA.
For at vægten kan bestemme din kropssammensætning, anvender den elektrisk impedans, sammen med oplysninger om din højde, vægt, alder og køn for at generere resultater baseret på OMRONs data om kropssammensætning.

Anbefalede måletidspunkter

Forståelse for de normale ændringer i kropsfedtprocent kan hjælpe med til at forebygge eller reducere fedme. Hvis du er opmærksom på de tidspunkter, hvor kropsfedtprocenten ændrer sig i løbet af dagen, vil det hjælpe dig til at få en nøjagtig fornemmelse af kropsfedtet. Det anbefales at bruge dette apparat i samme omgivelser og ved samme daglige forhold. (Se diagram)



Undgå at foretage målinger under følgende omstændigheder:

- Umiddelbart efter kraftig motion, efter et bad og efter at have været i sauna.
- Efter indtagelse af alkohol eller store mængder vand, efter et måltid (ca. 2 timer).

Hvis der foretages en måling under disse fysiske omstændigheder, kan den beregnede kropssammensætning afvige markant fra den faktiske sammensætning, da vandindholdet i kroppen ændrer sig.

Hvad er BMI (body mass index)?

BMI anvender følgende enkle formel til at angive forholdet mellem en persons vægt og højde.

BMI = vægt (kg) / højde (m) / højde (m)

OMRON VIVA anvender de oplysninger om højde, som er lagret på det personlige profilnummer, eller når du indtaster oplysninger i GÆST-tilstand, til at beregne din BMI-klassificering.
Hvis BMI viser et fedtniveau, som ligger over den internationale standard, er der øget risiko for almindelige sygdomme. BMI kan dog ikke vise alle typer fedt.

Hvad er kropsfedtprocent?

Kropsfedtprocent refererer til mængden af kropsfedtmasse i forhold til den samlede kropsvægt udtrykt som en procent.

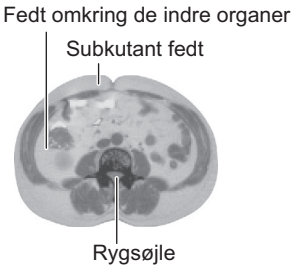
Kropsfedtprocent (%) = {kropsfedtmasse (kg) / kropsvægt (kg)} × 100

VIVA anvender BI-metoden til at estimere kropsfedtprocenten.
Kropsfedtet klassificeres alt efter fordelingen på kroppen som fedt omkring de indre organer eller subkutant fedt.

Hvad er fedtniveauet omkring de indre organer?

Fedt omkring de indre organer = fedt, der omgiver de indre organer

For meget fedt omkring de indre organer menes at være tæt forbundet med øgede niveauer af fedt i blodstrømmen, som kan føre til almindelige sygdomme såsom hyperlipidæmi og diabetes, som hæmmer insulinens evne til at overføre energi fra blodstrømmen og anvende det i celler. For at forebygge eller forbedre almindelige sygdommes tilstand, er det vigtigt at prøve at reducere fedtniveauet omkring de indre organer til et acceptabelt niveau. Mennesker med høje fedtniveauer omkring de indre organer har tendens til at have store maver. Men det er ikke altid tilfældet, og høje niveauer af fedt omkring de indre organer kan føre til metabolisk fedme. Metabolisk fedme (forhøjet fedt omkring de indre organer med normal vægt) repræsenterer fedtniveauer, som ligger over gennemsnittet, selvom personens vægt ligger på eller under standarden for dennes højde.

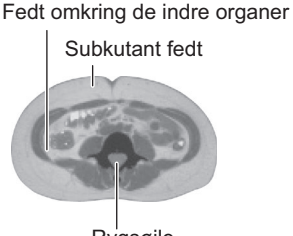


Eksempel på fedt omkring de indre organer (MR-billede)

Hvad er subkutant fedt?

Subkutant fedt = fedt under huden

Subkutant fedt ophobes ikke kun omkring maven, men også rundt om overarme, hofter og lår og kan forårsage en forvrængning af kroppens proportioner. Selv om det ikke er direkte forbundet med en øget risiko for sygdom, menes det at øge trykket på hjertet og andre komplikationer. Subkutant fedt vises ikke i dette apparat, men er inkluderet i kropsfedtprocenten.



Eksempel på subkutant fedt (MR-billede)

Hvad er skeletmuskel?

Muskler er opdelt i to typer, muskler i indre organer, såsom hjertet, og skeletmuskler, som er fastgjort på knogler, der bruges til at bevæge kroppen. Skeletmuskel kan øges gennem motion og anden aktivitet. Hvis andelen af skeletmuskel øges, kan kroppen lettere forbrænde energi, og det betyder, at det er mindre sandsynligt, at den bliver til fedt, og at det bliver nemmere at leve et aktivt liv.

Hvad er hvilestofskifte?

Uanset dit aktivitetsniveau kræves der et minimumsniveau af kalorieindtag til at opretholde kroppens daglige funktioner. Dette kaldes hvilestofskifte og angiver, hvor mange kalorier, du skal indtage for at producere nok energi til at din krop kan fungere.

18. Fortolkning af måleresultatdiagrammer

Fortolkning af resultatet for kropsfedtprocenten

	Alder	- (Lav)	0 (Normal)	+ (Høj)	++ (Meget høj)
Kvinder	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Mænd	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy et al, i International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, og af Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, og klassificeret i fire niveauer af OMRON HEALTHCARE.

Fortolkning af resultatet for fedt omkring de indre organer

Fedtniveau omkring de indre organer	Niveauklassificering
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Høj)
15 - 30	++ (Meget høj)

I henhold til tal fra OMRON HEALTHCARE.

Fortolkning af resultat for skeletmuskelprocent

	Alder	- (Lav)	0 (Normal)	+ (Høj)	++ (Meget høj)
Kvinder	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Mænd	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

I henhold til tal fra OMRON HEALTHCARE.

Fortolkning af BMI-resultatet

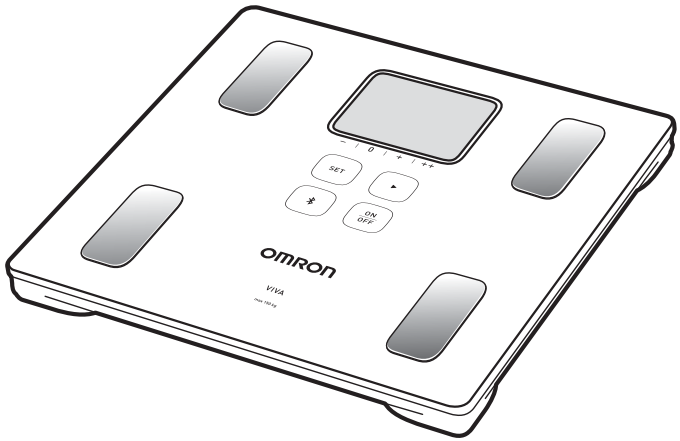
BMI	BMI (Angivelse af WHO)
< 18.5	- (undervægtig)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (overvægtig)
≧ 30	++ (Fedme)

DA

Producent 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EU-repræsentant **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLLAND www.omron-healthcare.com
Importør i EU	
Produktionsanlæg	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Kina
Datterselskaber	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importør i Danmark og ansvarlig person for Danmark Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Udstedelsesdato: 2021-08-27 **Fremstillet i Kina**

OMRON



Body Composition Monitor

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d’emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

Thank you for purchasing the OMRON Body Composition Monitor.
Before using this unit, please be sure to read this Instruction Manual carefully to understand the safe and proper use.
Please store this Instruction Manual carefully for future reference.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021
3135909-5F

VIVA
Body Composition Monitor

Intended Use

Thank you for purchasing this OMRON Body Composition Monitor. This unit is intended for measuring and displaying the following body composition parameters.

- Body Weight
- Visceral Fat (up to 30 levels)
- Resting Metabolism (in kcal)
- Body Fat (in %)
- Skeletal Muscle (in %)
- BMI (Body Mass Index)

This unit is intended to be operated by adults who can understand this instruction manual. It is not for professional use in hospitals or other medical facilities, it is intended for home use only.

Please read this instruction manual carefully before use and for further information on the individual functions.

Contents

Before using the unit 2

Notes on Safety 2
1. Know Your Unit 4
2. Insert and Replace the Batteries 5
3. Pair the Unit with Your Smart Device 6
4. Set the Measurement Unit, Date and Time 7
5. Register the Personal Data 8

Operating instructions 9

6. How to Take a Measurement Accurately 9
   6.1 Correct postures during the measurement 9
   6.2 About the “0 kg correction” (Caution for storing) 10
   6.3 How to implement the “0 kg correction” 10
7. Take a Measurement 10

Use the Memory Function 12

8. View the Measurement Results on Your Smart Device 12

When necessary 13

9. Select Your Personal Number and Take a Measurement 13
10. Guest Mode (Unrecorded Mode) 14
11. Measure Weight Only 15
12. Change or Delete Your Personal Data 16
13. Delete the Communication Setting 17
14. Maintenance and Storage 17
15. Troubleshooting 18
16. Technical Data 21

Information on body composition 24

17. Information on Body Composition 24
18. Measurement Results Interpretation Diagrams 26

Notes on Safety

Symbols and definitions are as follows:

⚠**Danger:**	Improper use may cause danger resulting in death or serious injury.
⚠**Warning:**	Improper use may result in possible death or serious injury.
⚠**Caution:**	Improper use may result in injury or property damage.

⚠Danger:

• Never use this unit in combination with medical electronic devices such as:
(1) Medical electronic implants such as pacemakers.
(2) Electronic life support systems such as an artificial heart/lung.
(3) Portable electronic medical devices such as an electrocardiograph.
This unit could cause these devices to malfunction, posing a considerable health risk to users of these devices.



⚠Warning:

- Keep the unit out of the reach of young children. Contains small parts that may cause a choking hazard if swallowed by infants.
- Do not use the unit on slippery surfaces, such as a wet floor.
- Do not jump onto the unit, or bounce on the unit.
- Do not use this unit when your body and/or feet are wet, such as after taking a bath.
- Stand on the unit bare-footed. Standing on the unit with socks on may cause you to slip and injure yourself.
- Do not step on the edge or display area of the unit.
- People with disabilities, or who are physically frail, should always be assisted by another person when using this unit.
- If battery fluid should get in your eyes, immediately rinse with plenty of clean water. Consult a physician immediately.
- Do not use this product in hospitals, aircrafts or other environments where the use of radio waves is restricted.
- This product emits radio frequencies (RF) in the 2.4 GHz band. Do not use this product in locations where RF is restricted, such as on an aircraft or in hospitals.

⚠Caution:

- Do not disassemble, repair, or remodel the unit.
- Do not begin a weight reduction or exercise program without consulting a physician or healthcare specialist first. Self-diagnosis could injure your health.
- During measurement, make sure that no mobile phone or any other electrical devices that emit electromagnetic fields is within 30cm of this device. This may result in incorrect operation of the device and/or cause an inaccurate reading.
- Use batteries specified for this unit. Do not insert the batteries with the polarities in the wrong direction.
- Replace worn batteries with new ones immediately.
- Do not dispose of batteries in fire.

- If battery fluid should get on your skin or clothing, immediately rinse with plenty of clean water.
- Remove the batteries from this unit when you are not going to use it for a long period of time (approximately three months or more).
- Do not use different types of batteries together.
- Do not use new and worn batteries together.
- Always wash your feet before using the unit. If you are suffering from a foot infection or other skin disease, you may cause infection to other people.
- When the unit will be used by several people, wipe the unit with a damp cloth moistened with mild detergent after using it. Then wipe it dry.
- Do not use this unit for purposes other than described in this manual.
- As this unit is a precision instrument, do not drop, vibrate, or apply strong shock.

Data Transmission

- Do not replace the battery while your measurement result is being transferred to your smart device. This may result in the incorrect operation of your monitor and failure to transfer your measurement result.
- Do not place integrated circuit cards, magnets, metal objects, or other devices that emit electromagnetic fields near this monitor while your measurement result is being transferred to your smart device. This may result in the incorrect operation of your unit and failure to transfer your measurement result.

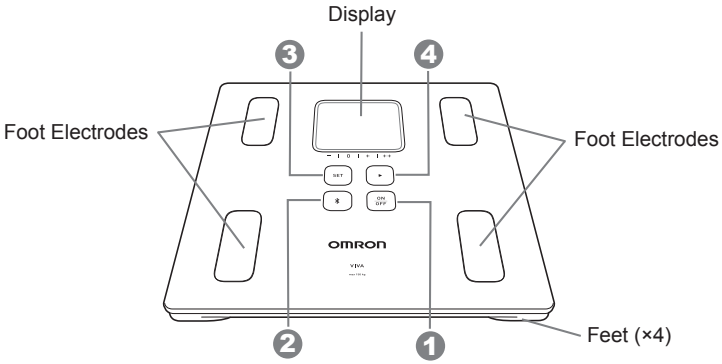
Incorrect Measurement

Incorrect measurement might occur to the following users:
Elderly people (over 81 years old) / People with a fever / Body builders or highly trained athletes / Patients undergoing dialysis / Patients with osteoporosis who have very low bone density / Pregnant women / People with swelling.

- Because the body composition such as body water might greatly deviate from the average value.

1. Know Your Unit

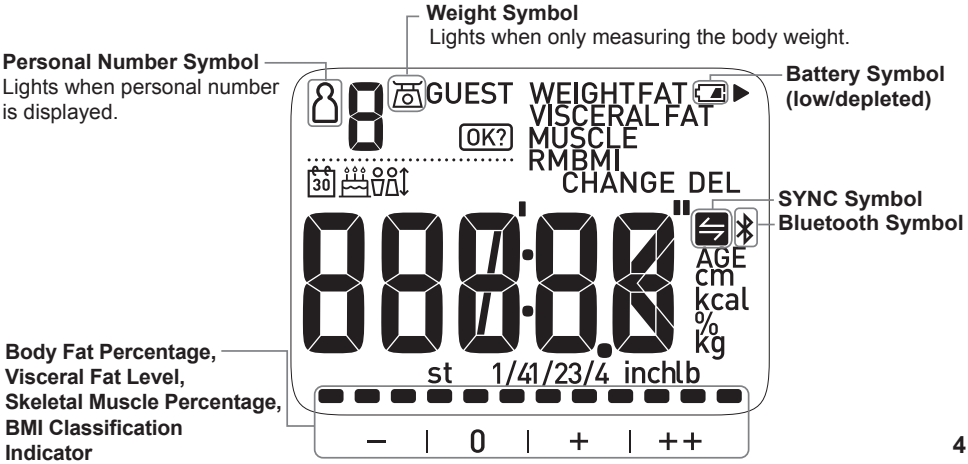
Main Unit



1	ON/OFF	**ON/OFF Button** • Press this button to turn on the power. • Press this button (2 seconds or longer) to turn off the power.
2		**Bluetooth Button** • Press this button to transfer the data manually. • Press this button (2 seconds or longer) to pair the unit with your smart device. ※ This button is also usable when the power is off.
3	SET	**SET Button** • Press this button to set or confirm the data.
4	▶	**Advance Button** • Press this button to advance. • Press and hold this button to advance rapidly during setting the date, time and height.

EN

Display

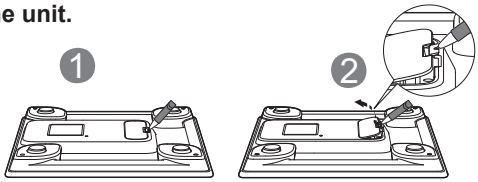


2. Insert and Replace the Batteries

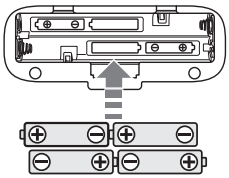
1. Open the battery cover on the back of the unit.

A hard object like a pen could be used.





2. Install the batteries in correct polarity as marked inside the battery compartment.

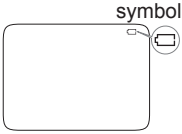


3. Close the battery cover.

Battery Life and Replacement

- **Approximately 6 months (When AAA alkaline batteries are used in four measurements, four data transfers and four persons a day at a room temperature of 23°C)**
  - The supplied batteries are for trial use only, they may have a shorter life.
- **When the depleted battery symbol appears on the display, replace all four batteries with new ones.**
  - Replace all four batteries with new ones (same type) at the same time.
  - When the low battery symbol blinks, recommend to replace the batteries with new ones ahead of time.

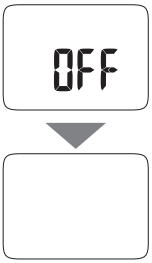
Depleted Battery symbol



- **Replace the batteries after turning off the power.**
  - Personal data stored in the unit are retained even if the batteries are removed.
  - Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries.
- **When the batteries are replaced, you need to reset the measurement unit, date and time. (Refer to Section 4.)**
  - If you have already paired with the “OMRON connect” app, press the button to communicate with this app, then the date and time will be set automatically.

About the Power OFF Function

- **Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to turn off the power.**
- **The power automatically turns off in the following conditions.**
  - 10 seconds after “Err” is displayed.
  - The unit is not used for 1 minute when “0.0 kg” is displayed.
  - The unit is not used for 3 minutes.



3. Pair the Unit with Your Smart Device

1. **Turn on the Bluetooth of your smart device.**

2. **Download and install the "OMRON connect" app onto your smart device.**

You can choose one of the following 2 methods.

■ **Scan the QR code to get access to the following address.**

omronconnect.com/setup

QR code

■ **Search the "OMRON connect" app from "App Store" or "Google Play".**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

EN

3. **Open the app on your smart device and follow set-up and pairing instructions.**

If you already have the OMRON connect app, go to:

Menu>Device>Add Device

NOTES

- One smart device manages the data of one user.
- If an app other than "OMRON connect" is used, data might not be transferred correctly.
- Please read the utilization method and usage instruction within the app for details.

4. Set the Measurement Unit, Date and Time

Setting the measurement unit, date and time is necessary before taking a measurement for the first time or after replacing the batteries.

- Date and time can be set from “OMRON connect” app as well.

1. Press the (ON/OFF) button to turn on the power.

“kg&cm” blinks on the display.

2. Set the measurement unit.

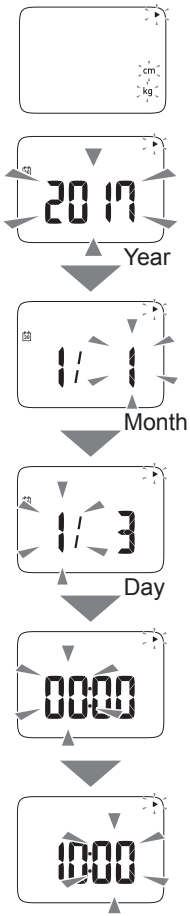
Press the ▶ button to adjust and press the SET button to confirm.

- The default measurement unit is “kg & cm”.
- You can set the measurement unit to “lb & inch” or “st-lb & inch”.

3. Set the unit to the correct date and time.

Press the ▶ button to adjust and press the SET button to confirm.

- Setting range of year: 2017 to 2045.
- Time is 24-hour system.
- During setting the year, date, hour and minute, hold down the ▶ button to advance rapidly in increments of 10.



After all the settings for the measurement unit, year, month, day, hour and minute are displayed in that sequence, the power automatically turns off.

NOTES

- If any mistake is made during the setting, press the (ON/OFF) button to turn off the power and start from “Step 1” again.
- The power turns off if the unit is not used for 3 minutes. Set the measurement unit, date and time anew.
- To modify the measurement unit, date or time, remove the batteries and wait for at least 20 seconds. Then insert the batteries and reset again.

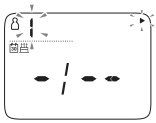
5. Register the Personal Data

For the measurement of body composition, it is necessary to register your personal data (birth date, gender, height). The registered data can be stored for up to 4 persons.

- The personal data can be registered from “OMRON connect” app as well.

1. Press the (ON/OFF) button to turn on the power.

The power turns on. Personal number “1” blinks. Birth date (- / - -) is displayed.



2. Select and confirm your personal number.

Press the (▶) button to select your personal number and press the (SET) button to confirm.

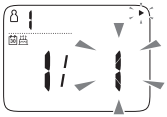
3. Set the birth date.

Press the (▶) button to set the birth date and press the (SET) button to confirm.

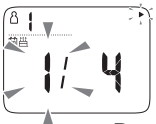
- Setting range of year:1900 to 2045
- During setting the year and date, hold down the (▶) button to advance rapidly in increments of 10.



Year



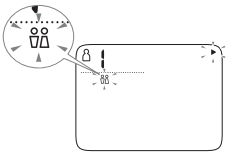
Month



Day

4. Set the gender

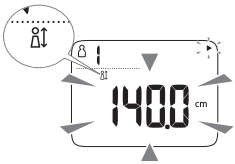
Press the (▶) button to set the gender (MALE) or (FEMALE) and press the (SET) button to confirm.



5. Set the height.

Press the (▶) button to adjust the height and press the (SET) button to confirm.

- Press continuously to rapidly advance in increments of 10 cm (or 1 inch).
- After all the settings are displayed for your confirmation, “0.0 kg” appears on the display.



EN

6. Step onto the unit to take a measurement when "0.0 kg" is displayed.

The data of body weight and body composition are recorded in the unit to support automatic recognition.

After a while, the measurement results are indicated as follows.



7. Step off the unit after the measurement results are displayed.

The personal data registration is completed.

8. Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to turn off the power.

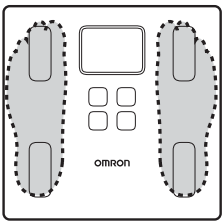
To add new personal data, start from the "Step 1".

Operating instructions

6. How to Take a Measurement Accurately

6.1 Correct postures during the measurement

Step onto the unit with your bare feet.
Place the arches of your feet onto the center of the unit.



Note

- Stepping onto the unit with socks or footwear on will result in an inaccurate measurement.



Do not bend your knees during measurement.

Take a measurement on a hard and flat floor.

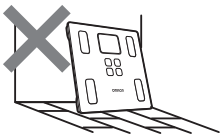
Note

- A cushioned floor surface, such as a mat or carpet, may result in an inaccurate measurement.

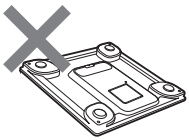
6.2 About the “0 kg correction” (Caution for storing)

The unit regularly corrects accuracy automatically when it is not in use.

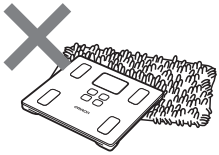
- If the unit is placed as shown below this accuracy correction function does not work, implement the “0 kg correction” before taking the measurement.



The unit is leaning against the wall or other objects



The unit is placed upside down

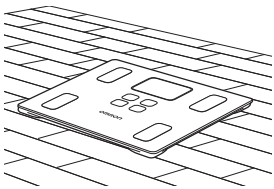


The unit is placed on an object



An object is placed on the unit

6.3 How to implement the “0 kg correction”



1. **Place the unit on a hard and flat floor.**

2. **Press the (ON/OFF) button to turn on the power.**

3. **Select your personal number or “8□”.**

Select your personal number or “8□” with the (▶) button and then press the (SET) button to confirm.

4. **When the “0.0 kg” is displayed, press the (ON/OFF) button (2 seconds or longer) to turn off the power.**

This completes the “0 kg correction”. Wait for 5 seconds, and then take a measurement.

Operating instructions

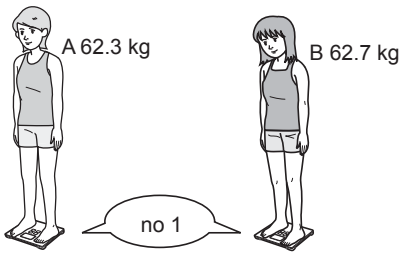
EN

7. Take a Measurement

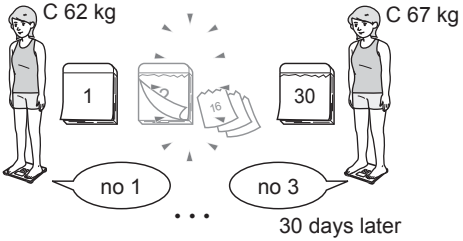
When person steps onto the unit, it will be powered on to recognize the personal number automatically and start the measurement.

Wrong personal number may be displayed in the following cases.

- Users of similar body type and body weight are measured.



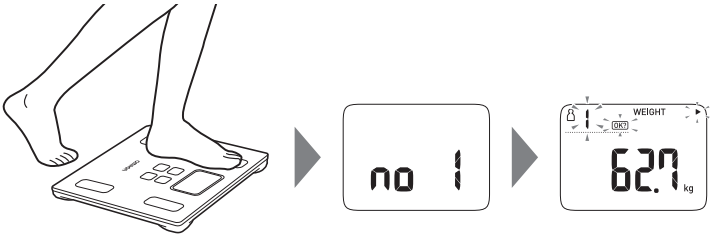
- Your body weight has changed since last measurement.



If inaccurate recognition continues, select your personal number to take a measurement. (Refer to Section 9.)

1. Take a measurement when the power of the unit is off.

When you step onto the unit, the power automatically turns on.



2. When personal number and measurement results are displayed, the measurement is completed.

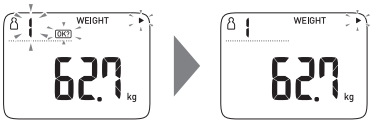
Step off the unit.

3. Confirm your personal number.

■ If your personal number is correct…

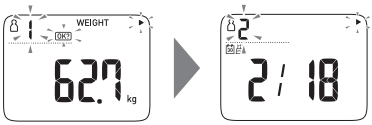
Press the SET button to confirm your personal number. OK? disappears.

Even if you turn off the power with OK? blinking, the results are recorded on the unit as the measurement value linked to the displayed personal number.



■ If your personal number is incorrect…

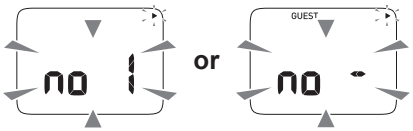
Before the power turns off, select your personal number with the ▶ button, and then press the SET button to confirm.



■ If you confirmed your personal number incorrectly…

Before the power turns off, press the SET button so that you can select your personal number again.

If “no 1” to “no 4” blinks on the display, or GUEST is displayed, your personal data has not been registered in the unit.
Register your personal data.
You can use Guest Mode as well.



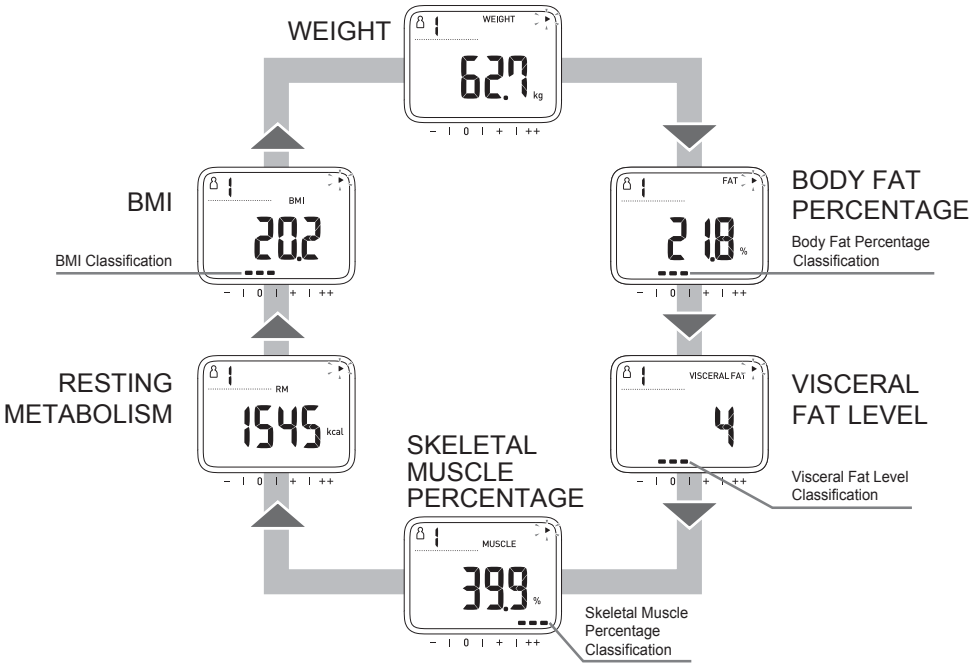
4. Check the measurement results.

The results display rotates automatically as shown below.

Once you confirm your personal number, you can switch it to a measurement result you want to view with the ▶ button.

Note

- Use Body Fat Percentage, Visceral Fat Level, Skeletal Muscle Percentage, and BMI classification indicator as a guide to measurement.
- To better understand your measurement results, refer to the information and diagrams in Section 17 and 18.



5. Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to turn off the power.

The power turns off if the unit is not used for 3 minutes.

Use the Memory Function

8. View the Measurement Results on Your Smart Device

Follow the instructions from the "OMRON connect" app to view your measurement results.

Then you can confirm the variation of your weight and body composition parameters on your smart device.

Note

- The "OMRON connect" app must be installed on your smart device. (Refer to Section 3.)

EN

When necessary

9. Select Your Personal Number and Take a Measurement

If your personal number is not recognized frequently, you can select your personal number and take the measurement as follows.

1. Press the ON/OFF button to turn on the power.

The power turns on. Personal number “1” blinks.

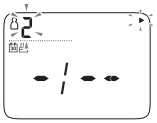


2. Select your personal number.

Select your personal number with the ▶ button.

When the birth date (- / - -) is displayed,
Your personal data has not been registered in your personal number.

Register your personal data. (Refer to Section 5.)



3. Press the SET button to confirm your personal number.

“0.0 kg” is displayed.

4. Take a measurement when “0.0 kg” is displayed.

Step onto the unit.



5. Check the measurement results.

The results display rotates automatically.

6. Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to turn off the power.

The power turns off if the unit is not used for 3 minutes.

When necessary

10. Guest Mode (Unrecorded Mode)

When this mode is used, your measurement results will not be recorded.

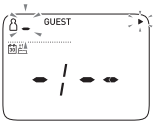
1. Press the ON/OFF button to turn on the power.

The power turns on. Personal number “1” blinks.



2. Select and confirm “ _”.

Select “GUEST” with the ▶ button, and then press the SET button to confirm.

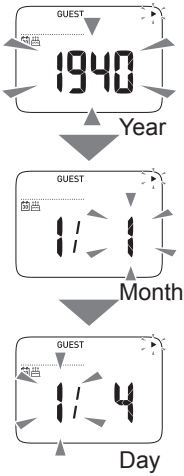


3. Enter personal data.

3.1 Set the birth date

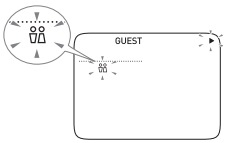
Press the ▶ button to set the birth date and press the SET button to confirm.

- Setting range of year: 1900 to 2045
- During setting the year and date, hold down the ▶ button to advance rapidly in increments of 10.



3.2 Set the gender

Press the ▶ button to set the gender (MALE) or (FEMALE) and press the SET button to confirm.



3.3 Set the height

Press the ▶ button to set the height and press the SET button to confirm.

- Press continuously to rapidly advance in increments of 10 cm (1 inch).



After all the settings are displayed for your confirmation, “0.0 kg” appears on the display.

The power turns off if the unit is not used for 1 minute after “0.0 kg” is displayed.

EN

4. Start Measurement when “0.0 kg” is displayed.

Step onto the unit.



5. Check the measurement results.

The results display rotates automatically.

6. Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to turn off the power.

The power turns off if the unit is not used for 3 minutes.

When necessary

11. Measure Weight Only

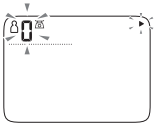
When this mode is used, your measurement result will not be recorded.

1. Press the ON/OFF button to turn on the power.

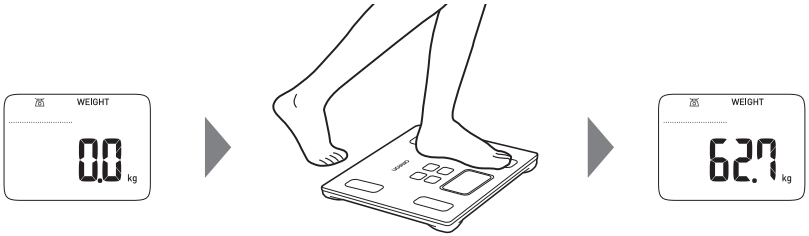
The power turns on. Personal number “1” blinks.

2. Select and confirm “1”.

Select “1” with the ▶ button, and then press the SET button to confirm.



3. When the “0.0 kg” is displayed, step onto the unit.



4. Check the measurement result.

Your weight is displayed and blinks to indicate that measurement is completed.

5. Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to turn off the power.

The power turns off if the unit is not used for 3 minutes.

When necessary

12. Change or Delete Your Personal Data

1. Press the (ON/OFF) button to turn on the power.

The power turns on. Personal number "1" blinks.



2. Select your personal number

Press the (▶) button to select the personal number.



When the birth date (- / - -) is displayed,

Your personal data is not registered in your personal number.
Register your personal data. (Refer to Section 5.)



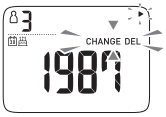
3. Press the (SET) button to confirm the personal number.

"0.0 kg" is displayed.



4. Press the (SET) button.

"CHANGE" and "DEL" blink.



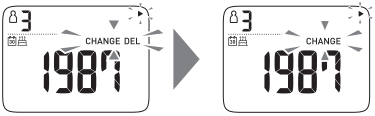
5. Select "CHANGE" or "DELETE" the personal data

- Even if the personal data are changed, the measurement results will not be changed or deleted. When using the personal number which has been used by another person, delete the personal data and then register the personal data again.

Change your personal data

(The measurement results won't be deleted)

1. Press the (▶) button to select "CHANGE"



2. Press the (SET) button

The year blinks.



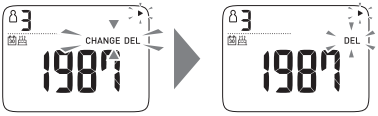
3. Change "birth date", "gender" and "height" with reference to Step 3 ~Step 5 of Section 5.

- To stop any change halfway, press the (ON/OFF) button (2 seconds or longer) to turn off the power.
- The untransferred measurement results will not be changed.

Delete your personal data

(The measurement results will also be deleted)

1. Press the (▶) button to select "DEL"

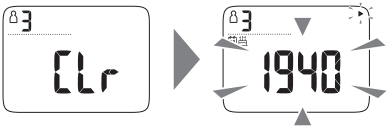


2. Press the (SET) button

OK? blinks.



3. Press the (SET) button again



EN

When necessary

13. Delete the Communication Setting

If you want to stop the use of the “OMRON connect” app or delete the communication settings from your smart device, please operate as follows. All the communication settings recorded in the unit will be deleted.

1. **Press and hold the (Bluetooth) button more than 2 seconds.**

“ P ” and the Bluetooth symbol blink.



2. **Press and hold the (Bluetooth) button more than 2 seconds again.**

“ OK? ” and “CLr” blink.



3. **Press the SET button to confirm.**

The power turns off if the unit is not used for 10 seconds after “CLr” is displayed.



When necessary

14. Maintenance and Storage

How to Clean the Unit

- Always keep the unit clean before use.
- Wipe the unit with a soft dry cloth. If necessary, use a cloth moistened with water or detergent and squeeze it well before wiping the unit, then wipe off with a dry cloth.
- Do not use benzene or thinner, or other volatile solvents to clean the unit.
- Do not wash the unit with water.

Care and Storage

- Do not store the unit in the following conditions:
  - Humidity, where moisture or water may get into the unit
  - High temperatures, direct sunlight or dusty places
  - Places with the risk of sudden shocks or vibrations
  - In places where chemicals are stored or where corrosive gas is present.
- Do not carry out repairs of any kind by yourself. This product is calibrated at the time of manufacture. If at any time you question the accuracy of measurements, please contact your authorized OMRON distributor. In general it is recommended to have the device inspected every 2 years to ensure correct functioning and accuracy.

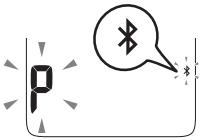
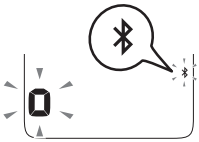
When necessary

15. Troubleshooting

In case of any of the below problems occur during the measurement, first check that no other electrical device is within 30cm. If the problem persists, refer to the table below.

Error Display	Cause	Correction
Err 1	You stepped off the unit during a measurement of body composition.	Do not step off the unit until the measurement of body composition is completed. (Refer to Section 6.)
	Your soles are not in firm contact with the electrodes.	Make sure that you are standing on the unit correctly by placing your soles firmly on the electrodes when taking a measurement. (Refer to Section 6.)
Err2	The posture for measurement is incorrect, your soles are not in firm contact with the electrodes or your soles were dry.	Stand with your knees and back straight. Keep your feet firmly placed on the electrodes and do not move your feet when taking a measurement. (Refer to Section 6.) Slightly moisten your soles with a wet towel and try again.
Err5	After setting the date and time the unit was touched or used before the display automatically turned OFF.	Remove and then re-insert the battery. Restart the device starting from "Pair the Unit with Your Smart Device". (Refer to Section 3.) • When the date and time are displayed, please leave the unit unattended until the power turns off automatically.
	Device error.	Remove and then re-insert the battery. Once this is complete, please restart the device. If this error continues to display, consult the OMRON service representative.
Err6	Communication failure.	Turn off the power and try to communicate again. If this error is displayed again, contact the OMRON service representative.
Err	You moved during a measurement.	Stand still during a measurement.
	Your body weight was out of the measurable range.	
	Communication failure.	Confirm the display of your smart device, and follow the instructions in “OMRON connect” app. Refer to “Help” from “OMRON connect” app.
	Batteries are low.	Recommend to replace the batteries with new ones ahead of time. (Refer to Section 2.)
	Batteries are depleted.	Replace the batteries. (Refer to Section 2.)

EN

Problem	Cause	Correction
 blinks	24-29 sets of measurements results have been stored.	Transfer the measurement results to “OMRON connect” app, then the symbol will disappear.
	30 sets of measurements results have been stored.	If the number exceeds 30, the oldest results are deleted.Transfer the measurement results to “OMRON connect” app, then the symbol will disappear.
	You pressed and held the button more than 2 seconds.	This is displayed when you pair your unit with your smart device. Follow the instructions on the “OMRON connect” app. Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to stop the pairing.
	You pressed the button.	This is displayed when the data is transferred to your smart device. Follow the instructions on the “OMRON connect” app. Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to stop the transmission.
	You pressed and held the button more than 2 seconds when “P” and the Bluetooth symbol were blinking.	This is displayed when you delete the communication setting. (Refer to Section 13.) Press the ON/OFF button (2 seconds or longer) to stop the operation.
Even if you turn on the power, nothing is displayed. Even if you step onto the unit, nothing is displayed.	No batteries are inserted.	Insert the batteries.
	The batteries are inserted in the wrong direction.	Insert the batteries in the correct direction.
	The batteries are worn out.	Replace all four batteries with new ones.
After replacing the batteries, nothing is displayed when stepping onto the unit.	You didn’t set the measurement unit, date and time after replacing the batteries.	Set the measurement unit, date and time. (Refer to Section 4.)
	Your body weight is too low. (Less than 12 kg.)	Select personal number before taking a measurement.
“- - - - -” is displayed for some results.	The registered data or body composition values were out of the measurable range.	Check whether the settings of birth date, gender, and height are correct. Even if these settings are correct, “- - - - -” is displayed if they are out of the displayable or supported age range.

Problem	Cause	Correction
The measurement result is higher or lower than the actual result. The result varies widely for each measurement.	Your posture is wrong during a measurement.	Take a measurement with a correct posture.
	You take a measurement on a carpet or cushioned floor surface, or an uneven floor.	Take a measurement on a hard and flat floor.
	Your soles and body are cold, impairing blood circulation.	Warm your body to get blood circulation back to normal before taking a measurement.
	The foot electrodes are very cold.	Leave the unit in a warm room for a while before taking a measurement.
	Your soles are dry.	Slightly moisten your soles with a wet towel before taking a measurement.
	The “0 kg correction” was not implemented correctly.	Implement the “0 kg correction”. (Refer to Section 6.3.)
You are not recognized correctly.	Your body weight has changed widely since the last measurement.	Select personal number before taking a measurement. (Refer to Section 9.)
	Your body type is similar to another registered person.	
	The measurement results of another user has been registered.	
You want to measure the body composition, but only the body weight is displayed.	Personal number or GUEST is not selected. (Personal number or GUEST is not displayed.)	Select personal number or GUEST before taking a measurement.
A button does not respond.	You pressed a button when you stood on the unit.	Step off the unit, and then press a button.
	The button is wet or contaminated.	Wipe off the water or stain before taking a measurement.
	You pressed two or more buttons simultaneously.	Press one button at a time.
Even if you do nothing, the power turns off.	Refer to “About the Power OFF Function”. (Refer to Section 2.)	
Failure to send data	Refer to “Help” in “OMRON connect” app.	

EN

16. Technical Data

Product Category	**Body Composition Analyzers**	
Product Description	**Body Composition Monitor**	
Model (code)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Display*	**Body Weight:**	2.0 to 150.0 kg with an increment of 0.1 kg (4.4 to 330.0 lb with an increment of 0.2 lb) (0 st 4.4 lb to 23 st 8.0 lb with an increment of 0.2 lb)
	Body Fat percentage:	5.0 to 60.0% with an increment of 0.1%
	Skeletal Muscle percentage:	5.0 to 50.0% with an increment of 0.1%
	BMI:	7.0 to 90.0 with an increment of 0.1
	Resting Metabolism:	385 to 3999 kcal with an increment of 1 kcal
	Visceral Fat Level:	30 levels with an increment of 1 level
	Body fat percentage, Skeletal muscle percentage and BMI classification: – (Low) / 0 (Normal) / + (High) / ++ (Very High) 4 levels	
	Visceral fat level classification: 0 (Normal) / + (High) / ++ (Very High) 3 levels * The age range for the Body Fat percentage and Body fat percentage classification is 10 to 80 years old. * The age range for the Skeletal Muscle percentage, Skeletal Muscle percentage classification, Visceral Fat level, Visceral Fat level classification and Resting Metabolism is 18 to 80 years old.	
Transmission Protocol	**Bluetooth®** low energy technology	
Wireless communication	**Frequency range:** **Modulation:** **Effective radiated power:**	2.4 GHz (2400 - 2483.5 MHz) GFSK <20 dBm
Setting Items*	The following information can be stored for up to 4 persons.	
	Measurement unit	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Birth date	1st January, 1900 to 31st December, 2045
	Gender	Male / Female
	Height	100.0 to 199.5 cm with an increment of 0.5 cm (3' 4" to 6' 6 1/2" with an increment of 1/4")
	* When the height of a person is less than 100.0 cm or more than 199.5 cm: BMI and body composition measurement results are for reference.	
Weight Accuracy	2.0 kg to 40.0 kg: ± 0.4 kg (4.4 lb to 88.2 lb: ± 0.88 lb) (4.4 lb to 6 st 4.2 lb: ± 0.88 lb)	
	40.0 kg to 150.0 kg: ± 1% (88.2 lb to 330.0 lb: ± 1%) (6 st 4.2 lb to 23 st 8.0 lb: ± 1%)	
Accuracy (S.E.E.)	**Body Fat percentage:**	3.5%
	Skeletal Muscle percentage:	3.5%
	Visceral Fat Level:	3 levels

Durable Period	5 years
IP Classification	IP21* * IP classification is degrees of protection provided by enclosures in accordance with IEC 60529. This device is protected against solid foreign objects of 12.5 mm diameter and greater such as a finger. This device is protected against vertically falling water drops which may cause issues during a normal operation.
Power Supply	4 AAA alkaline batteries (LR03)
Battery Life	Approximately 6 months (When AAA alkaline batteries are used in four measurements, four data transfers and four persons a day at a room temperature of 23°C)
Operating Temperature/ Humidity/Air Pressure	+5°C to +40°C, 30% to 85% RH (no-condensing), 860 hPa - 1060 hPa
Storage and Transport Temperature/ Humidity/Air Pressure	-20°C to +60°C, 10% to 95% RH (no-condensing), 860 hPa - 1060 hPa
Weight	Approximately 1.6 kg (including batteries)
External Dimensions	Approx. 285(W)×28(H)×280(D) mm (Approx. 11 1/5"(W)×1 1/10"(H)×11"(D))
Contents	Body composition monitor, 4 AAA alkaline batteries (LR03), setup instructions, instruction manual

Note

- Subject to technical modification without prior notice.
- Please report to the manufacturer and the competent authority of the Member State in which you are established about any serious incident that has occurred in relation to this device.

CE 0197

This Product operates in the unlicensed ISM band at 2.4GHz. In case this Product is used around the other wireless devices including microwave and wireless LAN, which operate same frequency band of this Product, there is a possibility that interference occurs between this Product and such other devices. If such interference occurs, please stop the operation of other devices or relocate this Product before using this Product or do not use this Product around the other wireless devices.

The **Bluetooth®** word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. is under license.

Hereby, OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., declares that the radio equipment type VIVA (HBF-222T-EBK) is in compliance with Directive 2014/53/EU.
The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: www.omron-healthcare.com.

Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc.
Android, the Google Play logo are trademarks of Google Inc.

Important information regarding Electromagnetic Compatibility (EMC)

HBF-222T-EBK manufactured by OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. conforms to EN60601-1-2:2015 Electromagnetic Compatibility (EMC) standard. Further documentation in accordance with this EMC standard is available at OMRON HEALTHCARE EUROPE at the address mentioned in this instruction manual or at www.omron-healthcare.com. Refer to the EMC information for HBF-222T-EBK on the website.

Warranty

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. guarantees this product for 3 years after date of purchase. The guarantee does not cover battery, packaging and/or damages of any kind due to misusage (such as dropping or physical misuse) caused by the user. Claimed products will only be replaced when returned together with the original invoice / cash ticket.

Correct Disposal of this Product

(Waste Electrical & Electronic Equipment)



This marking shown on the product or its literature, indicates that it should not be disposed with other household wastes at the end of its working life. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, please separate this from other types of wastes and recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources.

Household users should contact either the retailer where they purchased this product, or their local government office, for details of where and how they can take this item for environmentally safe recycling.

Business users should contact their supplier and check the terms and conditions of the purchase contract. This product should not be mixed with other commercial wastes for disposal.

This product does not contain any hazardous substances.
Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries.

Description of symbols that, depending on a model, can be found on the product itself, product sales package or IM.

	Applied part - Type BF Degree of protection against electric shock (leakage current)	SN	Serial number
IP XX	Ingress protection degree provided by IEC 60529		Temperature limitation
CE	CE Marking		Humidity limitation
	GOST-R symbol		Atmospheric pressure limitation
EAC	Symbol of Eurasian Conformity	⎓	Direct current
	Need for the user to consult the instructions for use		This product should not be used by persons with medical implants, e.g. heart pacemakers, artificial heart, lung or other electronic life support systems.
MD	Medical Device		Date of Manufacture

17. Information on Body Composition

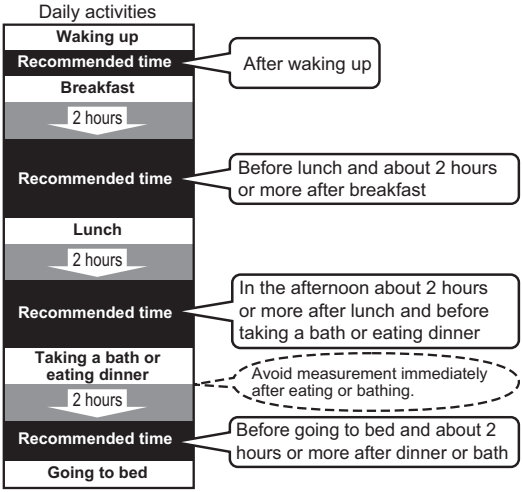
Principle of body composition calculation

Body fat has low electric conductivity

The VIVA measures the body fat percentage by the Bioelectrical Impedance (BI) method. Muscles, blood vessels and bones are body tissues with a high water content that conducts electricity easily. Body fat is tissue that has little electric conductivity. The VIVA sends an extremely weak electrical current of 50 kHz and less than 500 μA through your body to determine the amount of fat tissue. This weak electrical current is not felt while operating the VIVA.
In order for the scale to determine your body composition, it uses the electrical impedance, along with your height, weight, age and gender information to generate results based on OMRON's data of body composition.

Recommended measurement times

Understanding the normal changes in your body fat percentage can help you in preventing or reducing obesity. Being aware of the times when the body fat percentages shift within your own daily schedule will assist you in obtaining an accurate trending of your body fat. It is recommended to use this unit in the same environment and daily circumstances. (See chart)



EN

Avoid Taking Measurements Under the Following Conditions:

- Immediately after vigorous exercise, after a bath or sauna.
- After drinking alcohol or a large amount of water, after a meal (about 2 hours).

If a measurement is taken under these physical conditions, the calculated body composition may differ significantly from the actual one because the water content in the body is changing.

What is BMI (Body Mass Index)?

BMI uses the following simple formula to indicate the ratio between weight and height of a person.

BMI = weight (kg) / height (m) / height (m)

The OMRON VIVA uses the height information stored in your personal number or when entering information in the Guest Mode to calculate your BMI classification.
If the fat level revealed by BMI is higher than the international standard, there is an increased likelihood of common diseases. However, not all types of fat can be revealed by BMI.

What is Body Fat Percentage?

Body fat percentage refers to the amount of body fat mass in regards to the total body weight expressed as a percentage.

Body fat percentage (%) = {Body fat mass (kg) / Body weight (kg)} × 100

The VIVA uses the BI method to estimate your body fat percentage.
Depending on where the fat is distributed in the body, it is classified as visceral fat or subcutaneous fat.

What is Visceral Fat Level?

Visceral fat = fat surrounding internal organs

Too much visceral fat is thought to be closely linked to increased levels of fat in the bloodstream, which can lead to common diseases such as hyperlipidemia and diabetes, which impairs the ability of insulin to transfer energy from the bloodstream and using it in cells. In order to prevent or improve conditions of common diseases, it is important to try and reduce visceral fat levels to an acceptable level. People with high visceral fat levels tend to have large stomachs. However, this is not always the case and high visceral fat levels can lead to metabolic obesity. Metabolic obesity (visceral obesity with normal weight) represents fat levels that are higher than average, even if a person's weight is at or below the standard for their height.

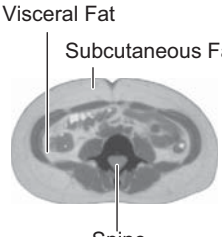


Sample Visceral Fat
(MRI image)

What is Subcutaneous Fat?

Subcutaneous fat = fat below the skin

Subcutaneous fat not only accumulates around the stomach but also around the upper arms, hips and thighs, and can cause a distortion of the body's proportions. Although not directly linked to increased risk of disease, it is thought to increase pressure on the heart and other complications. Subcutaneous fat is not displayed in this unit, but is included in the body fat percentage.



Sample Subcutaneous Fat
(MRI image)

What is Skeletal Muscle?

Muscle is divided into two types, muscle in internal organs, such as the heart, and skeletal muscle attached to bones that is used to move the body. Skeletal muscle can be increased through exercise and other activity. Increasing the ratio of skeletal muscle means that body can burn energy more easily, which means that it is less likely to turn to fat, and makes it easier to lead an energetic lifestyle.

What is Resting Metabolism?

Regardless of your activity level, a minimum level of caloric intake is required to sustain the body's everyday functions. Known as the resting metabolism, this indicates how many calories you need to ingest in order to provide enough energy for your body to function.

18. Measurement Results Interpretation Diagrams

Interpreting the Body Fat Percentage Result

	Age	-(Low)	0(Normal)	+(High)	++(Very High)
Female	10	< 16.1%	16.1 - 32.2%	32.3 - 35.2%	≧ 35.3%
	11	< 16.3%	16.3 - 33.1%	33.2 - 36.0%	≧ 36.1%
	12	< 16.4%	16.4 - 33.5%	33.6 - 36.3%	≧ 36.4%
	13	< 16.4%	16.4 - 33.8%	33.9 - 36.5%	≧ 36.6%
	14	< 16.3%	16.3 - 34.0%	34.1 - 36.7%	≧ 36.8%
	15	< 16.1%	16.1 - 34.2%	34.3 - 36.9%	≧ 37.0%
	16	< 15.8%	15.8 - 34.5%	34.6 - 37.1%	≧ 37.2%
	17	< 15.4%	15.4 - 34.7%	34.8 - 37.3%	≧ 37.4%
	18 - 39	< 21.0%	21.0 - 32.9%	33.0 - 38.9%	≧ 39.0%
	40 - 59	< 23.0%	23.0 - 33.9%	34.0 - 39.9%	≧ 40.0%
	60 - 80	< 24.0%	24.0 - 35.9%	36.0 - 41.9%	≧ 42.0%
Male	10	< 12.8%	12.8 - 27.9%	28.0 - 31.8%	≧ 31.9%
	11	< 12.6%	12.6 - 28.5%	28.6 - 32.6%	≧ 32.7%
	12	< 12.3%	12.3 - 28.2%	28.3 - 32.4%	≧ 32.5%
	13	< 11.6%	11.6 - 27.5%	27.6 - 31.3%	≧ 31.4%
	14	< 11.1%	11.1 - 26.4%	26.5 - 30.0%	≧ 30.1%
	15	< 10.8%	10.8 - 25.4%	25.5 - 28.7%	≧ 28.8%
	16	< 10.4%	10.4 - 24.7%	24.8 - 27.7%	≧ 27.8%
	17	< 10.1%	10.1 - 24.2%	24.3 - 26.8%	≧ 26.9%
	18 - 39	< 8.0%	8.0 - 19.9%	20.0 - 24.9%	≧ 25.0%
	40 - 59	< 11.0%	11.0 - 21.9%	22.0 - 27.9%	≧ 28.0%
	60 - 80	< 13.0%	13.0 - 24.9%	25.0 - 29.9%	≧ 30.0%

HD McCarthy et al, in the International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, and by Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, and classified into four levels by OMRON HEALTHCARE.

Interpreting the Visceral Fat Level Result

Visceral Fat Level	Level Classification
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (High)
15 - 30	++ (Very High)

According to OMRON HEALTHCARE figures.

Interpreting the Skeletal Muscle Percentage Result

	Age	-(Low)	0(Normal)	+(High)	++(Very High)
Female	18 - 39	< 24.3%	24.3 - 30.3%	30.4 - 35.3%	≧ 35.4%
	40 - 59	< 24.1%	24.1 - 30.1%	30.2 - 35.1%	≧ 35.2%
	60 - 80	< 23.9%	23.9 - 29.9%	30.0 - 34.9%	≧ 35.0%
Male	18 - 39	< 33.3%	33.3 - 39.3%	39.4 - 44.0%	≧ 44.1%
	40 - 59	< 33.1%	33.1 - 39.1%	39.2 - 43.8%	≧ 43.9%
	60 - 80	< 32.9%	32.9 - 38.9%	39.0 - 43.6%	≧ 43.7%

According to OMRON HEALTHCARE figures.

Interpreting the BMI Result

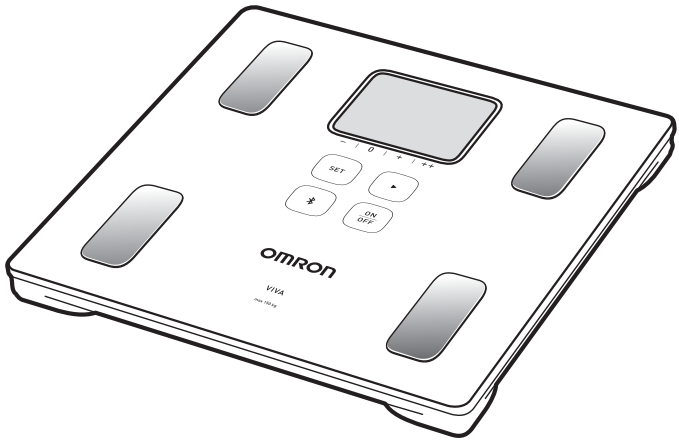
BMI	BMI (Designation by the WHO)
< 18.5	- (Underweight)
18.5 - 24.9	0 (Normal)
25 - 29.9	+ (Overweight)
≧ 30	++ (Obese)

Manufacturer 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EU-representative EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, THE NETHERLANDS www.omron-healthcare.com
Importer in EU	
Production facility	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, China
Subsidiaries	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importer in the United Kingdom and UK responsible person Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Issue Date: 2021-08-27

Made in China

OMRON



Monitor de composición corporal

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d'emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

Gracias por adquirir el monitor de composición corporal OMRON.
Antes de utilizar esta unidad, asegúrese de haber leído atentamente el manual de instrucciones para entender su uso correcto y seguro.
Guarde este manual de instrucciones de forma apropiada para futuras consultas.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

VIVA
Monitor de composición corporal

Uso previsto

Gracias por la compra de este monitor de composición corporal OMRON. Esta unidad está diseñada para medir y mostrar los siguientes parámetros de composición corporal.

- Peso corporal
- Grasa visceral (hasta 30 niveles)
- Metabolismo basal (en kcal)
- Grasa corporal (en %)
- Músculo esquelético (en %)
- IMC (índice de masa corporal)

Esta unidad está diseñada para ser utilizada por adultos capaces de entender este manual de instrucciones. No está destinada para uso profesional en hospitales u otras instalaciones médicas, sino únicamente para uso doméstico.

Lea cuidadosamente este manual de instrucciones antes de utilizar el dispositivo y para información adicional sobre cada una de las funciones.

Índice

Antes de utilizar la unidad 92

Notas de seguridad 92
1. Conozca su unidad 94
2. Colocar y cambiar las pilas 95
3. Emparejar la unidad con su dispositivo inteligente 96
4. Establecer la unidad de medida, la fecha y la hora 97
5. Registrar los datos personales 98

Instrucciones de funcionamiento 99

6. Cómo realizar una medición con precisión 99
   6.1 Mantenga una postura correcta durante la medición 99
   6.2 Acerca de la “medida correctora de 0 kg” (Advertencia sobre el almacenamiento) ... 100
   6.3 Cómo aplicar la “medida correctora de 0 kg” 100
7. Realizar una medición 100

Uso de la función de memoria 102

8. Visualizar los resultados de las mediciones en un dispositivo inteligente 102

Cuando sea necesario 103

9. Seleccionar su número personal y realizar una medición 103
10. Modo Guest (invitado) (modo de no grabación) 104
11. Medir únicamente el peso 105
12. Cambiar o eliminar sus datos personales 106
13. Eliminar los ajustes de comunicación 107
14. Mantenimiento y conservación 107
15. Resolución de problemas 108
16. Datos técnicos 111

Información sobre composición corporal 114

17. Información sobre composición corporal 114
18. Diagramas sobre la interpretación de los resultados de medición 116

Notas de seguridad

Símbolos empleados y sus definiciones:

⚠**¡Peligro!:**	El uso inadecuado de este dispositivo provocará lesiones graves o la muerte.
⚠**¡Advertencia!:**	El uso inadecuado de este dispositivo provocará lesiones graves o la muerte.
⚠**¡Precaución!:**	El uso inadecuado de este dispositivo podría provocar lesiones o daños materiales.

⚠¡Peligro!:

• No utilice nunca esta unidad con dispositivos electrónicos médicos como:
(1) Implantes médicos electrónicos como marcapasos.
(2) Sistemas electrónicos de soporte vital como corazones o pulmones artificiales.
(3) Productos sanitarios electrónicos portátiles como electrocardiógrafos.
Esta unidad podría causar fallos en el funcionamiento de estos dispositivos, lo que supondría un riesgo de salud considerable para sus usuarios.



⚠¡Advertencia!:

- Mantenga la unidad fuera del alcance de los niños. Contiene piezas pequeñas que pueden provocar riesgo de asfixia si las ingieren niños pequeños.
- No utilice la unidad en superficies resbaladizas, como un suelo mojado.
- No se suba a la unidad bruscamente ni salte sobre ella.
- No utilice esta unidad con el cuerpo o los pies mojados, como por ejemplo, tras darse un baño.
- Súbase descalzo a la unidad. Subirse a la unidad con calcetines puede hacer que resbale y se lesione.
- No se apoye en el borde ni en la zona de la pantalla de la unidad.
- Las personas con diversidad funcional o físicamente débiles deberán recibir la ayuda de otra persona cuando utilicen esta unidad.
- Si el líquido de las pilas entra en contacto con sus ojos, lávelos inmediatamente con abundante agua limpia. Acuda inmediatamente a un médico.
- No utilice este producto en hospitales, aviones u otros entornos donde esté restringido el uso de ondas de radio.
- Este producto emite radiofrecuencia (RF) en la banda de 2,4 GHz. No utilice el producto en lugares donde la radiofrecuencia esté restringida, como aviones u hospitales.

⚠¡Precaución!:

- No desmonte, repare ni realice ningún cambio en la unidad.
- No comience ningún programa de reducción de peso o de ejercicio sin consultar antes con un médico o especialista en atención sanitaria. Su salud podría verse perjudicada si decide autodiagnosticarse.
- Durante la medición, asegúrese de que no haya teléfonos móviles ni otros dispositivos eléctricos que emitan campos electromagnéticos en un radio de 30 cm del dispositivo. Podrían provocar un funcionamiento incorrecto del dispositivo y/o dar lugar a una lectura inexacta.
- Utilice solo las pilas especificadas para esta unidad. No introduzca las pilas con las polaridades en la dirección equivocada.
- Cambie las pilas gastadas por unas nuevas de inmediato.
- No arroje pilas gastadas al fuego.

- Si el líquido de las pilas entra en contacto con su piel o su ropa, lávelas inmediatamente con abundante agua limpia.
- Extraiga las pilas de la unidad cuando esta no se vaya a utilizar durante un período de tiempo prolongado (aproximadamente tres meses o más).
- No emplee distintos tipos de pilas de forma conjunta.
- No utilice conjuntamente pilas nuevas y gastadas.
- Lávese siempre los pies antes de utilizar la unidad. Si padece alguna infección en los pies u otra enfermedad cutánea, podría transmitírsela a otras personas.
- Cuando la unidad vaya a ser utilizada por varias personas, límpiela después de usarla con un paño humedecido con detergente suave. Luego, séquela.
- No utilice esta unidad para fines distintos de los que se describen en este manual.
- Esta unidad es un instrumento de precisión, por lo que deberá evitar que se caiga, vibre o reciba fuentes de descarga.

Transmisión de datos

- No cambie las pilas mientras se están transfiriendo los resultados de las mediciones a su dispositivo inteligente. Esto podría provocar un funcionamiento incorrecto del monitor e impedir que se transfieran los resultados de las mediciones.
- No coloque tarjetas inteligentes, imanes, objetos de metal ni otros dispositivos que emitan campos electromagnéticos cerca del monitor mientras se están transfiriendo los resultados de las mediciones a su dispositivo inteligente. Esto podría provocar un funcionamiento incorrecto de la unidad e impedir que se transfieran los resultados de las mediciones.

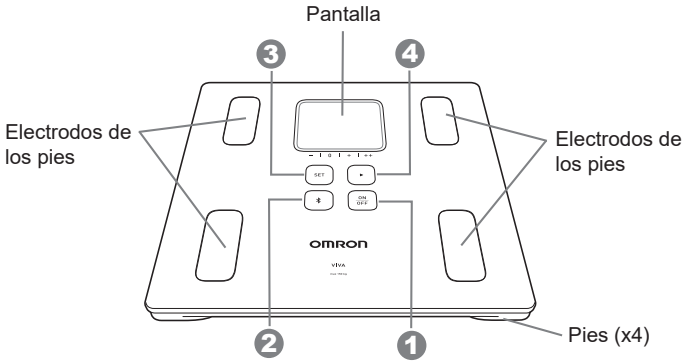
Mediciones incorrectas

Los siguientes usuarios podrían experimentar mediciones incorrectas:
Ancianos (más de 81 años de edad) / personas con fiebre / culturistas o atletas altamente entrenados / pacientes sometidos a diálisis / pacientes con osteoporosis que tengan una densidad ósea muy baja / mujeres embarazadas / personas con algún tipo de hinchazón.

- Esto se debe a que la composición corporal, como por ejemplo ocurre con la cantidad de agua del cuerpo, puede variar considerablemente del valor promedio.

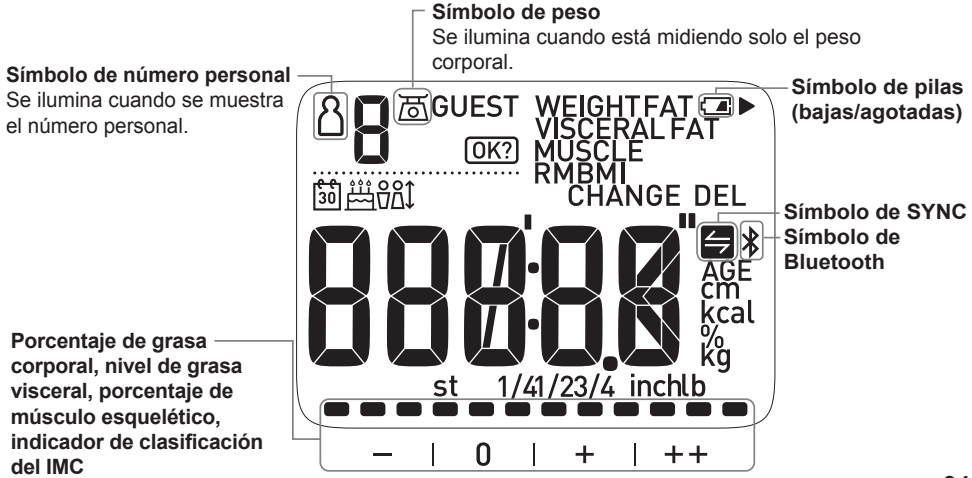
1. Conozca su unidad

Unidad principal



❶	ON / OFF	**Botón ON/OFF** • Pulse este botón para encender la unidad. • Pulse este botón (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.
❷	ᛒ	**Botón Bluetooth** • Pulse este botón para transferir los datos manualmente. • Pulse este botón (2 segundos o más) para emparejar la unidad con su dispositivo inteligente. ※ Este botón también está disponible cuando la unidad está apagada.
❸	SET	**Botón SET** • Pulse este botón para configurar o confirmar los datos.
❹	▶	**Botón de avance** • Pulse este botón para avanzar. • Mantenga pulsado este botón para avanzar rápidamente mientras ajusta la fecha, la hora y la altura.

Pantalla



ES

2. Colocar y cambiar las pilas

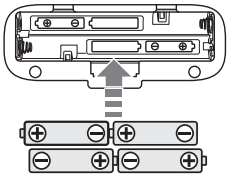
1. **Abra la tapa de las pilas, situada en la parte posterior de la unidad.**

Puede usar un objeto duro, como un bolígrafo.





2. **Introduzca las pilas respetando la polaridad indicada en el interior del compartimento de las pilas.**



3. **Cierre la tapa de las pilas.**

Duración de las pilas y su sustitución

- **6 meses aproximadamente (cuando las pilas alcalinas AAA se utilizan en cuatro mediciones, cuatro transferencias de datos y cuatro personas al día, a una temperatura ambiente de 23 °C)**
  - Las pilas suministradas son únicamente para la comprobación del funcionamiento del dispositivo; puede que su duración sea inferior.
- **Cuando el símbolo de pilas agotadas aparezca en la pantalla, sustituya las cuatro pilas por otras nuevas.**
  - Sustituya las cuatro pilas a la vez por otras nuevas (del mismo tipo).
  - Cuando el símbolo de pilas bajas parpadee, se recomienda que cambie las pilas por unas nuevas antes de que se agoten.

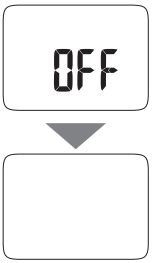
Símbolo de pilas agotadas



- **Cambie las pilas una vez apagado el dispositivo.**
  - Los datos personales guardados en la unidad se conservan incluso cuando se extraen las pilas.
  - La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.
- **Cuando cambie las pilas, es necesario que restablezca la unidad de medida, la fecha y la hora. (Consulte la sección 4).**
  - Si ya ha emparejado la app “OMRON connect”, pulse el botón para comunicarse con esta aplicación y, de esta forma, la fecha y la hora se ajustarán automáticamente.

Acerca de la función de apagado

- **Pulse el botón (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.**



- **La unidad se apaga automáticamente en las siguientes circunstancias.**
  - 10 segundos después de que aparezca “Err”.
  - Si la unidad no se utiliza durante 1 minuto cuando se muestra “0,0 kg”.
  - Si la unidad no se utiliza durante 3 minutos.

3. Emparejar la unidad con su dispositivo inteligente

1. **Active el Bluetooth en su dispositivo inteligente.**

2. **Descargue e instale la app “OMRON connect” en su dispositivo inteligente.**

Puede elegir uno de los 2 métodos siguientes.

■ **Escanee el código QR para acceder a la siguiente dirección.**

omronconnect.com/setup

Código QR

■ **Busque la app “OMRON connect” en el “App Store” o “Google Play”.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Abra la app en su dispositivo inteligente y siga las instrucciones para establecer la configuración y el emparejamiento.**

Si ya tiene instalada la app “OMRON connect”, vaya a:

Menú>Dispositivos>Agregar dispositivo

NOTAS

- Cada dispositivo inteligente gestiona los datos de un usuario.
- Si se utiliza una app distinta de “OMRON connect”, los datos pueden no ser transferidos correctamente.
- Para más detalles, lea el método y las instrucciones de uso de la aplicación.

4. Establecer la unidad de medida, la fecha y la hora

Es necesario establecer la unidad de medida, la fecha y la hora antes de realizar la primera medición o después de cambiar las pilas.

- La fecha y la hora también pueden establecerse desde la app “OMRON connect”.

1. Pulse el botón (ON/OFF) para encender la unidad.

Parpadeará “kg - cm” en la pantalla.

2. Establezca la unidad de medida.

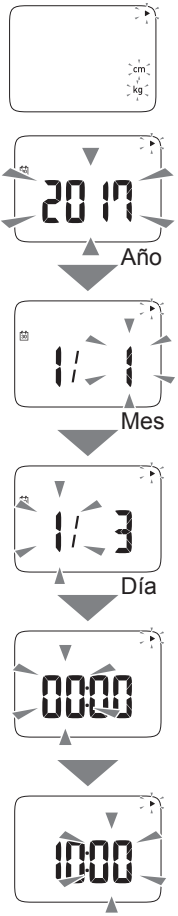
Pulse el botón (▶) para establecer el valor y el botón (SET) para confirmar.

- La unidad de medida predeterminada es “kg - cm”.
- Puede establecer la unidad de medida en “lb - inch” o “st-lb - inch”.

3. Establezca la hora y la fecha correctas en la unidad.

Pulse el botón (▶) para establecer el valor y el botón (SET) para confirmar.

- Rango de configuración: de 2017 a 2045.
- La hora tiene un formato de 24 horas.
- Durante la configuración del año, la fecha, la hora y los minutos, mantenga pulsado el botón (▶) para avanzar rápidamente de 10 en 10.



Cuando todos los ajustes de la unidad de medida, el año, el mes, el día, la hora y los minutos se hayan mostrado, la unidad se apagará automáticamente.

NOTAS

- Si se produce algún error durante la configuración, pulse el botón (ON/OFF) para apagar la unidad y comience desde el “Paso 1” de nuevo.
- La unidad se apaga si no se usa durante 3 minutos. Configure la unidad de medida, la fecha y la hora de nuevo.
- Para modificar la unidad de medida, la fecha o la hora, retire las pilas y espere al menos 20 segundos. A continuación, coloque las pilas y realice de nuevo la configuración.

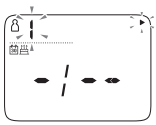
5. Registrar los datos personales

Para medir la composición corporal es necesario registrar sus datos personales (fecha de nacimiento, sexo y altura). Se pueden registrar los datos de hasta 4 personas distintas.

- También puede registrar los datos personales desde la app “OMRON connect”.

1. Pulse el botón (ON/OFF) para encender la unidad.

La unidad se encenderá. El número personal “1” parpadeará. Aparecerá la fecha de nacimiento (- / - -).



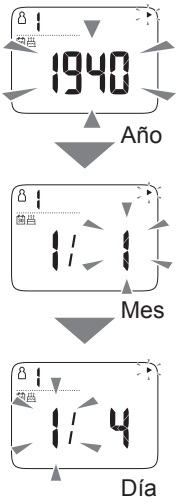
2. Seleccione y confirme su número personal.

Pulse el botón (▶) para seleccionar su número personal y pulse (SET) para confirmar.

3. Configure la fecha de nacimiento.

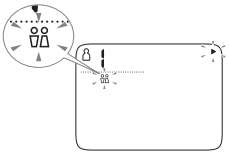
Pulse el botón (▶) para establecer su fecha de nacimiento y pulse (SET) para confirmar.

- Rango de configuración del año: de 1900 a 2045
- Durante la configuración del año y la fecha, mantenga pulsado el botón (▶) para avanzar rápidamente de 10 en 10.



4. Establezca su sexo

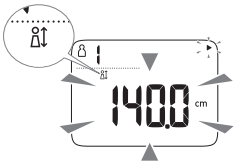
Pulse el botón (▶) para establecer el sexo ♂ (MASCULINO) o ♀ (FEMENINO) y pulse el botón (SET) para confirmar.



5. Establezca la altura.

Pulse el botón (▶) para establecer la altura y el botón (SET) para confirmarla.

- Manténgalo pulsado para avanzar rápidamente de 10 en 10 cm (o 1 pulgada).
- Una vez que todos los ajustes se hayan mostrado y confirmado, aparecerá en la pantalla “0,0 kg”.



ES

6. Súbase a la unidad para realizar las mediciones una vez que haya aparecido "0,0 kg" en la pantalla.

Los datos del peso y composición corporal se graban en la unidad para mantener un reconocimiento automático.

Al poco tiempo, se mostrarán los resultados de la medición de la siguiente forma.



7. Bájese de la unidad una vez que se muestren los resultados de la medición.

Se habrá completado el registro de los datos personales.

8. Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.

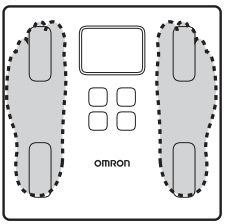
Para añadir datos personales nuevos, comience desde el "Paso 1".

Instrucciones de funcionamiento

6. Cómo realizar una medición con precisión

6.1 Mantenga una postura correcta durante la medición

Súbase a la unidad con los pies descalzos. Posicione los arcos de los pies en el centro de la unidad.



Nota

- Subirse a la unidad con calcetines o calzado dará lugar a una medición inexacta.



No doble las rodillas durante la medición.

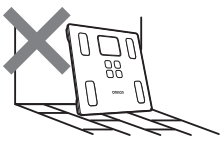
Realice la medición sobre suelo firme y plano.

Nota

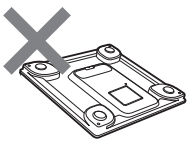
- Una superficie blanda, como una colchoneta o una alfombra, puede dar lugar a una medición inexacta.

6.2 Acerca de la “medida correctora de 0 kg” (Advertencia sobre el almacenamiento)

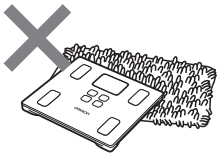
La unidad corrige periódicamente la precisión de forma automática cuando no se está usando.
- Si la unidad se coloca de una de las maneras que se muestran a continuación, la función de corrección de la precisión no funcionará; aplique la “medida correctora de 0 kg” antes de realizar la medición.



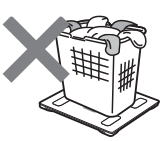
La unidad está apoyada contra la pared u otros objetos



La unidad está colocada boca abajo

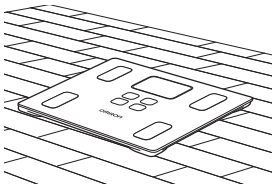


La unidad está colocada sobre un objeto



Un objeto está colocado sobre la unidad

6.3 Cómo aplicar la “medida correctora de 0 kg”



1. **Coloque la unidad sobre suelo firme y plano.**

2. **Pulse el botón (ON/OFF) para encender la unidad.**

3. **Seleccione su número personal o “👤”.**

Seleccione su número personal o “👤” con el botón (▶) y, a continuación, pulse el botón (SET) para confirmar.

4. **Cuando aparezca “0,0 kg”, pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.**

De esta manera se aplicará la “medida correctora de 0 kg”. Espere 5 segundos y, a continuación, realice la medición.

Instrucciones de funcionamiento

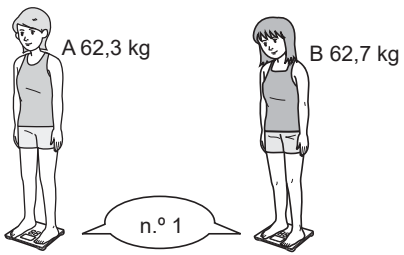
7. Realizar una medición

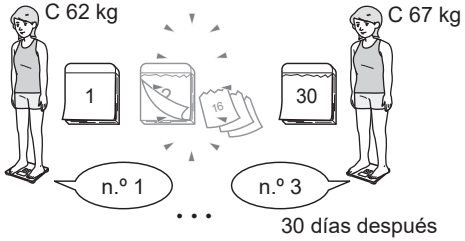
Cuando una persona se sube a la unidad, esta se enciende reconociendo el número personal automáticamente y comienza la medición.

ES

Puede aparecer un número personal erróneo en los siguientes casos:

- Se han realizado mediciones a usuarios con un tipo de cuerpo y peso corporal similares.
- Su peso corporal ha cambiado desde la última medición.

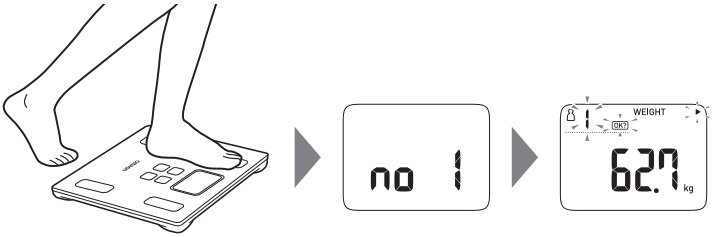




Si continúa realizándose un reconocimiento inexacto, seleccione su número personal para realizar una medición. (Consulte la sección 9).

1. Realice una medición cuando la unidad está apagada.

Al subirse a la unidad, esta se enciende automáticamente.



2. La medición se habrá completado cuando aparezca el número personal y los resultados de la medición.

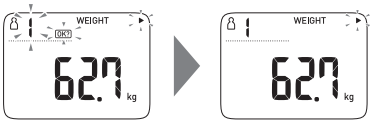
Bájese de la unidad.

3. Confirme su número personal.

■ Si su número personal es correcto…

Pulse el botón SET para confirmar su número personal. OK? desaparecerá.

Los resultados se guardarán en la unidad como un valor de medición vinculado al número personal que se muestra aunque la unidad se apague con OK? parpadeando.



■ Si su número personal es incorrecto…

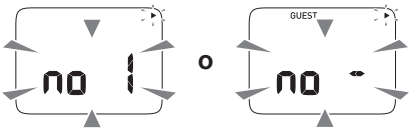
Antes de que se apague la unidad, seleccione su número personal con el botón ▶ y, a continuación, pulse el botón SET para confirmar.



■ Si ha confirmado su número personal incorrectamente...

Antes de que se apague la unidad, pulse el botón SET para poder seleccionar su número personal de nuevo.

Sus datos personales no se habrán registrado en la unidad cuando parpadee un número del “n.º 1” al “n.º 4” o aparezca GUEST (invitado) en la pantalla.
Registre sus datos personales.
También puede utilizar el modo de invitado.



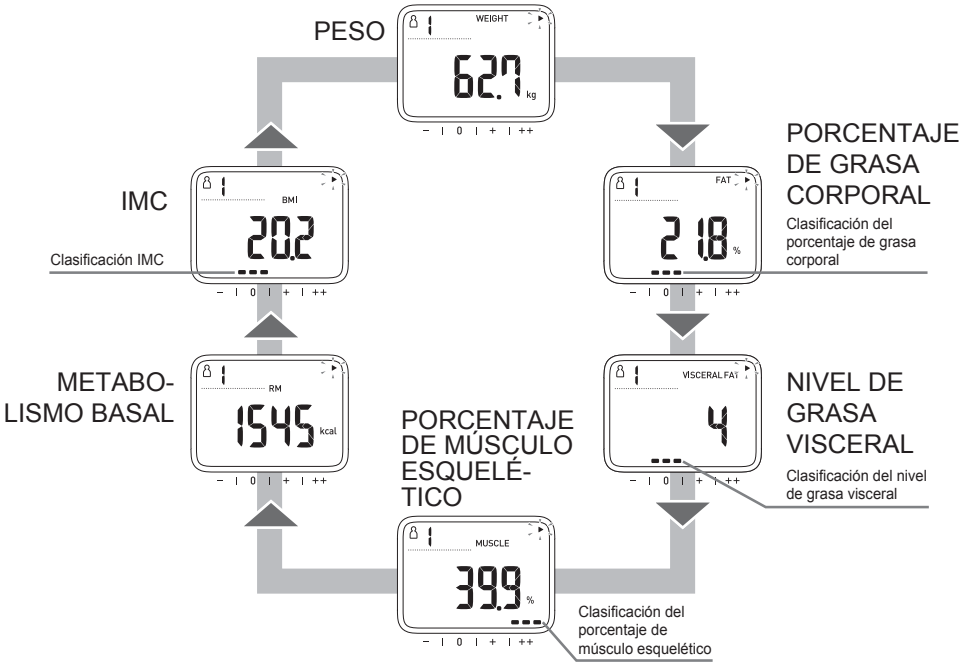
4. Revisión de los resultados de las mediciones.

Los resultados aparecerán alternándose de forma automática, tal y como se muestra a continuación.

Una vez confirmado su número personal, puede cambiar al resultado de la medición que desee ver pulsando el botón (▶).

Nota

- Utilice el porcentaje de grasa corporal, el nivel de grasa visceral, el porcentaje de músculo esquelético y el indicador de clasificación del IMC como guía para la medición.
- Para entender mejor los resultados de su medición, consulte la información y los diagramas de las secciones 17 y 18.



5. Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.

La unidad se apaga si no se usa durante 3 minutos.

ES

Uso de la función de memoria

8. Visualizar los resultados de las mediciones en un dispositivo inteligente

Siga las instrucciones de la app "OMRON connect" para ver los resultados de las mediciones.

De esta forma puede confirmar la variación de los parámetros de peso y composición corporal en su dispositivo inteligente.

Nota

- Es necesario que la app "OMRON connect" esté instalada en su dispositivo inteligente. (Consulte la sección 3).

Cuando sea necesario

9. Seleccionar su número personal y realizar una medición

Si la unidad falla a menudo al reconocer su número personal, puede seleccionar el número y realizar la medición como se muestra a continuación:

1. Pulse el botón (ON/OFF) para encender la unidad.

La unidad se enciende. El número personal “1” parpadea.

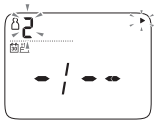


2. Seleccione su número personal.

Seleccione su número personal con el botón (▶).

Cuando se muestra la fecha de nacimiento (- / - -), quiere decir que sus datos personales no se han registrado todavía en su número personal.

Registre sus datos personales. (Consulte la sección 5).



3. Pulse el botón (SET) para confirmar su número personal.

Aparecerá “0,0 kg”.

4. Realice la medición cuando aparezca “0,0 kg”.

Súbase a la unidad.



5. Revisión de los resultados de las mediciones.

Los resultados aparecerán alternándose de forma automática.

6. Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.

La unidad se apaga si no se usa durante 3 minutos.

10. Modo Guest (invitado) (modo de no grabación)

Al utilizar este modo, no se guardarán los resultados de las mediciones.

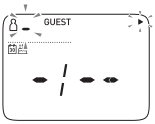
1. Pulse el botón (ON/OFF) para encender la unidad.

La unidad se enciende. El número personal “1” parpadea.



2. Seleccione y confirme “ ”.

Seleccione “GUEST” (invitado) con el botón (▶) y, a continuación, pulse el botón (SET) para confirmar.

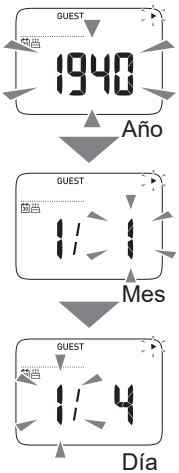


3. Introduzca los datos personales.

3.1 Establezca la fecha de nacimiento

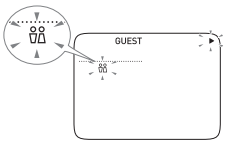
Pulse el botón (▶) para establecer la fecha de nacimiento y pulse el botón (SET) para confirmarla.

- Rango de configuración del año: de 1900 a 2045
- Durante la configuración del año y la fecha, mantenga pulsado el botón (▶) para avanzar rápidamente de 10 en 10.



3.2 Establezca su sexo

Pulse el botón (▶) para establecer el sexo (MASCULINO) o (FEMENINO) y, a continuación, pulse el botón (SET) para confirmarlo.



3.3 Configure la altura

Pulse el botón (▶) para establecer la altura y el botón (SET) para confirmarla.

- Manténgalo pulsado para avanzar rápidamente en incrementos de 10 cm (1 pulgada).



Una vez que todos los ajustes se hayan mostrado y confirmado, aparecerá en la pantalla “0,0 kg”.
La unidad se apaga si no se usa durante 1 minuto a partir del momento en que aparezca “0,0 kg”.

4. Comience la medición cuando aparezca “0,0 kg”.

Súbase a la unidad.



5. Revisión de los resultados de las mediciones.

Los resultados aparecerán alternándose de forma automática.

6. Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.

La unidad se apaga si no se usa durante 3 minutos.

Cuando sea necesario

11. Medir únicamente el peso

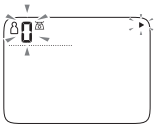
Al utilizar este modo, el resultado de las mediciones no se grabará.

1. Pulse el botón (ON/OFF) para encender la unidad.

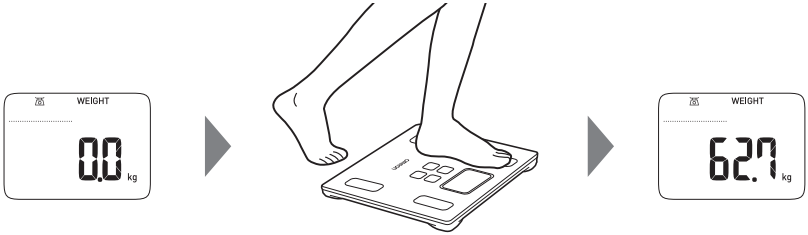
La unidad se enciende. El número personal “1” parpadea.

2. Seleccione y confirme “1”.

Seleccione “1” con el botón (▶) y, a continuación, pulse el botón (SET) para confirmar.



3. Cuando aparezca “0,0 kg”, súbase a la unidad.



4. Compruebe el resultado de la medición.

Su peso aparecerá en la pantalla y parpadeará para indicar que la medición ha finalizado.

5. Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.

La unidad se apaga si no se usa durante 3 minutos.

Cuando sea necesario

12. Cambiar o eliminar sus datos personales

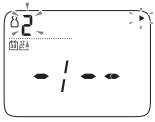


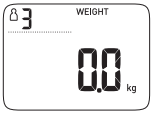
1. **Pulse el botón (ON/OFF) para encender la unidad.**
La unidad se enciende. El número personal “1” parpadea.



2. **Seleccione su número personal**
Pulse el botón (▶) para seleccionar su número personal.

> Cuando se muestra la fecha de nacimiento (- - / - -), quiere decir que sus datos personales no están registrados todavía en su número personal.
> Registre sus datos personales. (Consulte la sección 5).





3. **Pulse el botón (SET) para confirmar su número personal.**
Aparecerá “0,0 kg”.



4. **Pulse el botón (SET).**
Parpadearán “CHANGE” y “DEL”.

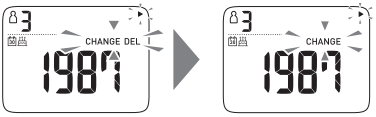
5. **Seleccione “CHANGE” o “DELETE” para cambiar o eliminar los datos personales**

- Incluso aunque se hayan cambiado los datos personales, los resultados de las mediciones no se cambiarán o eliminarán. Si utiliza un número personal que ha sido usado por otra persona, elimine los datos personales y regístrelos de nuevo.

Cambie los datos personales

(Los resultados de las mediciones no se eliminarán)

1. **Pulse el botón (▶) para seleccionar “CHANGE”**



2. **Pulse el botón (SET)**
El año parpadeará.



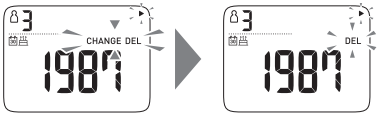
3. **Cambie “fecha de nacimiento”, “sexo” y “altura” de acuerdo con los Pasos 3 ~ 5 de la sección 5.**

- Para detener cualquier cambio mientras se esté efectuando, pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para apagar la unidad.
- Los resultados de la medición no transferidos no se cambiarán.

Elimine los datos personales

(Los resultados de las mediciones también se eliminarán)

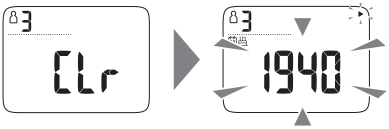
1. **Pulse el botón (▶) para seleccionar “DEL”**



2. **Pulse el botón (SET)**
OK? parpadeará.



3. **Pulse el botón (SET) de nuevo**



ES

Cuando sea necesario

13. Eliminar los ajustes de comunicación

Si desea dejar de utilizar la app “OMRON connect” o eliminar los ajustes de comunicación de su dispositivo inteligente, siga los siguientes pasos. Todos los ajustes de comunicación grabados en la unidad se eliminarán.

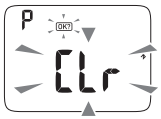
1. **Mantenga pulsado el botón (Bluetooth) más de 2 segundos.**

“P” y el símbolo de Bluetooth parpadearán.



2. **Mantenga pulsado el botón (Bluetooth) más de 2 segundos de nuevo.**

“ OK? ” y “CLr” parpadearán.



3. **Pulse el botón SET para confirmar.**

La unidad se apaga si no se usa durante 10 segundos a partir del momento en que aparezca “CLr”.



Cuando sea necesario

14. Mantenimiento y conservación

Cómo limpiar la unidad

- Mantenga la unidad siempre limpia antes de usarla.
- Limpie la unidad con un paño seco suave. En caso necesario, utilice un paño humedecido con agua o detergente y escúrralo bien antes de limpiar la unidad y, a continuación, elimine los restos con un paño seco.
- No utilice benceno ni disolvente u otros disolventes volátiles para limpiar la unidad.
- No lave la unidad con agua.

Cuidado y conservación

- No guarde la unidad en las siguientes circunstancias:
  - Ambiente húmedo, donde la humedad o el agua puedan entrar en la unidad
  - Altas temperaturas, luz solar directa o lugares polvorientos
  - Lugares con riesgo de que se produzcan vibraciones o sacudidas repentinas
  - En lugares donde se guarden sustancias químicas o donde haya gas corrosivo.
- No lleve a cabo ninguna reparación por su cuenta. Este producto está calibrado en el momento de su fabricación. Si en algún momento se cuestiona la precisión de las mediciones, póngase en contacto con su distribuidor autorizado de OMRON. Como norma general, se recomienda hacer una revisión del dispositivo cada 2 años para asegurar un funcionamiento correcto y su precisión.

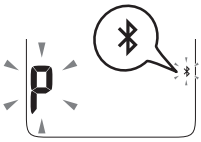
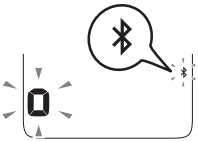
Cuando sea necesario

15. Resolución de problemas

En caso de producirse alguno de los siguientes problemas durante la medición, compruebe primero que no haya otros dispositivos eléctricos en un radio de 30 cm. Si el problema persiste, consulte la siguiente tabla:

Indicador de error	Causa	Medida correctora
Err 1	Se ha bajado de la unidad durante una medición de composición corporal.	No se baje de la unidad hasta que se haya completado la medición de la composición corporal. (Consulte la sección 6).
	Las plantas de los pies no están en contacto directo con los electrodos.	Al realizar una medición, asegúrese de estar bien situado sobre la unidad colocando las plantas de los pies firmemente en los electrodos. (Consulte la sección 6).
Err2	La postura para la medición no es correcta, la planta de los pies no está en contacto total con los electrodos o bien están secas.	Colóquese con las rodillas y la espalda rectas. Mantenga los pies firmes sobre los electrodos y no los mueva mientras se realiza la medición. (Consulte la sección 6). Humedezca ligeramente la planta de los pies con una toalla húmeda y vuelva a intentarlo.
Err5	Después de ajustar la fecha y la hora, la unidad se ha tocado o utilizado antes de que la pantalla se apagara automáticamente.	Retire y luego vuelva a insertar la pila. Reinicie el dispositivo siguiendo las indicaciones desde la sección "Emparejar la unidad con su dispositivo inteligente". (Consulte la sección 3). • Cuando se muestren la fecha y la hora, deje la unidad desatendida hasta que la alimentación se apague automáticamente.
	Error en el dispositivo.	Retire y luego vuelva a insertar la pila. A continuación, reinicie el dispositivo. Si se sigue mostrando este error, consulte al representante del servicio técnico de OMRON.
Err6	Fallo de comunicación.	Apague la unidad y pruebe a comunicarse de nuevo. Si el error aparece de nuevo, póngase en contacto con el representante del servicio técnico de OMRON.
Err	Se ha movido durante una medición.	Permanezca de pie y sin moverse durante la medición.
	Su peso no está dentro del rango de medición.	
Err	Fallo de comunicación.	Confirme la pantalla de su dispositivo inteligente y siga las instrucciones de la app “OMRON connect”. Consulte “Ayuda” en la app “OMRON connect”.
	Las pilas se están agotando.	Se recomienda que cambie pronto las pilas por unas nuevas. (Consulte la sección 2).
	Las pilas están agotadas.	Cambie las pilas. (Consulte la sección 2).

ES

Problema	Causa	Medida correctora
 parpadea	Se han guardado de 24 a 29 grupos de resultados de mediciones.	Transfiera los resultados de las mediciones a la app “OMRON connect”, tras ello el icono desaparecerá.
	Se han guardado 30 grupos de resultados de mediciones.	Si el número sobrepasa los 30, los resultados más antiguos se eliminarán. Transfiera los resultados de las mediciones a la app “OMRON connect” y, a continuación, el icono desaparecerá.
	Ha mantenido pulsado el botón (*) más de 2 segundos.	Esto aparece cuando empareja la unidad con un dispositivo inteligente. Siga las instrucciones de la app “OMRON connect”. Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para detener el emparejamiento.
	Ha pulsado el botón (*).	Esto aparece cuando los datos personales se transfieren a un dispositivo inteligente. Siga las instrucciones de la app “OMRON connect”. Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para detener la transmisión.
	Ha mantenido pulsado el botón (*) más de 2 segundos cuando “P” y el símbolo de Bluetooth parpadeaban.	Esto aparece cuando elimina los ajustes de comunicación. (Consulte la sección 13). Pulse el botón (ON/OFF) (durante 2 segundos o más) para detener el funcionamiento.
Aunque se encienda la unidad, no aparece nada. Aunque se suba a la unidad, no aparece nada.	No hay pilas dentro de la unidad.	Introduzca las pilas.
	Se han insertado las pilas con la polaridad invertida.	Inserte las pilas con la polaridad correcta.
	Las pilas están gastadas.	Sustituya las cuatro pilas por otras nuevas.
Tras cambiar las pilas, al subirse a la unidad no aparece nada.	No ha configurado la unidad de medición, la fecha y la hora tras cambiar las pilas.	Configure la unidad de medición, la fecha y la hora. (Consulte la sección 4).
	Su peso corporal es demasiado bajo. (Menos de 12 kg.)	Seleccione el número personal antes de realizar una medición.
Aparece “- - - - -” en algunos resultados.	Los datos o valores de composición corporal registrados estaban fuera del rango de medición.	Compruebe si los ajustes de la fecha de nacimiento, sexo y altura son correctos. Incluso aunque estos ajustes sean correctos, aparecerá “- - - - -” si están fuera del rango de edades visualizables o admitidas.

Problema	Causa	Medida correctora
El resultado de la medición es más alto o más bajo que el resultado real. El resultado varía significativamente de una medición a otra.	Su postura no es correcta durante la medición.	Realice la medición con la postura adecuada.
	Está realizando la medición sobre una alfombra o superficie blanda, o sobre una superficie irregular.	Realice la medición sobre suelo firme y plano.
	Las plantas de los pies o bien su cuerpo entero están fríos, afectando así a la circulación sanguínea.	Caliente su cuerpo para que la circulación sanguínea vuelva a la normalidad antes de realizar una medición.
	Los electrodos de los pies están muy fríos.	Sitúe la unidad en una habitación cálida durante un rato antes de realizar una medición.
	Las suelas de los pies están secas.	Humedezca ligeramente la planta de los pies con una toalla mojada antes de realizar una medición.
	La “medida correctora de 0 kg” no se aplicó correctamente.	Aplique la “medida correctora de 0 kg”. (Consulte la sección 6,3).
La unidad no le reconoce correctamente.	Su peso corporal ha cambiado significativamente desde la última medición.	Seleccione el número personal antes de realizar una medición. (Consulte la sección 9).
	Su tipo de cuerpo es parecido al de otra persona registrada.	
	Se han registrado los resultados de la medición de otro usuario.	
Desea medir la composición corporal, sin embargo, solo aparece el peso corporal.	No se ha seleccionado un número personal o GUEST. (No se muestra ningún número personal o GUEST).	Seleccione un número personal o GUEST antes de realizar una medición.
No responde un botón.	Ha pulsado un botón cuando se encontraba sobre la unidad.	Bájese de la unidad y, a continuación, pulse un botón.
	El botón está mojado o contaminado.	Elimine el agua o la mancha antes de realizar una medición.
	Ha pulsado dos o más botones a la vez.	Pulse solo un botón a la vez.
Incluso aunque no esté haciendo nada, la unidad se apaga.	Consulte “Acerca de la función de apagado”. (Consulte la sección 2).	
Error al enviar datos	Consulte “Ayuda” en la app “OMRON connect”.	

16. Datos técnicos

Categoría del producto	**Analizadores de composición corporal**	
Descripción del producto	**Monitor de composición corporal**	
Modelo (código Intl.)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Pantalla*	**Peso corporal:**	2,0 a 150,0 kg con un incremento de 0,1 kg (de 4,4 a 330,0 lb con un incremento de 0,2 lb) (0 st de 4,4 lb a 23 st 8,0 lb con un incremento de 0,2 lb)
	Porcentaje de grasa corporal:	5,0 a 60,0 % con un incremento de 0,1 %
	Porcentaje de músculo esquelético:	5,0 a 50,0 % con un incremento de 0,1 %
	IMC:	7,0 a 90,0 con incrementos de 0,1
	Metabolismo basal:	385 a 3999 kcal con un incremento de 1 kcal
	Niveles de grasa visceral:	30 niveles con un incremento de 1 nivel
	Porcentaje de grasa corporal, porcentaje de músculo esquelético y clasificación del IMC: – (Bajo) / 0 (Normal) /+ (Alto) / ++ (Muy alto) 4 niveles	
	Clasificación del nivel de grasa visceral: 0 (Normal) / + (Alto) / ++ (Muy alto) 3 niveles * El margen de edad para el porcentaje de grasa corporal y la clasificación del porcentaje de grasa corporal es de 10 a 80 años. * El margen de edad para el porcentaje de músculo esquelético, la clasificación del porcentaje de músculo esquelético, el nivel de grasa visceral, la clasificación del nivel de grasa visceral y el metabolismo basal es de 18 a 80 años.	
Protocolo de transmisión	**Bluetooth®** de baja energía	
Comunicación inalámbrica	**Intervalo de frecuencias:** **Modulación:** **Potencia radiada aparente:**	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Opciones de configuración*	Se puede guardar la información siguiente de hasta 4 personas distintas.	
	Unidad de medición	kg - cm / lb - inch / st-lb - inch
	Fecha de nacimiento	Del 1 de enero de 1900 al 31 de diciembre de 2045
	Sexo	Masculino / Femenino
	Altura	100,0 a 199,5 cm con un incremento de 0,5 cm (3' 4" a 6' 6 1/2" con un incremento de 1/4")
	* Cuando la altura de una persona es menor de 100,0 cm o mayor de 199,5 cm, los resultados de las mediciones del IMC y la composición corporal aparecen como referencia.	
Precisión del peso	2,0 kg a 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb a 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb a 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg a 150,0 kg : ± 1 % (88,2 lb a 330,0 lb : ± 1 %) (de 6 st 4,2 lb a 23 st 8,0 lb: ± 1 %)	
Precisión (S.E.E.)	**Porcentaje de grasa corporal:**	3,5 %
	Porcentaje de músculo esquelético:	3,5 %
	Niveles de grasa visceral:	3 niveles

Periodo de vida útil	5 años
Clasificación IP	IP21* * La clasificación IP representa los grados de protección proporcionados por las carcasas de acuerdo con la norma IEC 60529. Este dispositivo está protegido contra objetos sólidos extraños con un diámetro de 12,5 mm o más, como un dedo. Este dispositivo está protegido contra la caída vertical de gotas de agua que puede provocar problemas durante el funcionamiento normal.
Alimentación	4 pilas alcalinas AAA (LR03)
Duración de las pilas	6 meses aproximadamente (cuando las pilas alcalinas AAA se utilizan en cuatro mediciones, cuatro transferencias de datos al día y cuatro personas a una temperatura ambiente de 23 °C)
Temperatura / Humedad / Presión atmosférica de funcionamiento	+5 °C a +40 °C, 30 % a 85 % de humedad relativa (sin condensación), 860 hPa - 1060 hPa
Temperatura / Humedad / Presión atmosférica de conservación y transporte	-20 °C a +60 °C, 10 % a 95 % de humedad relativa (sin condensación), 860 hPa - 1060 hPa
Peso	1,6 kg aproximadamente (incluidas las pilas)
Dimensiones externas	Aprox. 285 (an.) × 28 (al.) × 280 (fo.) mm (Aprox. 11 1/5" (an.) × 1 1/10" (al.) × 11" (fo.))
Índice	Monitor de composición corporal, 4 pilas alcalinas AAA (LR03), instrucciones de configuración, manual de instrucciones

Nota

- Sujeto a modificaciones técnicas sin previo aviso.
- Informe al fabricante y a la autoridad competente del Estado miembro en el que usted esté establecido sobre cualquier incidente grave que se haya producido en relación con este dispositivo.

CE 0197

Este producto opera en una banda ISM sin licencia a 2,4GHz. Si el producto fuese utilizado cerca de otros dispositivos inalámbricos como microondas y redes locales inalámbricas, que también operan en bandas con la misma frecuencia, existe la posibilidad de que haya interferencias entre este producto y los otros dispositivos. En el caso de que ocurriese dicha interferencia, detenga el funcionamiento de los otros dispositivos o cambie de ubicación antes de volver a usar el producto, o no utilice el producto cerca de otros dispositivos inalámbricos.

ES

El nombre y el logotipo de **Bluetooth®** son marcas registradas de Bluetooth SIG, Inc. y cualquier uso de dichas marcas hecho por OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. se ha llevado a cabo con su licencia correspondiente.

Por la presente, OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., declara que el tipo de equipo de radio VIVA (HBF-222T-EBK) cumple con la Directiva 2014/53/UE.
El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.omron-healthcare.com

Apple y el logotipo de Apple son marcas registradas de Apple Inc. en EE. UU. y en otros países.
App Store es una marca de servicio de Apple Inc.
Android y el logotipo de Google Play son marcas registradas de Google Inc.

Información importante sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC)

HBF-222T-EBK ha sido fabricado por OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. conforme al estándar EN60601-1-2:2015 de compatibilidad electromagnética (EMC). OMRON HEALTHCARE EUROPE pone a su disposición más documentación conforme al estándar de compatibilidad electromagnética (EMC) en la dirección mencionada en este manual de instrucciones o en www.omron-healthcare.com. Consulte la información sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC) de HBF-222T-EBK en el sitio web.

Garantía

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantiza este producto durante 3 años a partir de la fecha de compra.
La garantía no cubre la pila, el empaquetado y/o daños de cualquier índole causados por un uso indebido (por ejemplo si se deja caer la unidad o se realiza un uso físico indebido) por parte del usuario. Los productos reclamados solo se sustituirán por otro si se devuelven junto con la factura o recibo de compra original.

Eliminación correcta de este producto
(Material eléctrico y electrónico de desecho)



La presencia de esta marca en el producto o en el material informativo que lo acompaña, indica que al finalizar su vida útil no deberá eliminarse junto con otros residuos domésticos. Para evitar los posibles daños al medio ambiente o a la salud humana que representa la eliminación incontrolada de residuos, separe este producto de otros tipos de residuos y recíclelo correctamente para promover la reutilización sostenible de recursos materiales.

Los usuarios particulares pueden contactar con el establecimiento donde adquirieron el producto, o con las autoridades locales pertinentes, para informarse sobre cómo y dónde pueden llevarlo para que sea sometido a un reciclaje ecológico y seguro.

Los usuarios profesionales pueden contactar con su proveedor y consultar la normativa vigente. Este producto no debe eliminarse mezclado con otros residuos comerciales.

Este producto no contiene ninguna sustancia peligrosa.
La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.

Descripción de los símbolos que, en función del modelo, pueden encontrarse sobre el producto mismo, el envase de venta o el manual de instrucciones.

	Partes en contacto - Tipo BF Grado de protección contra descargas eléctricas (corriente de fuga)	SN	Número de serie
IP XX	Grado de protección de entrada según la norma internacional IEC 60529		Limitación de la temperatura
CE	Marcado CE		Limitación de la humedad
	Símbolo de GOST-R		Limitación de la presión atmosférica
	Símbolo de Conformidad Euroasiática		Corriente continua
	Es necesario que el usuario consulte el manual de instrucciones		No debe utilizar este producto personal con implantes médicos, como marcapasos, corazón o pulmón artificiales u otros sistemas de soporte vital electrónicos.
MD	Producto sanitario		Fecha de fabricación

17. Información sobre composición corporal

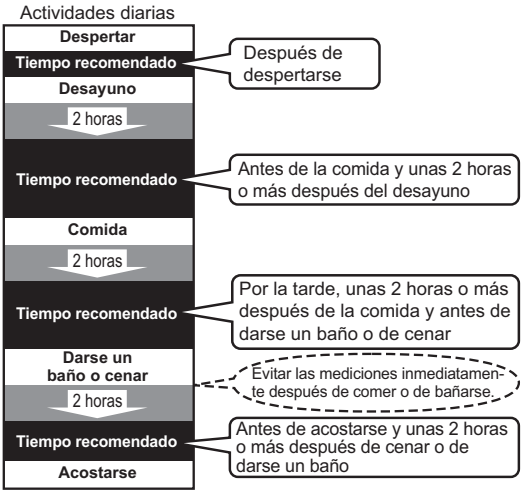
Principio de la medición de la composición corporal

La grasa corporal tiene una baja conductividad eléctrica

El VIVA calcula el porcentaje de grasa corporal mediante el método de impedancia bioeléctrica (IB). Los músculos, los vasos sanguíneos y los huesos son tejidos corporales que poseen un alto contenido en agua y que conducen fácilmente la electricidad. La grasa corporal es un tejido que tiene muy poca conductividad eléctrica. El VIVA emite una corriente extremadamente débil de 50 kHz e inferior a 500 μA en su cuerpo para determinar la cantidad de tejido graso. Esta corriente eléctrica de muy baja intensidad no se siente mientras se utiliza el VIVA.
Para determinar su composición corporal, la báscula utiliza la impedancia eléctrica, junto con los datos correspondientes a su altura, peso, edad y sexo, para generar resultados basados en los datos de composición corporal de OMRON.

Horas de medición recomendadas

Comprender los cambios normales de su porcentaje de grasa corporal puede ayudarle a prevenir o reducir la obesidad. Conocer las horas en las que cambian los porcentajes de grasa corporal dentro de su propio programa diario, le ayudará a obtener una evolución precisa de su grasa corporal. Se recomienda utilizar esta unidad en el mismo entorno y en las mismas circunstancias diarias. (Consulte el gráfico)



Evite realizar mediciones en las siguientes circunstancias:

- Inmediatamente después de ejercicio físico vigoroso o después de un baño o una sauna.
- Después de beber alcohol o una gran cantidad de agua o después de una comida (unas 2 horas).

Si se efectúa una medición bajo estas circunstancias físicas, la composición corporal calculada podría variar significativamente de la real, ya que, en esos momentos, el contenido de agua del cuerpo está cambiando.

¿Qué es el IMC (índice de masa corporal)?

El IMC emplea esta sencilla fórmula para indicar la proporción que existe entre el peso y la estatura de una persona.

IMC = peso (kg)/estatura (m)/estatura (m)

El VIVA de OMRON utiliza la altura guardada en su número personal o introducida en el modo de invitado para calcular su clasificación de IMC.

Si el nivel de grasa indicado por el IMC es superior al nivel estándar internacional, existen mayores probabilidades de enfermedades comunes. No obstante, el IMC no revela todos los tipos de grasa.

¿Qué es el porcentaje de grasa corporal?

El porcentaje de grasa corporal se refiere a la cantidad de masa grasa del cuerpo con respecto al peso total expresado en forma de porcentaje.

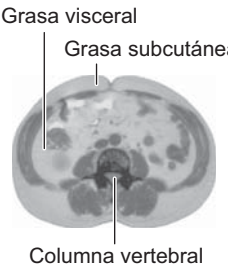
Porcentaje de grasa corporal (%) = {Masa de grasa corporal (kg)/ Peso corporal (kg)} × 100

El VIVA emplea el método IB para calcular su porcentaje de grasa corporal.
Dependiendo de la distribución de la grasa en el cuerpo, esta se clasifica en grasa visceral o grasa subcutánea.

¿Qué es el nivel de grasa visceral?

Grasa visceral = grasa que rodea los órganos internos

Se cree que una gran cantidad de grasa visceral está íntimamente relacionada con los niveles de grasa en el torrente sanguíneo, lo que podría ser la causa del padecimiento de enfermedades comunes, tales como la hiperlipidemia y la diabetes, que reducen la capacidad de la insulina para transferir energía desde el torrente sanguíneo y utilizarla en las células. Para prevenir o mejorar la evolución de las enfermedades comunes, es importante intentar reducir los niveles de grasa visceral a un nivel aceptable. Las personas con unos niveles de grasa visceral elevados suelen tener estómagos grandes. No obstante, esto no siempre se cumple y los niveles de grasa visceral elevados pueden provocar obesidad metabólica. La obesidad metabólica (obesidad visceral con peso normal) representa niveles de grasa superiores a la media, incluso si el peso de una persona se encuentra en el nivel correspondiente a su altura o por debajo del mismo.

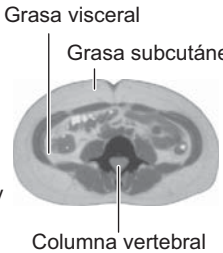


Muestra de grasa visceral (resonancia magnética)

¿Qué es la grasa subcutánea?

Grasa subcutánea = grasa que se encuentra bajo la piel

La grasa subcutánea no solo se acumula alrededor del estómago, sino también en torno a la parte superior de los brazos, caderas y muslos, y puede provocar una alteración en las proporciones del cuerpo. Aunque no está directamente relacionada con un mayor riesgo de padecer enfermedades, se la relaciona con el aumento de la presión coronaria y la aparición de otras complicaciones. Esta unidad no muestra la grasa subcutánea, pero está incluida en el porcentaje de grasa corporal.



Muestra de grasa subcutánea (resonancia magnética)

¿Qué es el músculo esquelético?

Se distinguen dos tipos de músculos: el músculo de los órganos internos, como el corazón, y el músculo esquelético que va unido a los huesos y permite la movilidad del cuerpo. El músculo esquelético puede incrementarse con la práctica de ejercicio y otro tipo de actividades. El aumento de la proporción de músculo esquelético significa que el cuerpo puede quemar energía con mayor facilidad, lo que significa que es menos probable que esta se convierta en grasa y facilita un estilo de vida más dinámico.

¿Qué es el metabolismo basal?

Independientemente de su nivel de actividad, se necesita un nivel mínimo de ingesta calórica para llevar a cabo las funciones del día a día. Es conocido como el metabolismo en reposo e indica cuántas calorías se necesita ingerir con el fin de proporcionar suficiente energía para que el cuerpo funcione.

18. Diagramas sobre la interpretación de los resultados de medición

Interpretación de los resultados del porcentaje de grasa corporal

	Edad	- (Bajo)	0 (Normal)	+ (Alto)	++ (Muy alto)
Mujer	10	< 16,1 %	16,1 - 32,2 %	32,3 - 35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3 - 33,1 %	33,2 - 36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4 - 33,5 %	33,6 - 36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4 - 33,8 %	33,9 - 36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3 - 34,0 %	34,1 - 36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1 - 34,2 %	34,3 - 36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8 - 34,5 %	34,6 - 37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4 - 34,7 %	34,8 - 37,3 %	≧ 37,4 %
	18 - 39	< 21,0 %	21,0 - 32,9 %	33,0 - 38,9 %	≧ 39,0 %
	40 - 59	< 23,0 %	23,0 - 33,9 %	34,0 - 39,9 %	≧ 40,0 %
	60 - 80	< 24,0 %	24,0 - 35,9 %	36,0 - 41,9 %	≧ 42,0 %
Hombre	10	< 12,8 %	12,8 - 27,9 %	28,0 - 31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6 - 28,5 %	28,6 - 32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3 - 28,2 %	28,3 - 32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6 - 27,5 %	27,6 - 31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1 - 26,4 %	26,5 - 30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8 - 25,4 %	25,5 - 28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4 - 24,7 %	24,8 - 27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1 - 24,2 %	24,3 - 26,8 %	≧ 26,9 %
	18 - 39	< 8,0 %	8,0 - 19,9 %	20,0 - 24,9 %	≧ 25,0 %
	40 - 59	< 11,0 %	11,0 - 21,9 %	22,0 - 27,9 %	≧ 28,0 %
	60 - 80	< 13,0 %	13,0 - 24,9 %	25,0 - 29,9 %	≧ 30,0 %

H. D. McCarthy y col., en International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, y de Gallagher y col., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, junto con una clasificación en cuatro niveles por parte de OMRON HEALTHCARE.

ES

Interpretación del resultado de los niveles de grasa visceral

Niveles de grasa visceral	Clasificación del nivel
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Alto)
15 - 30	++ (Muy alto)

Según cifras de OMRON HEALTHCARE.

Interpretación del resultado de porcentaje de músculo esquelético

	Edad	- (Bajo)	0 (Normal)	+ (Alto)	++ (Muy alto)
Mujer	18 - 39	< 24,3 %	24,3 - 30,3 %	30,4 - 35,3 %	≧ 35,4 %
	40 - 59	< 24,1 %	24,1 - 30,1 %	30,2 - 35,1 %	≧ 35,2 %
	60 - 80	< 23,9 %	23,9 - 29,9 %	30,0 - 34,9 %	≧ 35,0 %
Hombre	18 - 39	< 33,3 %	33,3 - 39,3 %	39,4 - 44,0 %	≧ 44,1 %
	40 - 59	< 33,1 %	33,1 - 39,1 %	39,2 - 43,8 %	≧ 43,9 %
	60 - 80	< 32,9 %	32,9 - 38,9 %	39,0 - 43,6 %	≧ 43,7 %

Según cifras de OMRON HEALTHCARE.

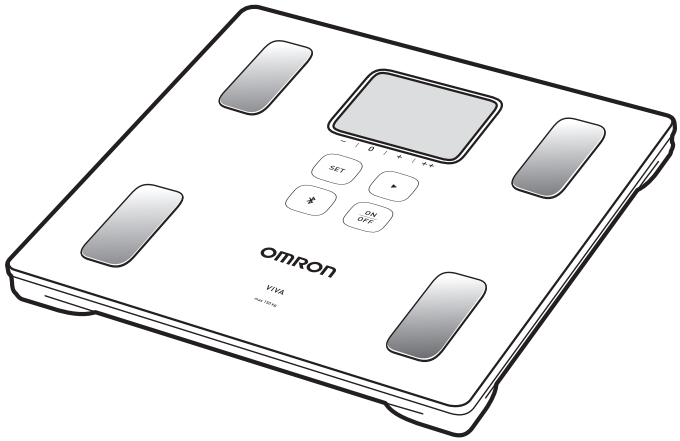
Interpretación de los resultados del IMC

IMC	IMC (designación de la OMS)
< 18,5	- (Peso inferior al normal)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (Peso superior al normal)
≧ 30	++ (Obesidad)

Fabricante 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPÓN
Representante en la UE **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, PAÍSES BAJOS www.omron-healthcare.com
Importador en la UE	
Planta de producción	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhóu Jiangsu 225009, China
Empresas filiales	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importador en el Reino Unido y persona responsable en el RU Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Fecha de publicación: 2021-08-27 Fabricado en China

OMRON



Kehonkoostumusmittari

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Käyttöohje

FI

Kiitämme OMRON:in kehonkoostumusmittarin ostamisesta.
Lue ennen tämän laitteen käyttöä tämä Käyttöohje huolellisesti ymmärtääksesi, kuinka sitä käytetään turvallisesti ja oikein.
Säilytä Käyttöohje huolellisesti myös myöhempää tarvetta varten.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-FI-08-06/2021

21F1343

VIVA
Kehonkoostumusmittari

Käyttötarkoitus
Kiitämme tämän OMRONin kehonkoostumusmittarin ostamisesta. Laite on tarkoitettu seuraavien kehon koostumuksen arvojen mittaamiseen ja näyttämiseen.

- Paino
- Sisäelinten rasvamäärä (korkeintaan 30 tasoa)
- Lepoaineenvaihdunta (kcal)
- Kehon rasvaprosentti (%)
- Luustolihas (%)
- BMI (painoindeksi)

Laite on tarkoitettu aikuisille, jotka ymmärtävät tämän Käyttöohjeen sisällön. Sitä ei ole tarkoitettu ammattikäyttöön sairaaloissa tai muissa lääketieteellisissä tiloissa. Se on tarkoitettu ainoastaan kotikäyttöön.

Lue tämä käyttöohje huolellisesti ennen laitteen käyttöä ja tarkista siitä eri toimintojen yksityiskohtaiset tiedot.

Sisältö

Ennen laitteen käyttöä 2

Turvallisuustietoja 2
1. Laitteen osat 4
2. Paristojen asennus ja vaihto 5
3. Laitteen liittäminen älylaitteeseen 6
4. Mittayksikön, päiväyksen ja ajan asetus 7
5. Henkilötietojen rekisteröinti 8

Käyttöohjeet 9

6. Tarkan mittauksen tekeminen 9
   6.1 Oikea asento mittauksen aikana 9
   6.2 Tietoja 0 kg:n korjauksesta (tallennusta koskeva varoitus) 10
   6.3 Kuinka 0 kg:n korjaus otetaan käyttöön 10
7. Mittauksen tekeminen 10

Muistitoiminnon käyttö 12

8. Mittaustulosten katselu älylaitteella 12

Tarvittaessa 13

9. Valitse henkilönumerosi ja tee sitten mittaus 13
10. Vierastila (tallentamaton tila) 14
11. Pelkän painon mittaaminen 15
12. Henkilötietojen muutos tai poistaminen 16
13. Poista tiedonsiirtoasetus 17
14. Ylläpito ja säilytys 17
15. Vianetsintä 18
16. Tekniset tiedot 21

Tietoja kehon koostumuksesta 24

17. Tietoja kehon koostumuksesta 24
18. Mittaustulosten tulkintadiagrammit 26

Ennen laitteen käyttöä

Turvallisuustietoja

Käytetyt symbolit ja määritelmät:

⚠**Vaara:**	Väärä käyttö voi aiheuttaa vaaratilanteen, josta on seurauksena vakava vamma tai kuolema.
⚠**Varoitus:**	Väärä käyttö voi aiheuttaa vakavan vamman tai kuoleman.
⚠**Huomio:**	Väärä käyttö voi aiheuttaa vamman tai omaisuusvahingon.

⚠Vaara:

• Tätä laitetta ei saa käyttää yhdessä seuraavien sähköisten lääketieteellisten laitteiden kanssa:
(1) Sähköiset lääketieteelliset implantit, kuten tahdistimet.
(2) Sähköiset elintoimintoja ylläpitävät järjestelmät, kuten tekosydän ja -keuhko.
(3) Kannettavat sähköiset sairaalalaitteet, kuten EKG-laite.
Tämän laitteen käyttö saattaa aiheuttaa virheen edellä mainittujen laitteiden toimintaan ja siten huomattavan terveysriskin laitteen käyttäjille.



⚠Varoitus:

- Pidä laite poissa pienten lasten ulottuvilta. Laite sisältää pieniä osia, jotka saattavat aiheuttaa tukehtumisen, jos lapsi nielee niitä.
- Älä käytä laitetta liukkailla pinnoilla, kuten märällä lattialla.
- Älä hyppää laitteen päälle tai hyppele sen päällä.
- Älä käytä laitetta, kun vartalosi ja/tai jalkasi ovat märät, esim. kylvyn jälkeen.
- Seiso laitteen päällä paljain jaloin. Jos seisot laitteen päällä sukat jalassa, saatat liukastua ja vahingoittaa itseäsi.
- Älä astu laitteen reunalle tai näyttöalueelle.
- Jos vammaiset tai fyysisesti heikot henkilöt käyttävät laitetta, heidän tulee pyytää toisen henkilön apua.
- Jos akkunestettä joutuu silmiisi, huuhtele ne heti runsaalla määrällä puhdasta vettä. Hakeudu välittömästi lääkäriin.
- Älä käytä tätä laitetta sairaalassa, lentokoneessa tai muissa paikoissa, missä radioaaltojen käyttö on rajoitettua.
- Tämä laite lähettää radioaaltoja (RF) 2,4 GHz:n taajuusalueella. Älä käytä tätä laitetta paikoissa, missä radioaaltojen käyttö on rajoitettu kuten sairaaloissa tai lentokoneissa.

⚠Huomio:

- Älä pura, korjaa tai muuntele laitetta.
- Älä aloita laihdutusta tai harjoitteluohjelmaa kysymättä ensin neuvoa lääkäriltä tai muulta terveydenhuollon ammattilaiselta. Diagnoosin tekeminen itse saattaa vahingoittaa terveyttäsi.
- Varmista, että mittauksen aikana 30 cm:n etäisyydellä laitteesta ei ole matkapuhelinta tai mitään muuta sähkölaitetta, joka lähettää sähkömagneettista kenttää. Tämä saattaa aiheuttaa laitteen toimintahäiriön ja/tai virheellisen lukeman.
- Käytä laitteen ohjeessa ilmoitettuja paristoja. Älä asenna paristoja tarkistamatta, että navat ovat oikein päin.
- Vaihda vanhat paristot heti uusiin.
- Älä hävitä paristoja polttamalla.

FI

- Jos akkunestettä joutuu ihollesi tai vaatteillesi, huuhtele ne heti runsaalla määrällä puhdasta vettä.
- Jos et käytä laitetta pitkään aikaan (vähintään kolmeen kuukauteen), poista paristot laitteesta.
- Älä käytä erityyppisiä paristoja yhdessä.
- Älä käytä uusia ja vanhoja paristoja yhdessä.
- Pese jalkasi aina ennen laitteen käyttöä. Jos jaloissasi on tulehdus tai muu ihosairaus, saatat aiheuttaa tulehduksen muille ihmisille.
- Kun useampi ihminen käyttää laitetta, pyyhi laite mietoon pesuaineeseen kostutetulla liinalla ennen sen käyttöä. Kuivaa laite sen jälkeen.
- Älä käytä laitetta muuta kuin tässä käyttöohjeessa kuvattuihin tarkoituksiin.
- Tämä on tarkkuuslaite. Älä pudota tai tärisytä sitä äläkä kohdista siihen voimakkaita iskuja.

Tietojen siirto

- Älä vaihda paristoa, kun mittaustuloksia lähetetään älylaitteeseesi. Se saattaa johtaa mittarin toimintavikaan ja mittaustulosten lähetys ei onnistu.
- Älä aseta integroituja piirikortteja, magneetteja, metalliesineitä tai muita sähkömagneettista kenttää lähettäviä laitteita mittarin lähelle, kun mittaustuloksia lähetetään älylaitteeseen. Se saattaa johtaa laitteen toimintavikaan ja mittaustulosten lähetys ei onnistu.

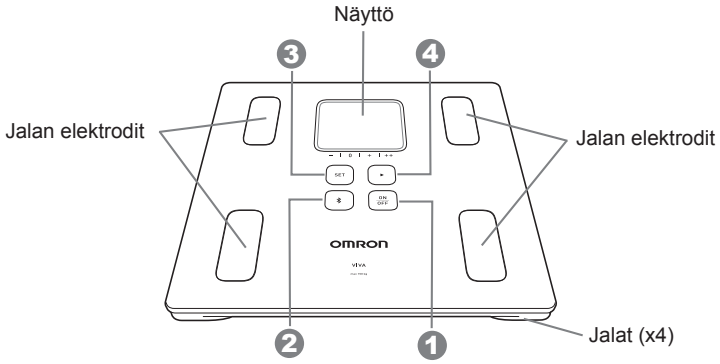
Virheellinen mittaus

Mittaus saattaa antaa virheellisen tuloksen seuraavanlaisille käyttäjille:
vanhukset (yli 81-vuotiaat), kuumeiset henkilöt, kehonrakentajat tai erittäin treenatut urheilijat, dialyysihoitoa saavat potilaat, osteoporoosista kärsivät potilaat, joilla on erittäin matala luuntiheys, raskaana olevat naiset, turvotuksesta kärsivät ihmiset.

- Näiden henkilöiden kehonkoostumus kuten kehon sisältämä veden määrä saattaa merkittävästi vaihdella keskimääräisestä arvosta.

1. Laitteen osat

Pääyksikkö



1	ON / OFF	**ON/OFF-painike** • Kytke virta päälle painamalla tätä painiketta. • Sammuta virta painamalla tätä painiketta (2 sekuntia tai pidempään).
2		**Bluetooth-painike** • Lähetä tiedot manuaalisesti painamalla tätä painiketta. • Paina tätä painiketta (2 sekuntia tai pidempään) yhdistääksesi laitteen älylaitteen kanssa. ※ Tätä painiketta voi käyttää myös virran ollessa pois päältä.
3	SET	**SET (asetus) -painike** • Määritä tai vahvista tiedot painamalla tätä painiketta.
4	▶	**Siirry eteenpäin -painike** • Tätä painiketta painamalla siirrytään eteenpäin. • Pidä painiketta painettuna siirtyäksesi eteenpäin nopeasti päiväyksen, ajan ja pituuden asetuksen aikana.

FI

Näyttö

Painon symboli
Syttyy vain, kun ruumiinpainoa mitataan.

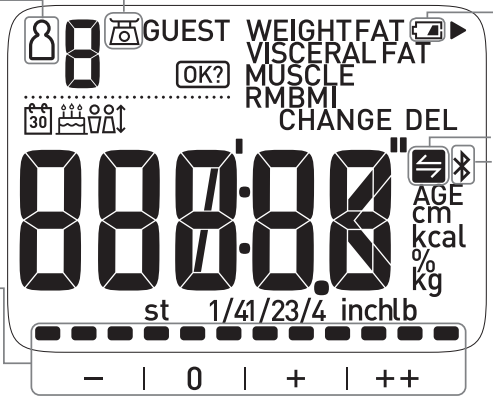
Henkilökohtainen numerosymboli
Syttyy, kun henkilökohtainen numerosymboli näytetään.

Pariston symboli (tyhjenemässä/ tyhjä)

SYNKR-symboli

Bluetooth-symboli

Kehon rasvaprosentti, sisäelinrasvan määrä, luustolihasten prosentti-osuus, painoindeksin luokitteluilmaisin



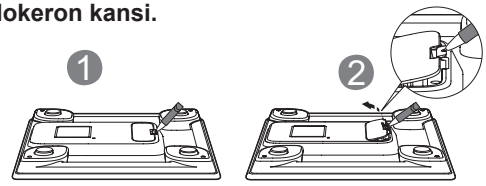
Ennen laitteen käyttöä

2. Paristojen asennus ja vaihto

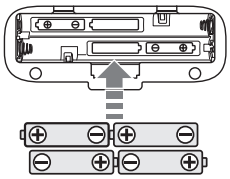
1. **Avaa laitteen takapuolella oleva paristolokeron kansi.**

Voit käyttää apuna kovaa esinettä, kuten kynää.





2. **Asenna paristot lokeron sisällä olevien napaisuusmerkintöjen mukaisesti.**

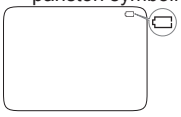


3. **Sulje paristolokeron kansi.**

Paristojen kesto ja vaihto

- **Noin kuusi kuukautta (kun AAA-alkaliparistoja käytetään neljään mittaukseen, neljään tiedonsiirtoon ja neljää henkilöä koskien päivässä 23 °C huoneenlämmössä)**
  - Pakkauksessa olevien paristojen kesto saattaa olla lyhyempi, koska ne on tarkoitettu vain koekäyttöön.
- **Kun pariston tyhjenemisen ilmaisin näkyy, vaihda kaikki neljä paristoa uusiin.**
  - Vaihda kaikki neljä paristoa uusiin (samanlaisiin) paristoihin samaan aikaan.
  - Kun tyhjenevän pariston symboli vilkkuu, on suositeltavaa vaihtaa paristot uusiin etukäteen.

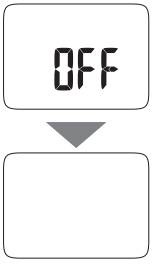
Tyhjentyneen pariston symboli



- **Vaihda ne vasta, kun olet katkaissut virran.**
  - Laitteen muistissa olevat henkilötiedot säilyvät, vaikka paristot poistetaan.
  - Käytetyt paristot on hävitettävä maan säädösten mukaisesti.
- **Kun paristot vaihdetaan, mittayksiköt, päivämäärä ja aika pitää asettaa uudestaan. (Katso osaa 4.)**
  - Jos olet jo liittänyt laitteen ”OMRON connect” -sovelluksen kanssa, salli tiedonsiirto sovelluksen kanssa painamalla -painiketta, jolloin päiväys ja aika asetetaan automaattisesti.

Tietoa virrankatkaisutoiminnosta

- **Sammuta virta painamalla -painiketta (2 sekuntia tai pidempään).**



- **Virta katkeaa automaattisesti seuraavissa olosuhteissa:**
  - 10 sekunnin kuluttua siitä, kun näytössä näkyy ”Err”.
  - Jos laitetta ei käytetä 1 minuutin sisällä siitä, kun näyttöön ilmestyy ”0,0 kg”.
  - Jos laitetta ei käytetä 3 minuuttiin.

3. Laitteen liittäminen älylaitteeseen

1. Kytke älylaitteesi Bluetooth päälle.

2. Lataa ja asenna ”OMRON connect” -sovellus älylaitteeseesi.

Voit valita yhden seuraavista kahdesta menetelmästä.

■ **Skannaa QR-koodi päästäksesi seuraavaan osoitteeseen.**

omronconnect.com/setup

QR-koodi

■ **Etsi ”OMRON connect” -sovellus ”App Store”- tai ”Google Play” -sovelluskaupasta.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

FI

3. Avaa sovellus älylaitteessasi ja noudata asennus- ja liittämisohjeita.

Jos sinulla on jo OMRON connect -sovellus, siirry kohtaan:

Menu>Device>Add Device

HUOMAUTUKSIA

- Yksi älylaite hallitsee yhden käyttäjän tietoja.
- Jos käytetään muuta kuin ”OMRON connect” -sovellusta, tietoja ei välttämättä siirretä oikein.
- Lue sovelluksen käyttöohjeet saadaksesi lisätietoja.

4. Mittayksikön, päiväyksen ja ajan asetus

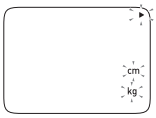
Mittayksikön, päiväyksen ja kellonajan asettaminen on tarpeen ennen mittausten suorittamisesta ensimmäistä kertaa tai paristojen vaihdon jälkeen.

- Päiväys ja kellonaika voidaan asettaa myös ”OMRON connect” -sovelluksesta käsin.

1. Kytke virta päälle painamalla (ON/OFF)-painiketta.

”kg&cm” vilkkuu näytössä.

2. Aseta mittayksikkö.



Tee asetukset painamalla ▶-painiketta ja vahvista painamalla SET -painiketta.

- Oletusmittayksikkö on ”kg & cm”.
- Mittayksiköksi voidaan asettaa ”lb & inch” tai ”st-lb & inch”.

3. Aseta laitteeseen oikea päiväys ja kellonaika.



Vuosi



Kuukausi



Päivä



Tee asetukset painamalla ▶-painiketta ja vahvista painamalla SET -painiketta.

- Valittavana olevat vuodet: 2017–2045.
- Aika esitetään 24 tunnin muodossa.
- Kun asetat vuoden, päiväyksen, tunnit ja minuutit, pidä painettuna ▶-painiketta siirtyäksesi nopeasti eteenpäin 10 luvun välien.

Kun näytössä näkyvät mittayksikön, vuoden, kuukauden, päivän, tunnin ja minuuttien asetukset siinä järjestyksessä, virta katkeaa automaattisesti.



HUOMAUTUKSIA

- Jos asetusten määrityksen aikana tapahtuu virhe, sammuta virta painamalla (ON/OFF)-painiketta ja aloita sitten uudestaan ”kohdasta 1”.
- Jos laitetta ei käytetä 3 minuutin sisällä, virta sammuu. Aseta mittayksikkö, päiväys ja aika uudestaan.
- Muuttaaksesi mittayksikköä, päiväystä tai aikaa poista paristot ja odota vähintään 20 sekuntia. Aseta sitten paristot paikoilleen ja tee asetukset uudestaan.

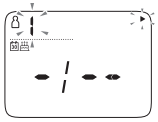
5. Henkilötietojen rekisteröinti

Kehonkoostumusmittausta varten on asetettava henkilötiedot, kuten syntymäpäivä, sukupuoli ja pituus. Tiedot voidaan tallentaa korkeintaan neljää henkilöä kohden.

- Henkilötiedot voidaan tallentaa myös OMRON connect -sovelluksesta käsin.

1. Kytke virta päälle painamalla (ON/OFF)-painiketta.

Virta kytkeytyy päälle. Henkilönumero ”1” vilkkuu. Syntymäpäivä (- / - -) tulee näyttöön.



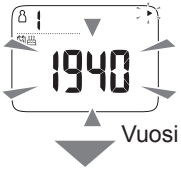
2. Valitse ja vahvista henkilönumerosi.

Valitse henkilönumerosi painamalla (▶)-painiketta ja vahvista painamalla (SET)-painiketta.

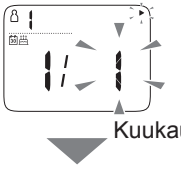
3. Aseta syntymäpäivä.

Aseta syntymäpäiväsi painamalla (▶)-painiketta ja vahvista painamalla (SET)-painiketta.

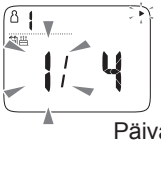
- Vuosi voidaan valita väliltä: 1900–2045
- Kun asetat vuoden ja päiväyksen, pidä painettuna (▶)-painiketta siirtyäksesi nopeasti eteenpäin 10 luvun välien.



Vuosi



Kuukausi

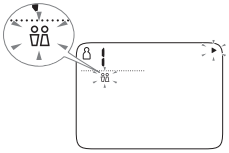


Päivä

FI

4. Aseta sukupuoli

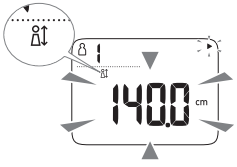
Aseta sukupuoleksi (mies) tai (nainen) painamalla (▶)-painiketta ja vahvista sitten painamalla (SET)-painiketta.



5. Aseta pituus.

Muuta pituutta painamalla (▶)-painiketta ja vahvista painamalla (SET)-painiketta.

- Siirtyäksesi nopeasti eteenpäin 10 cm (tai 1 tuuman) välein pidä painike painettuna.
- Kun kaikki asetukset on näytetty vahvistamista varten, ”0,0 kg” näkyy näytössä.



6. Astu laitteelle mittausta varten vasta sitten, kun ”0,0 kg” näkyy näytössä.

Kehon painon ja kehon koostumuksen tiedot tallennetaan laitteeseen automaattisen tunnistuksen tukemiseksi.

Jonkin ajan kuluttua mittaustulokset ilmoitetaan seuraavalla tavalla.



7. Astu pois laitteen päältä sen jälkeen, kun mittaustulokset on näytetty.

Henkilötietojen rekisteröinti on valmis.

8. Sammuta virta painamalla (ON/OFF)-painiketta (2 sekuntia tai pidempään).

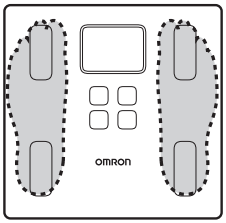
Jos haluat lisätä uudet henkilötiedot, aloita kohdasta 1.

Käyttöohjeet

6. Tarkan mittauksen tekeminen

6.1 Oikea asento mittauksen aikana

Astu yksikön päälle paljain jaloin.
Aseta jalkojen kaaret laitteen keskelle.



Huomautus

- Jos laitteen päälle astutaan sukat tai kengät jalassa, saadaan virheellinen mittaustulos.



Älä taivuta polviasi mittauksen aikana.

Suorita mittaus kovalla ja tasaisella lattialla.

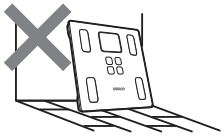
Huomautus

- Pehmeä lattianpinta, kuten matto tai kokolattiamatto saattaa johtaa virheellisen mittaustulokseen.

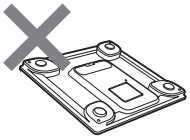
6.2 Tietoja 0 kg:n korjauksesta (tallennusta koskeva varoitus)

Laite korjaa automaattisesti säännöllisesti tarkkuutta, kun se ei ole käytössä.

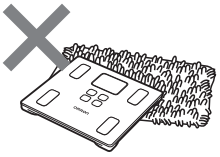
- Jos laite on seuraavankaltaisissa asennoissa, tarkkuuden korjaus ei toimi. Ota käyttöön 0 kg:n korjaus ennen mittausten suoritusta.



Laite nojaa seinää tai muuta esinettä vasten



Laite on asetettu ylösalaisin

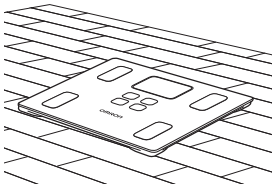


Laite on asetettu toisen esineen päälle



Laitteen päällä on esine

6.3 Kuinka 0 kg:n korjaus otetaan käyttöön



1. **Aseta laite kovalle ja tasaiselle lattialle.**

2. **Kytke virta päälle painamalla ON/OFF-painiketta.**

3. **Valitse henkilönumerosi tai ”👤”.**

Valitse henkilönumerosi tai ”👤” ▶-painikkeella ja vahvista valinta painamalla SET-painiketta.

4. **Kun näytössä näkyy ”0,0 kg”, sammuta virta painamalla ON/OFF-painiketta (2 sekunnin ajan tai pidempään).**

Näin 0 kg:n korjaus on suoritettu loppuun. Odota viisi sekuntia ja tee sitten mittaus.

Käyttöohjeet

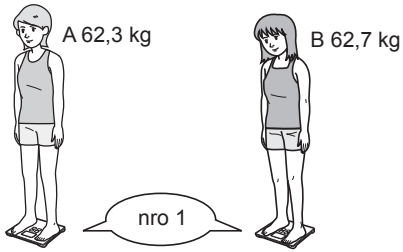
FI

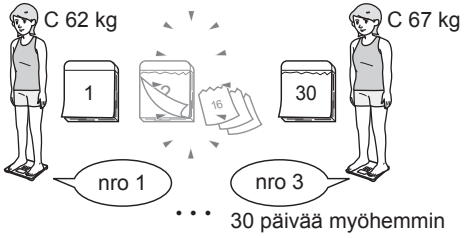
7. Mittauksen tekeminen

Kun henkilö astuu laitteen päälle, sen virta kytkeytyy päälle tunnistaen henkilönumeron automaattisesti ja aloittaa mittauksen.

Väärä henkilönumero saattaa näkyä näytössä seuraavissa tapauksissa.

- Mitataan käyttäjiä, joilla on samankaltainen kehonrakenne ja paino.
- Painosi on muuttunut viime mittauksesta.

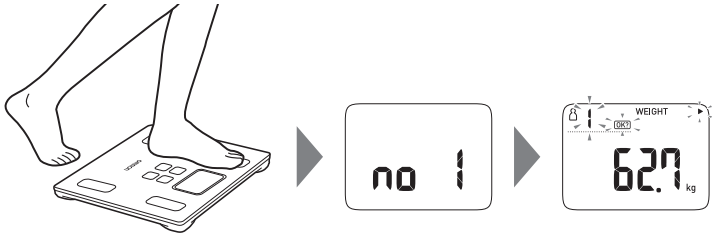




Jos virheellinen tunnistus jatkuu, valitse henkilönumerosi suorittaaksesi mittauksen. (Katso osaa 9.)

1. Tee mittaus, kun laitteen virta on pois päältä.

Kun astut laitteen päälle, sen virta kytkeytyy automaattisesti päälle.



2. Kun henkilönumero ja mittaustulokset näkyvät näytössä, mittaus on suoritettu loppuun.

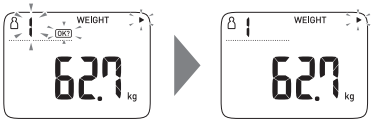
Astu pois laitteen päältä.

3. Varmista henkilönumerosi.

■ Jos henkilönumerosi on oikein…

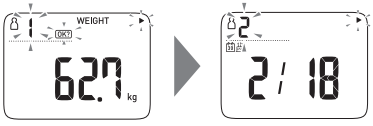
Valitse henkilönumerosi painamalla (SET)-painiketta.
(OK?) poistuu näytöstä.

Vaikka sammuttaisit virran, kun (OK?) vilkkuu, tulokset tallennetaan laitteeseen näytössä näkyvään henkilönumeroon liittyvinä mittausarvoina.



■ Jos henkilönumerosi on virheellinen...

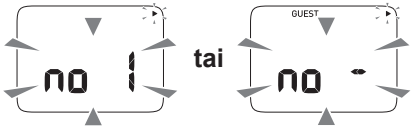
Ennen kuin virta sammuu, valitse henkilönumerosi painikkeella (▶) ja vahvista sitten painamalla (SET).



■ Jos varmistit virheellisen henkilönumeron…

Ennen kuin virta sammuu, paina (SET)-painiketta niin, että voit valita henkilönumerosi uudestaan.

Jos näytössä vilkkuu ”no 1” - ”no 4” tai jos sana GUEST näkyy näytössä, henkilötietojasi ei ole rekisteröity laitteeseen.
Rekisteröi henkilötietosi.
Voit käyttää myös vierastilaa.



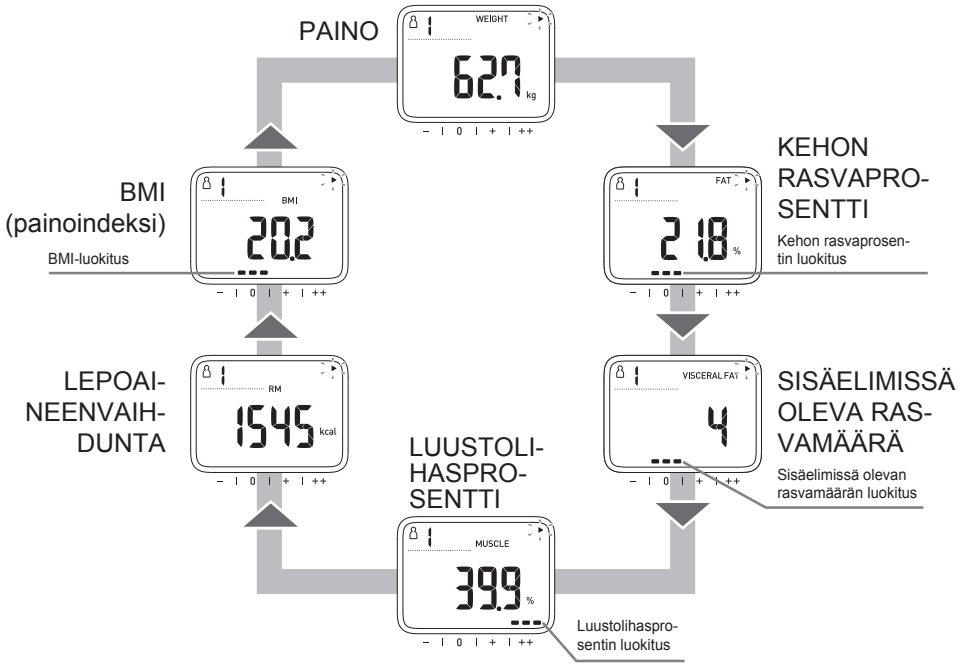
4. Tarkista mittaustulokset.

Tulosnäyttö vaihtelee automaattisesti tuloksesta toiseen alla olevan kuvan mukaisesti.

Vahvistettuasi henkilönumerosi voit siirtyä mittaustulokseen, jota haluat katsella painamalla painiketta ▶.

Huomautus

- Käytä kehon rasvaprosentin, sisäelinrasvan määrän, luustolihasten prosenttiosuuden ja painoindeksin luokitteluilmaisinta mittaustulosten ymmärtämisen ohjeena.
- Ymmärtääksesi tuloksiasi paremmin katso tietoja ja kaavioita osioissa 17 ja 18.



5. Sammuta virta painamalla ON/OFF-painiketta (2 sekuntia tai pidempään).

Jos laitetta ei käytetä 3 minuutin sisällä, virta sammuu.

Muistitoiminnon käyttö

8. Mittaustulosten katselu älylaitteella

Noudata OMRON connect -sovelluksen ohjeita, kun haluat katsella mittaustuloksia.
Sitten voit varmistaa painosi ja kehonkoostumuksesi arvojen vaihtelun älylaitteeltasi.

Huomautus

- ”OMRON connect” -sovelluksen pitää olla asennettuna älylaitteeseesi. (Katso osaa 3.)

FI

Tarvittaessa

9. Valitse henkilönumerosi ja tee sitten mittaus

Jos henkilönumeroasi ei tunnisteta usein, voit valita henkilönumerosi ja suorittaa mittauksen seuraavalla tavalla.

1. Kytke virta päälle painamalla ON/OFF-painiketta.

Virta kytkeytyy päälle. Henkilönumero ”1” vilkkuu.

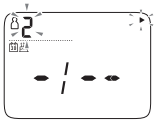


2. Valitse henkilönumerosi.

Valitse henkilönumerosi ▶-painikkeella.

Kun syntymäpäivä (- / - -) näytetään,
Henkilötietojasi ei ole rekisteröity henkilönumeroosi.

Rekisteröi henkilötietosi. (Katso osaa 5.)

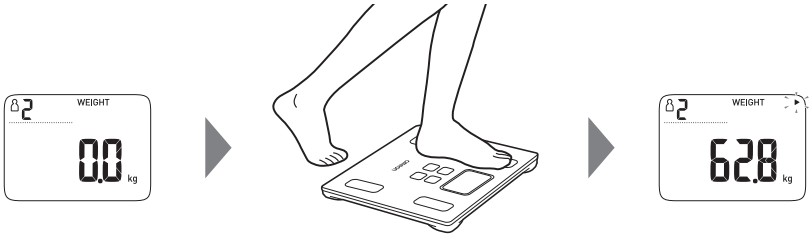


3. Valitse henkilönumerosi painamalla SET-painiketta.

Näytössä näkyy ”0,0 kg”.

4. Suorita mittaus, kun näytössä näkyy ”0,0 kg”.

Astu laitteen päälle.



5. Tarkista mittaustulokset.

Tulosnäyttö vaihtelee automaattisesti tuloksesta toiseen.

6. Sammuta virta painamalla ON/OFF-painiketta (2 sekuntia tai pidempään).

Jos laitetta ei käytetä 3 minuutin sisällä, virta sammuu.

Tarvittaessa

10. Vierastila (tallentamaton tila)

Kun tätä tilaa käytetään, mittaustuloksia ei tallenneta.

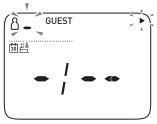
1. Kytke virta päälle painamalla ON/OFF-painiketta.

Virta kytkeytyy päälle. Henkilönumero ”1” vilkkuu.



2. Valitse ja vahvista ”👤 _”.

Valitse ”GUEST” ▶-painikkeella ja vahvista valinta painamalla SET -painiketta.



3. Syötä henkilötiedot.

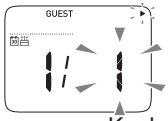
3.1 Aseta syntymäpäivä

Aseta syntymäpäiväsi painamalla ▶-painiketta ja vahvista painamalla SET-painiketta.

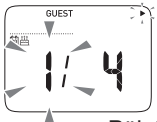
- Valittavana olevat vuodet: 1900–2045
- Kun asetat vuoden ja päiväyksen, pidä painettuna ▶-painiketta siirtyäksesi nopeasti eteenpäin 10 luvun välien.



Vuosi



Kuukausi

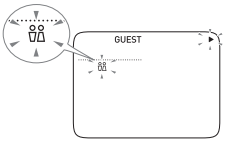


Päivä

FI

3.2 Aseta sukupuoli

Aseta sukupuoleksi 🚹 (mies) tai 🚺 (nainen) painamalla ▶ -painiketta ja vahvista sitten painamalla SET-painiketta.



3.3 Aseta pituus

Aseta pituus painamalla ▶-painiketta ja vahvista asetettu pituus painamalla SET-painiketta.

- Siirtyäksesi nopeasti eteenpäin 10 cm (tai 1 tuuman) välein pidä painike painettuna.



Kun kaikki asetukset on näytetty vahvistamista varten, ”0,0 kg” näkyy näytössä.

Jos laitetta ei käytetä 1 minuutin sisällä siitä, kun näyttöön ilmestyy ”0,0 kg”, virta sammuu.

4. Aloita mittaus, kun näytössä näkyy ”0,0 kg”.

Astu laitteen päälle.



5. Tarkista mittaustulokset.

Tulosnäyttö vaihtelee automaattisesti tuloksesta toiseen.

6. Sammuta virta painamalla ON/OFF-painiketta (2 sekuntia tai pidempään).

Jos laitetta ei käytetä 3 minuutin sisällä, virta sammuu.

Tarvittaessa

11. Pelkän painon mittaaminen

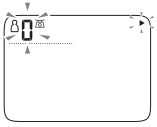
Kun tätä tilaa käytetään, mittaustulosta ei tallenneta.

1. Kytke virta päälle painamalla ON/OFF-painiketta.

Virta kytkeytyy päälle. Henkilönumero ”1” vilkkuu.

2. Valitse ja vahvista ”0”.

Valitse ”0” ▶-painikkeella ja vahvista valinta painamalla SET-painiketta.



3. Kun ”0,0 kg” näkyy näytössä, astu laitteen päälle.



4. Tarkista mittaustulos.

Painosi näkyy näytössä ja vilkkuu sen merkiksi, että mittaus on tehty.

5. Sammuta virta painamalla ON/OFF-painiketta (2 sekuntia tai pidempään).

Jos laitetta ei käytetä 3 minuutin sisällä, virta sammuu.

Tarvittaessa

12. Henkilötietojen muutos tai poistaminen



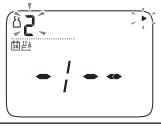
1. Kytke virta päälle painamalla ON/OFF-painiketta.
Virta kytkeytyy päälle. Henkilönumero ”1” vilkkuu.

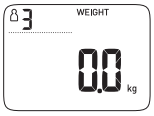


2. Valitse henkilönumerosi
Valitse henkilönumerosi painamalla ▶-painiketta.

Kun syntymäpäivä (**-:--**) näytetään,

Henkilötietojasi ei rekisteröidä henkilönumeroosi.
Rekisteröi henkilötietosi. (Katso osaa 5.)





3. Vahvista henkilönumerosi painamalla SET-painiketta.
Näytössä näkyy ”0,0 kg”.



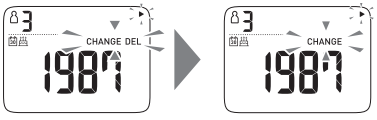
4. Paina SET-painiketta.
”CHANGE” (muuta) ja ”DEL” (poista) vilkkuvat.

5. Valitse henkilötiedoille ”CHANGE” (muuta) tai ”DELETE” (poista).

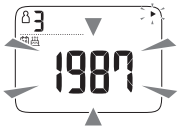
- Vaikka henkilötietoja muutetaan, mittaustulokset eivät muutu tai poistu. Kun toinen henkilö on käyttänyt henkilönumeroa, poista henkilötiedot ja rekisteröi henkilötietosi uudestaan.

Muuta henkilötietojasi
(Mittaustuloksia ei poisteta)

1. Valitse ”CHANGE” (muuta) painamalla ▶-painiketta.



2. Paina SET-painiketta
Vuosi vilkkuu.

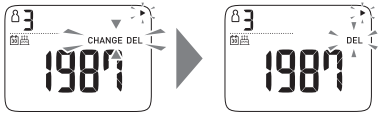


3. Muuta syntymäaikaa, sukupuolta ja pituutta. Katso ohjeet osion 5 kohdista 3–5.

- Jos haluat keskeyttää muutosten tekemisen, sammuta virta painamalla ON/OFF -painiketta (2 sekuntia tai pidempään).
- Mittaustuloksia, joita ei ole siirretty, ei muuteta.

Poista henkilötietosi
(Myös mittaustulokset poistetaan)

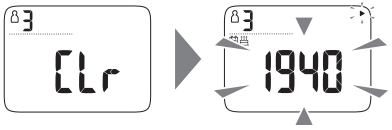
1. Valitse ”DEL” (poista) painamalla ▶-painiketta.



2. Paina SET-painiketta
OK? vilkkuu.



3. Paina SET-painiketta uudestaan



FI

Tarvittaessa

13. Poista tiedonsiirtoasetus

Jos haluat lopettaa ”OMRON connect” -sovelluksen käytön tai poistaa tiedonsiirtoasetukset älylaitteestasi, noudata seuraavia ohjeita. Kaikki laitteeseen tallennetut tiedonsiirtoasetukset poistetaan.

1. **Pidä ᛒ-painiketta painettuna yli kaksi sekuntia.**

”P” ja Bluetooth-symboli vilkkuvat.



2. **Pidä ᛒ-painiketta uudestaan painettuna yli kaksi sekuntia.**

” OK? ” ja ”CLr” vilkkuvat.



3. **Vahvista painamalla SET-painiketta.**

Jos laitetta ei käytetä 10 sekuntiin siitä, kun näyttöön ilmestyy ”CLr”, virta sammuu.



Tarvittaessa

14. Ylläpito ja säilytys

Laitteen puhdistus

- Pidä laite puhtaana aina ennen käyttöä.
- Pyyhi yksikkö pehmeällä, kuivalla liinalla. Käytä tarvittaessa vedellä tai pesuaineella kostutettua liinaa ja purista se hyvin ennen laitteen pyyhkimistä, kuivaa laite sitten kuivalla liinalla hyvin.
- Älä käytä bentseeniä tai ohenninta tai muita herkästi syttyviä aineita laitteen puhdistamiseen.
- Älä pese laitetta vedellä.

Hoito ja säilytys

- Älä säilytä yksikköä seuraavissa olosuhteissa:
  - Kostea tila, jossa laitteeseen voi päästä kosteutta tai vettä
  - Korkeat lämpötilat, suora auringonvalo tai pölyiset paikat
  - Paikat, joissa laitteeseen voi kohdistua äkillisiä iskuja tai tärinää
  - Tilat, joissa säilytetään kemikaaleja tai joissa on syövyttävää kaasua.
- Älä tee mitään korjauksia itse. Tämä laite on kalibroitu valmistuksen aikana. Jos sinulla on kysyttävää mittausten tarkkuudesta, ota yhteys valtuutettuun OMRON-jälleenmyyjään. On suositeltavaa tarkistuttaa laite kahden vuoden välein oikean toiminnan ja tarkkuuden varmistamiseksi.

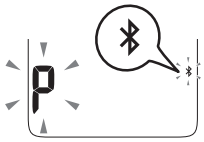
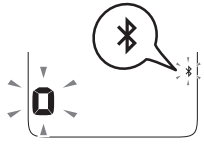
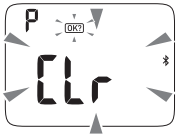
Tarvittaessa

15. Vianetsintä

Jos jokin alla mainituista ongelmista esiintyy mittauksen aikana, tarkista ensin, että 30 cm:n etäisyydellä ei ole toista sähkölaitetta. Jos ongelma jatkuu, katso ohjeet alla olevasta taulukosta.

Virhenäyttö	Syy	Korjaus
	Astuit pois laitteen päältä kehonkoostumusmittauksen aikana.	Älä astu pois laitteen päältä, ennen kuin kehonkoostumusmittaus on valmis. (Katso osaa 6.)
	Jalkapohjasi eivät kosketa elektrodeja riittävän tiiviisti.	Varmista, että seisot laitteen päällä oikein, asettamalla jalkapohjasi tiiviisti elektrodien päälle mittauksen aikana. (Katso osaa 6.)
	Mittausasento on väärä tai jalkapohjat eivät ole riittävän tiiviisti kosketuksissa elektrodeihin tai jalkapohjat ovat kuivat.	Seiso polvet ja selkä suorina. Pidä jalkasi tukevasti elektrodien päällä, äläkä liikuta jalkojasi mittauksen aikana. (Katso osaa 6.) Kostuta hieman jalkapohjia märällä pyyheliinalla ja yritä uudestaan.
	Päiväyksen ja ajan asettamisen jälkeen laitetta koskettiin tai käytettiin, ennen kuin näyttö sammui automaattisesti.	Poista paristot ja aseta ne takaisin. Käynnistä laite uudelleen aloittaen ”Laitteen liittäminen älylaitteeseen” -kohdasta. (Katso osaa 3.) • Kun päiväys ja aika näkyvät näytössä, älä koske laitteeseen, kunnes virta katkeaa automaattisesti.
	Laitevirhe.	Poista paristot ja aseta ne takaisin. Kun tämä on tehty, käynnistä laite uudelleen. Jos virhe näkyy edelleen, ota yhteys OMRON-huoltoedustajaan.
	Tiedonsiirtovirhe.	Sammuta virta ja yritä tiedonsiirtoa uudestaan. Jos virhe näkyy uudestaan, ota yhteys OMRON-huoltoedustajaan.
	Liikuit mittauksen aikana.	Seiso liikkumatta mittauksen aikana.
	Painosi oli mittausalueen ulkopuolella.	
	Tiedonsiirtovirhe.	Varmista älylaitteesi näyttö ja noudata ”OMRON connect” -sovelluksen ohjeita. Katso ”Help” (ohje) -kohta ”OMRON connect” -sovelluksessa.
	Paristot ovat tyhjenemässä.	On suositeltavaa vaihtaa paristot uusiin ajoissa. (Katso osaa 2.)
	Paristot ovat tyhjät.	Vaihda paristot. (Katso osaa 2.)

FI

Ongelma	Syy	Korjaus
 vilkkuu	24–29 mittaustulosten sarjaa on tallennettu.	Siirrä mittaustulokset OMRON connect -sovellukseen, jolloin symboli häviää näytöstä.
	30 mittaustulosten sarjaa on tallennettu.	Jos numero ylittää 30, vanhimmat tulokset poistetaan. Siirrä mittaustulokset ”OMRON connect” -sovellukseen, jolloin symboli häviää.
	Pidä -painiketta painettuna yli kaksi sekuntia.	Tämä näyttö on näkyvissä, kun liität laitteen älylaitteeseesi. Noudata ”OMRON connect” -sovelluksen ohjeita. Lopeta laitteiden liittäminen painamalla -painiketta (2 sekuntia tai pidempään).
	Painoit -painiketta.	Tämä näyttö on näkyvissä, kun tiedot siirretään älylaitteeseesi. Noudata ”OMRON connect” -sovelluksen ohjeita. Lopeta tietojen siirto painamalla -painiketta (2 sekuntia tai pidempään).
	Pidit -painiketta painettuna yli kaksi sekuntia, kun ”P” ja Bluetooth-symboli vilkkuivat.	Tämä näyttö on näkyvissä, kun poistat tiedonsiirtoasetuksen. (Katso osaa 13.) Lopeta toiminto painamalla -painiketta (2 sekuntia tai pidempään).
Vaikka kytket virran päälle, näytössä ei näy mitään. **Vaikka astut laitteen päälle, näytössä ei näy mitään.**	Laitteessa ei ole paristoja.	Asenna paristot.
	Paristot on asetettu väärin päin.	Aseta paristot oikein päin.
	Paristot ovat kuluneet.	Vaihda kaikki neljä paristoa uusiin.
Paristojen vaihdon jälkeen näytössä ei näy mitään, kun astut laitteen päälle.	Et asettanut mittayksikköä, päiväystä ja aikaa paristojen vaihdon jälkeen.	Aseta mittayksikkö, päiväys ja aika. (Katso osaa 4.)
	Painosi on liian alhainen. (alle 12 kg)	Valitse henkilönumerosi ennen kuin teet mittauksen.
Joidenkin tulosten sijaan näytössä näkyy ”- - - - -”.	Rekisteröidyt tiedot tai kehonkoostumuksen arvot eivät kuulu mitattavien arvojen joukkoon.	Tarkista, ovatko syntymäpäivän, sukupuolen ja pituuden asetukset oikein. Vaikka nämä asetukset olisivat oikein, näytössä näkyy ”- - - - -”, jos ne ovat näytettävissä olevien arvojen tai tuettujen ikärajojen ulkopuolella.

Ongelma	Syy	Korjaus
Mittaustulos on suurempi tai matalampi kuin todellinen tulos. Jokaisen mittauksen tulos vaihtelee suuresti.	Asentosi on virheellinen mittauksen aikana.	Tee mittaus oikeassa asennossa.
	Teet mittauksen maton tai pehmeän tai epätasaisen lattianpinnan päällä.	Suorita mittaus kovalla ja tasaisella lattialla.
	Jalkapohjasi ja kehosi ovat kylmät, mikä heikentää verenkiertoa.	Lämmitä kehosi niin, että verenkierto on normaali ennen mittauksen suorittamista.
	Jalkaelektrodit ovat erittäin kylmät.	Aseta laite joksikin aikaa lämpimään huoneeseen ennen mittauksen suorittamista.
	Jalkapohjasi ovat kuivat.	Kostuta hieman jalkapohjia märällä pyyheliinalla ennen mittausta.
	0 kg:n korjausta ei ole asetettu oikein.	Aseta 0 kg:n korjaus. (Katso osaa 6.3.)
Laite ei tunnista sinua oikein.	Painosi on muuttunut runsaasti viime mittauksesta.	Valitse henkilönumerosi ennen kuin teet mittauksen. (Katso osaa 9.)
	Kehonrakenteesi on samankaltainen kuin toisella rekisteröityneellä henkilöllä.	
	Toisen käyttäjän mittaustulokset on rekisteröity.	
Haluat mitata kehonkoostumuksen, mutta vain paino näytetään.	Henkilönumeroa tai GUEST-vieraskäyttäjää ei ole valittu. (Henkilönumero tai GUEST ei näy näytössä.)	Valitse henkilönumero tai GUEST ennen kuin teet mittauksen.
Painike ei vastaa.	Painoit painiketta seisoessasi laitteen päällä.	Astu pois laitteen päältä ja paina sitten painiketta.
	Painike on märkä tai likainen.	Pyyhi vesi tai lika pois ennen mittauksen suorittamista.
	Painoit kahta tai useampaa painiketta samaan aikaan.	Paina kerrallaan yhtä painiketta.
Vaikka et tee mitään, virta sammuu.	Katso ”Tietoa virrankatkaisutoiminnosta” -kohta. (Katso osaa 2.)	
Virhe lähetettäessä tietoja	Katso ”Help” (ohje) -kohta ”OMRON connect” -sovelluksessa.	

16. Tekniset tiedot

Tuoteluokka	**Kehonkoostumusmittalaitteet**	
Tuotteen kuvaus	**Kehonkoostumusmittari**	
Malli (koodi)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Näyttö*	**Ruumiinpaino:**	2,0–150,0 kg, 0,1 kg:n välein (4,4–330,0 lb, 0,2 lb:n välein) (0 st 4,4 lb–23 st 8,0 lb, 0,2 lb:n välein)
	Kehon rasvaprosentti:	5,0–60,0 %, 0,1 %:n välein
	Luustolihasprosentti:	5,0–50,0 %, 0,1 %:n välein
	BMI (painoindeksi):	7,0–90,0, 0,1:n välein
	Lepoaineenvaihdunta:	385–3999 kcal, 1 kcal:n välein
	Sisäelimissä oleva rasvamäärä:	30 tasoa, 1 tason välein
	Kehon rasvaprosentti-, luustolihasprosentti- ja painoindeksiluokittelu: – (Alhainen) / 0 (Normaali) / + (Korkea) / ++ (Erittäin korkea), 4 tasoa	
	Sisäelimissä olevan rasvamäärän luokitus: 0 (Normaali) / + (Korkea) / ++ (Erittäin korkea), 3 tasoa * Kehon rasvaprosentin ja kehon rasvaprosenttiluokituksen ikärajat ovat 10–80 vuotta. * Luustolihasprosentin, luustolihasprosentin luokituksen, sisäelinten rasvamäärän, sisäelinten rasvamäärän luokituksen ja lepoaineenvaihdunnan ikäraja on 18–80 vuotta.	
Tiedonsiirtomenetelmä	**Bluetooth®** low energy -tekniikka	
Langaton tiedonsiirto	**Taajuusalue:** **Modulaatio:** **Suuntateho:**	2,4 GHz (2400–2483,5 MHz) GFSK < 20 dBm
Asetettavat arvot*	Seuraavat tiedot voidaan tallentaa korkeintaan neljää henkilöä kohden.	
	Mittayksikkö	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Syntymäpäivä	1.1.1900–31.12.2045
	Sukupuoli	Mies/nainen
	Pituus	100,0–199,5 cm 0,5 cm:n välein (3' 4"–6' 6 1/2" neljäsosatuuman välein)
	* Kun henkilö on alle 100,0 cm tai yli 199,5 cm pitkä: BMI ja kehonkoostumuksen mittaustulokset ovat viitteellisiä.	
Painon mittaustarkkuus	2,0–40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4–88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb–6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0–150,0 kg: ± 1 % (88,2–330,0 lb: ± 1 %) (6 st 4,2 lb–23 st 8,0 lb: ± 1 %)	
Tarkkuus (S.E.E.)	**Kehon rasvaprosentti:**	3,5 %
	Luustolihasprosentti:	3,5 %
	Sisäelimissä oleva rasvamäärä:	3 tasoa
Kestoaika	5 vuotta	

IP-luokitus	IP21* * IP-luokitus ilmoittaa kotelon suojausasteen IEC 60529 -standardin mukaisesti. Tämä laite on suojattu kiinteiltä vierailta esineiltä, joiden halkaisija on vähintään 12,5 mm, esimerkiksi sormilta. Tämä laite on suojattu pystysuoraan putoavilta vesipisaroilta, jotka saattavat aiheuttaa ongelmia tavallisen käytön aikana.
Virtalähde	4 AAA-alkaliparistoa (LR03)
Paristojen kesto	Noin kuusi kuukautta (kun AAA-alkaliparistoja käytetään neljään mittaukseen, neljään tiedonsiirtoon ja neljää henkilöä koskien päivässä 23 °C huoneenlämmössä)
Käyttölämpötila/ Kosteus/Ilmanpaine	+5 °C ... +40 °C, 30–85 % suhteellinen kosteus (ei tiivistymistä), 860–1060 hPa
Säilytys- ja kuljetuslämpötila/ Kosteus/Ilmanpaine	-20 °C ... -+60 °C, 10–95 % suhteellinen kosteus (ei tiivistymistä), 860–1060 hPa
Paino	Noin 1,6 kg (mukaan lukien paristot)
Ulkomitat	Noin 285 (L) × 28 (K) × 280 (S) mm (Noin 11 1/5" (L) × 1 1/10" (K) × 11" (S))
Sisältö	Kehonkoostumusmittari, 4 AAA-alkaliparistoa (LR03), asennusohjeet, käyttöohjeet

Huomautus

- Tekniset tiedot saattavat muuttua ilman ennakkoilmoitusta.
- Ilmoita kaikista tähän laitteeseen liittyvistä vakavista tapahtumista valmistajalle ja sen jäsenvaltion toimivaltaiselle viranomaiselle, jossa sijaitset.

CE 0197

Tämä laite käyttää 2,4 GHz:n ISM-taajuusaluetta, jonka käyttö ei edellytä toimilupaa. Siinä tapauksessa, että tätä tuotetta käytetään muiden langattomien laitteiden kuten mikroaaltouunin tai langattoman lähiverkon läheisyydessä, jotka käyttävät samaa taajuusaluetta kuin tämä laite, on olemassa mahdollisuus, että laitteen ja muiden laitteiden kesken esiintyy häiriöitä. Jos häiriöitä esiintyy, lopeta muiden laitteiden käyttö tai aseta tämä laite toiseen paikkaan ennen sen käyttöä, tai älä käytä tätä laitetta muiden langattomien laitteiden läheisyydessä.

Bluetooth®-sanamerkintä ja logot ovat Bluetooth SIG, Inc. -yrityksen omistamia rekisteröityjä tavaramerkkejä, joita OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. käyttää lisenssin alaisena.

Täten OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. ilmoittaa, että radiolaitetyyppi VIVA (HBF-222T-EBK) täyttää direktiivin 2014/53/EU vaatimukset.
Täydellinen EU:n vaatimustenmukaisuusvakuutuksen teksti on saatavilla seuraavilla verkkosivuilla: www.omron-healthcare.com.

Apple ja Apple-logo ovat Apple Inc. -yrityksen tavaramerkkejä, jotka on rekisteröity Yhdysvalloissa ja muissa maissa.
App Store on Apple Inc. -yrityksen palvelumerkki.
Android ja Google Play -logo ovat Google Inc. -yrityksen tavaramerkkejä.

Tärkeitä tietoja sähkömagneettisesta yhteensopivuudesta (EMC)

Tämä OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. -yrityksen valmistama HBF-222T-EBK-laite täyttää EN60601-1-2:2015 sähkömagneettisen yhteensopivuuden (EMC) standardin vaatimukset.
Muita EMC-standardin mukaisia asiakirjoja on saatavissa OMRON Healthcare Europelta tässä käyttöohjeessa mainitusta osoitteesta tai verkkosivuilta www.omron-healthcare.com. Katso verkkosivuilta HBF-222T-EBK-laitetta koskevia EMC-tietoja.

Takuu

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. antaa tälle tuotteelle kolmen vuoden takuun ostopäivästä lähtien.
Takuu ei kata paristoja, pakkausta eikä minkäänlaisia tuotteen vääränlaisesta käsittelystä (esim. laitteen pudottamisesta) johtuvia vaurioita. Hyvitettäviksi lähetetyt tuotteet vaihdetaan vain, jos ne palautetaan yhdessä alkuperäisen laskun/kuitin kanssa.

Tuotteen oikea hävittäminen (sähkö- ja elektroniikkaromu, WEEE)



Jos tuotteessa tai sen asiakirjoissa on tämä merkki, sitä ei saa hävittää muun talousjätteen mukana, kun sen käyttöikä on lopussa. Jotta vältetään kontrolloimattoman jätteenhävityksen aiheuttamat ympäristöön ja ihmisten terveyteen kohdistuvat haitat, tämä on erotettava muista jätteistä ja kierrätettävä asianmukaisesti materiaalien kestävän uudelleenkäytön edistämiseksi.

Tietoja siitä, minne ja miten tämä laite voidaan viedä ympäristöä kuormittamatonta kierrätystä varten, on saatavissa joko laitteen myyntiliikkeestä tai kunnan-/kaupunginhallitukselta.

Yrityskäyttäjien taas tulee ottaa yhteyttä tavarantoimittajaan ja tarkistaa ostosopimuksen ehdot. Tuotetta ei saa hävittää yhdessä muiden kaupallisten jätteiden kanssa.

Tuote ei sisällä vaarallisia aineita.
Käytetyt paristot on hävitettävä maan säädösten mukaisesti.

Kuvaus symboleista, jotka mallista riippuen löytyvät laitteesta itsestään, laitteen pakkauksesta tai IM:stä.

	Soveltuva osa - tyyppi BF Suojaus sähköiskua vastaan (vuotovirta)	SN	Sarjanumero
IP XX	Kotelointiluokka IEC 60529 -standardin mukaan		Lämpötilarajoitus
CE	CE-merkintä		Kosteuden rajoitus
	GOST-R-symboli		Ilmanpainerajoitus
	Eurasian Conformity -symboli	⎓	Tasavirta
	Käyttäjän tulee lukea käyttöohjeet		Tätä laitetta eivät saa käyttää henkilöt, joilla on sisäinen lääkintälaite kuten sydämentahdistin, keinosydän, -keuhko tai muu sähköinen lääkinnällinen laite.
MD	Lääkinnällinen laite		Valmistuspäivämäärä

17. Tietoja kehon koostumuksesta

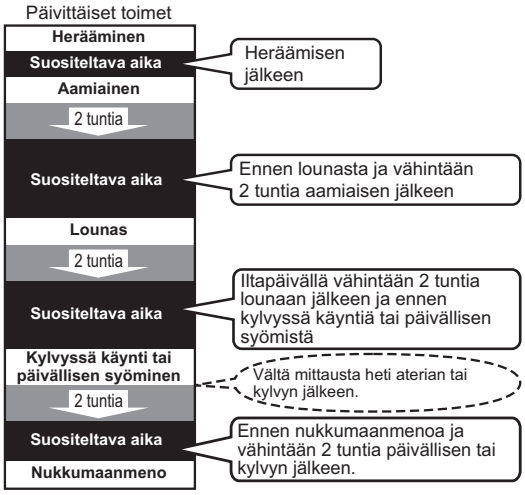
Kehonkoostumusmittauksen periaate

Kehon rasvakudoksen sähkönjohtavuus on alhainen

VIVA mittaa kehon rasvaprosentin biosähköisen impedanssin (BI) menetelmällä. Lihakset, verisuonet ja luut ovat kehon kudoksia, joiden vesipitoisuus on suuri ja jotka johtavat hyvin sähköä. Kehon rasva taas on kudosta, jonka sähkönjohtokyky on vähäinen. VIVA lähettää kehon läpi erittäin heikon sähkövirran, 50 kHz ja alle 500 μA, rasvakudoksen määrän laskemista varten. Tämä ei tunnu kehossa mitenkään VIVAn käytön aikana.
Kehonkoostumuksen määrittämistä varten mittari käyttää sähköistä impedanssia sekä pituus-, paino-, ikä- ja sukupuolitietoja tulosten tuottamiseen OMRON:in kehonkoostumustietojen pohjalta.

Suositeltavat mittausajat

Kehon rasvaprosentin normaalien muutosten ymmärtäminen voi auttaa sinua estämään tai vähentämään liikalihavuutta. Kun tiedät, milloin kehosi rasvaprosentti muuttuu päivän mittaan, saat tarkan käsityksen kehon rasvatilanteesta. On suositeltavaa käyttää laitetta päivittäin aina samassa ympäristössä ja samoissa olosuhteissa. (Katso taulukkoa)



Älä tee mittauksia seuraavissa olosuhteissa:

- Heti voimakkaan liikunnan, kylvyn tai saunan jälkeen.
- Alkoholin tai suuren vesimäärän juomisen tai aterian syömisen jälkeen (noin 2 tuntia).

Jos mittaukset tehdään näissä olosuhteissa, joissa kehon vesimäärä muuttuu, kehon arvioitu rasvaprosentti saattaa erota merkittävästi varsinaisesta lukemasta.

Mikä on BMI (painoindeksi)?

Painoindeksi käyttää seuraavaa yksinkertaista kaavaa ilmaisemaan henkilön painon ja pituuden suhdetta.

BMI = paino (kg) / pituus (m) / pituus (m)

OMRON VIVA käyttää BMI-luokituksen laskemiseen pituustietoja, jotka on tallennettu henkilönumeroon tai syötetty vierastilassa.
Jos BMI:n osoittama rasvamäärä on kansainvälistä standardia korkeampi, tavallisten tautien riski on suurempi. BMI ei kuitenkaan osoita kaikkia rasvatyyppejä.

Mitä kehon rasvaprosentti tarkoittaa?

Kehon rasvaprosentti viittaa kehon rasvapainoon prosentteina kokonaispainosta.

Kehon rasvaprosentti (%) = {Kehon rasvamassa (kg) / ruumiinpaino (kg)} × 100

VIVA arvioi kehon rasvaprosentin BI-menetelmällä.
Riippuen siitä, mihin kehon kohtaan rasva on kertynyt, se luokitellaan joko sisäelinten rasvaksi tai subkutaaniseksi (ihonalaiseksi) rasvaksi.

Mitä sisäelinten rasvamäärä tarkoittaa?

Sisäelinten rasva = sisäelimiä ympäröivä rasva

Yleisesti ajatellaan, että liian suuri sisäelinten rasvamäärä liittyy läheisesti rasvan lisääntyneeseen määrään veressä, mikä voi johtaa tavallisiin tauteihin, kuten veren rasva-aineiden runsaus ja sokeritauti, mikä heikentää insuliinin kykyä siirtää energiaa verestä ja käyttää sitä soluissa. Jotta voitaisiin estää tavallisiin tauteihin sairastumista tai parantaa kyseisiä tiloja, on tärkeää yrittää vähentää sisäelinten rasvamääriä hyväksyttävälle tasolle. Ihmisillä, joilla on runsaasti sisäelinten rasvaa, on yleensä suuri vatsa. Näin ei kuitenkaan ole aina, ja suuret sisäelinten rasvamäärät voivat aiheuttaa metabolista liikalihavuutta. Metabolinen liikalihavuus (sisäelinten liikalihavuus normaalipainoisella) edustaa keskimääräistä suurempia rasvamääriä, vaikka henkilön paino olisi pituuteen nähden standardin mukainen tai alempi.



Esimerkki sisäelinten rasvasta (MRI-kuva)

Mitä subkutaaninen rasva on?

Subkutaaninen rasva = ihon alla oleva rasva

Ihonalainen rasva ei keräänny ainoastaan vatsan ympärille vaan myös olkavarsiin, lanteisiin ja reisiin, ja se voi vääristää kehon suhteita. Vaikka sitä ei liitetäkään suoraan tautien lisääntyneeseen riskiin, sen ajatellaan lisäävän sydämeen kohdistuvaa painetta ja muita komplikaatioita. Tämä laite ei näytä ihonalaista rasvaa, mutta se sisältyy kehon rasvaprosenttiin.



Esimerkki ihonalaisesta

Mitä luustolihas on?

Lihas jakautuu kahteen eri tyyppiin, sisäelinten kuten sydämen lihakseen ja luustoon liittyvään lihakseen, jota käytetään kehon liikuttamiseen. Luustolihasta voidaan lisätä liikunnalla ja muulla toiminnalla. Luustolihaksen määrän lisääminen merkitsee, että keho voi kuluttaa energiaa helpommin, jolloin on epätodennäköisempää, että se muuttuu rasvaksi. Tällöin on helpompi harjoittaa energisempää elämäntapaa.

Mitä lepoaineenvaihdunta on?

Aktiivisuustasosta riippumatta kehon päivittäisten toimintojen ylläpitämiseen tarvitaan vähimmäismäärä energiaa. Tätä kutsutaan lepoaineenvaihdunnaksi ja se osoittaa, kuinka paljon kaloreita sinun tulee syödä saadaksesi riittävästi energiaa kehosi toimimiseksi.

Tietoja kehon koostumuksesta

18. Mittaustulosten tulkintadiagrammit

Kehon rasvaprosenttituloksen tulkinta

	Ikä	- (matala)	0 (normaali)	+ (korkea)	++ (erittäin korkea)
Nainen	10	< 16,1 %	16,1–32,2 %	32,3–35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3–33,1 %	33,2–36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4–33,5 %	33,6–36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4–33,8 %	33,9–36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3–34,0 %	34,1–36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1–34,2 %	34,3–36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8–34,5 %	34,6–37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4 –34,7 %	34,8–37,3 %	≧ 37,4 %
	18–39	< 21,0 %	21,0–32,9 %	33,0–38,9 %	≧ 39,0 %
	40–59	< 23,0 %	23,0–33,9 %	34,0–39,9 %	≧ 40,0 %
	60–80	< 24,0 %	24,0–35,9 %	36,0–41,9 %	≧ 42,0 %
Mies	10	< 12,8 %	12,8–27,9 %	28,0–31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6–28,5 %	28,6–32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3–28,2 %	28,3–32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6–27,5 %	27,6–31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1–26,4 %	26,5–30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8–25,4 %	25,5–28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4–24,7 %	24,8–27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1–24,2 %	24,3–26,8 %	≧ 26,9 %
	18–39	< 8,0 %	8,0–19,9 %	20,0–24,9 %	≧ 25,0 %
	40–59	< 11,0 %	11,0–21,9 %	22,0–27,9 %	≧ 28,0 %
	60–80	< 13,0 %	13,0–24,9 %	25,0–29,9 %	≧ 30,0 %

HD McCarthy et al, International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, ja Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, syyskuu 2000, ja luokiteltu neljään tasoon OMRON HEALTHCAREn toimesta.

Sisäelimissä olevan rasvamäärän tuloksen tulkinta

Sisäelimissä oleva rasvamäärä	Määrän luokitus
1–9	0 (normaali)
10–14	+ (korkea)
15–30	++ (erittäin korkea)

OMRON HEALTHCARE -tilastojen mukaan.

Luustolihasprosenttituloksen tulkinta

	Ikä	- (matala)	0 (normaali)	+ (korkea)	++ (erittäin korkea)
Nainen	18–39	< 24,3 %	24,3–30,3 %	30,4–35,3 %	≧ 35,4 %
	40–59	< 24,1 %	24,1–30,1 %	30,2–35,1 %	≧ 35,2 %
	60–80	< 23,9 %	23,9–29,9 %	30,0–34,9 %	≧ 35,0 %
Mies	18–39	< 33,3 %	33,3–39,3 %	39,4–44,0 %	≧ 44,1 %
	40–59	< 33,1 %	33,1–39,1 %	39,2–43,8 %	≧ 43,9 %
	60–80	< 32,9 %	32,9–38,9 %	39,0–43,6 %	≧ 43,7 %

OMRON HEALTHCARE -tilastojen mukaan.

BMI-tuloksen tulkinta

BMI (painoindeksi)	BMI (WHO:n luokitus)
< 18,5	- (alipainoinen)
18,5–24,9	0 (normaali)
25–29,9	+ (ylipainoinen)
≧ 30	++ (liikalihava)

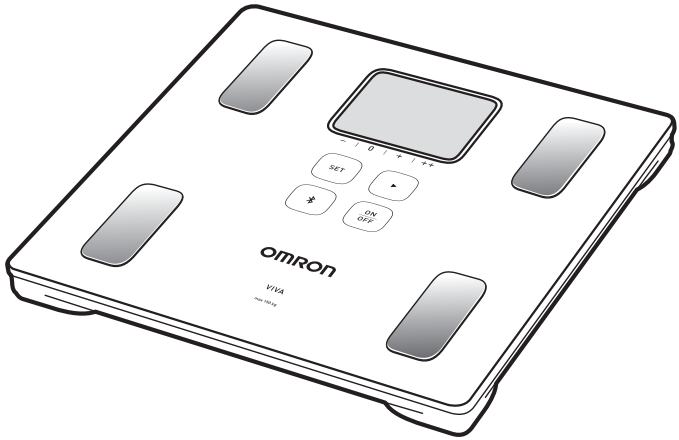
FI

Valmistaja 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPANI
EU-edustaja EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, ALANKOMAAT www.omron-healthcare.com
Maahantuoja EU:ssa	
Tuotantolaitos	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Kiina
Tytäryhtiöt	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Maahantuoja Yhdistyneessä kuningaskunnassa ja Yhdistyneen kuningaskunnan vastuuhenkilö Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Julkaisupäivä: 2021-08-27

Valmistettu Kiinassa

OMRON



Moniteur de composition corporelle

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d’emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

Merci d’avoir acheté le Moniteur de composition corporelle OMRON.
Avant d’utiliser cette unité, lisez attentivement le présent mode d’emploi pour bien en comprendre le fonctionnement et l’utiliser en toute sécurité.
Conservez soigneusement ce mode d’emploi pour vous y référer ultérieurement.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

VIVA
Moniteur de composition corporelle

Utilisation prévue
Merci d'avoir acheté ce moniteur de composition corporelle OMRON. Cette unité est conçue pour mesurer et afficher les valeurs de composition corporelle suivantes.

- Poids corporel
- Graisse viscérale (jusqu'à 30 niveaux)
- Métabolisme au repos (en kcal)
- Graisse corporelle (en %)
- Muscle squelettique (en %)
- IMC (indice de masse corporelle)

Elle est conçue pour être utilisée par des personnes adultes capables de comprendre le présent mode d'emploi. Elle n'est pas destinée à une utilisation professionnelle dans les hôpitaux ni dans toute autre installation médicale, mais uniquement à une utilisation domestique.

Lisez attentivement le présent mode d'emploi avant d'utiliser l'unité, vous y trouverez également des informations complémentaires sur chaque fonction.

Table des matières

Avant d'utiliser l'unité 62

Remarques sur la sécurité 62
1. Familiarisation avec l'unité 64
2. Insertion et remplacement des piles 65
3. Synchronisation de l'unité avec votre appareil intelligent 66
4. Réglage de l'unité de mesure, de la date et de l'heure 67
5. Enregistrement des données personnelles 68

Mode d'emploi 69

6. Prendre des mesures correctes 69
   6.1 Postures correctes pendant la mesure 69
   6.2 À propos de la « correction 0 kg » (précaution pour le stockage) 70
   6.3 Activation de la « correction 0 kg » 70
7. Réalisation d'une mesure 70

Utilisation de la fonction de mémoire 72

8. Visualisation des résultats de mesure sur votre appareil intelligent 72

Le cas échéant 73

9. Sélectionnez votre numéro personnel et effectuez une mesure 73
10. Mode Invité (mode non enregistré) 74
11. Mesure du poids uniquement 75
12. Modification ou suppression de vos données personnelles 76
13. Suppression des paramètres de communication 77
14. Maintenance et stockage 77
15. Dépannage 78
16. Données techniques 81

Informations sur la composition corporelle 84

17. Informations sur la composition corporelle 84
18. Diagrammes d'interprétation des résultats de mesure 86

Remarques sur la sécurité

Les symboles et leurs définitions sont présentés ci-dessous :

⚠**Danger :**	Une utilisation incorrecte peut mettre l'utilisateur en danger et provoquer la mort ou des blessures graves.
⚠**Avertissement :**	Une utilisation incorrecte de l'unité peut provoquer la mort ou des blessures graves.
⚠**Attention :**	Une utilisation incorrecte de l'unité peut provoquer des blessures ou endommager les équipements.

⚠Danger :

• N'utilisez jamais cette unité avec des appareils électroniques médicaux tels que :
(1) Des implants électroniques médicaux (stimulateurs cardiaques, par exemple).
(2) Des équipements de survie électroniques (cœur/poumon artificiels, par exemple).
(3) Des appareils médicaux électroniques portables (électrocardiographe, par exemple).
Cette unité peut perturber le fonctionnement de ces appareils et ainsi poser un risque considérable pour la santé de leurs utilisateurs.



⚠Avertissement :

- Conservez l'unité hors de portée des jeunes enfants. Contient de petites pièces qui peuvent présenter un risque d'étouffement en cas d'ingestion par de jeunes enfants.
- N'utilisez pas l'unité sur des surfaces glissantes (sol mouillé, par exemple).
- Ne sautez pas sur l'unité et ne faites pas de bonds dessus.
- N'utilisez pas cette unité lorsque votre corps et/ou vos pieds sont mouillés (après avoir pris un bain, par exemple).
- Montez pieds nus sur l'unité. Si vous montez en chaussettes sur l'unité, vous risquez de glisser et de vous blesser.
- Ne montez pas sur le bord ou sur la zone d'affichage de l'unité.
- Les personnes handicapées ou physiquement fragiles doivent toujours demander l'assistance d'une autre personne lorsqu'elles utilisent cette unité.
- Si vous recevez dans les yeux du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure. Consultez immédiatement un médecin.
- N'utilisez pas ce produit dans des hôpitaux, des avions ou dans d'autres environnements où l'utilisation d'ondes radio est interdite.
- Ce produit émet des fréquences radio dans la bande des 2,4 GHz. N'utilisez pas ce produit dans un endroit où les ondes radio sont interdites (par ex. dans un avion ou dans des hôpitaux).

⚠Attention :

- Ne démontez pas, ne réparez pas et ne remaniez pas l'unité.
- Ne commencez pas un programme de réduction du poids ou d'exercice sans consulter au préalable un médecin ou un spécialiste de santé. Un auto-diagnostic risquerait de nuire à votre santé.
- Pendant les mesures, veillez à ce qu'aucun téléphone mobile ou autre appareil électrique émettant des champs électromagnétiques ne soit situé à moins de 30 cm. Cela risquerait de perturber le fonctionnement de l'appareil et/ou de fausser les données.
- Utilisez les piles recommandées pour cette unité. N'introduisez pas les piles en inversant les polarités.
- Remplacez immédiatement les piles usagées par des piles neuves.
- Ne jetez pas les piles au feu.

- Si vous recevez sur la peau ou les vêtements du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure.
- Retirez les piles de cette unité lorsque vous prévoyez de ne pas l'utiliser pendant une longue période (environ trois mois ou plus).
- N'utilisez pas différents types de pile simultanément.
- N'utilisez pas des piles neuves et usagées en même temps.
- Lavez-vous toujours les pieds avant d'utiliser l'unité. Si vous souffrez d'une infection au pied ou d'une autre maladie cutanée, vous risquez d'infecter d'autres personnes.
- Lorsque l'unité est utilisée par plusieurs personnes, essuyez-la, après utilisation, avec un chiffon humide humecté d'un détergent doux. Ensuite, séchez-la.
- N'utilisez pas cette unité à des fins autres que celles décrites dans ce manuel.
- Cette unité étant un instrument de précision, ne la laissez pas tomber et ne la soumettez pas à des vibrations ni à des chocs importants.

Transmission des données

- Ne remplacez pas les piles pendant le transfert de vos résultats de mesure vers votre appareil intelligent. Cela pourrait provoquer un mauvais fonctionnement de votre moniteur et empêcher le transfert de vos résultats de mesure.
- Ne placez pas de cartes à circuits imprimés, d'aimants, d'objets métalliques ou d'autres dispositifs émettant des champs électromagnétiques à proximité de ce moniteur pendant le transfert de vos résultats de mesure vers votre appareil intelligent. Cela pourrait provoquer un mauvais fonctionnement de votre unité et empêcher le transfert de vos résultats de mesure.

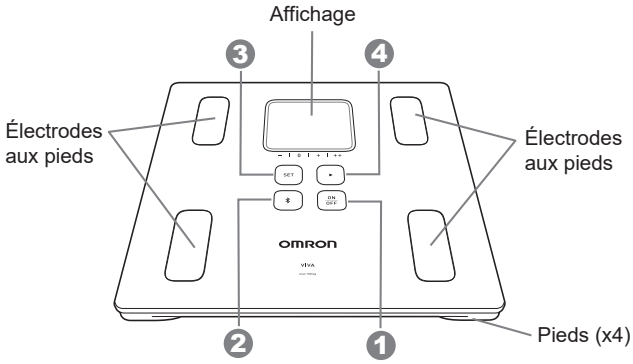
Mesure incorrecte

Les mesures peuvent être incorrectes chez les utilisateurs suivants :
Personnes âgées (de plus de 81 ans) / Personnes fiévreuses / Culturistes ou sportifs de haut niveau / Patients sous dialyse / Patients souffrant d'ostéoporose dont la densité osseuse est très basse / Femmes enceintes / Personnes présentant un gonflement.

- En effet, la composition corporelle, par ex. la quantité d'eau dans le corps, peut s'écarter fortement de la valeur moyenne.

1. Familiarisation avec l'unité

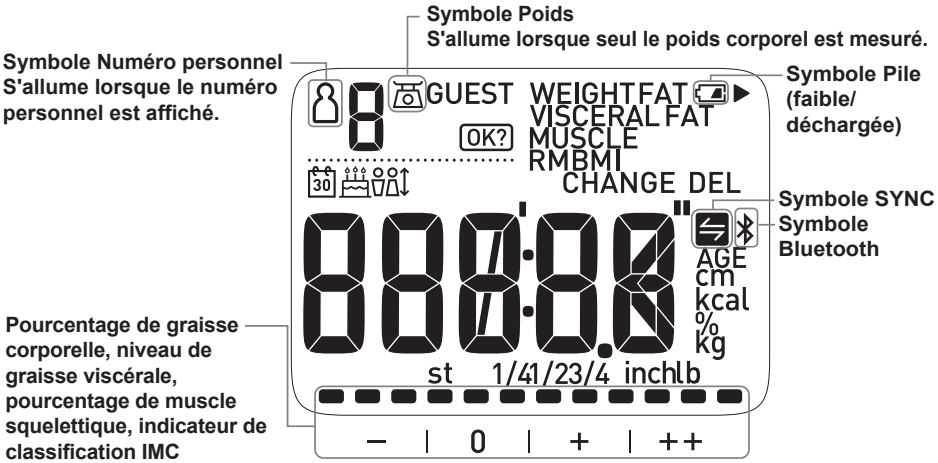
Unité principale



1	ON/OFF	**Bouton ON/OFF** • Appuyez sur ce bouton pour mettre l'unité sous tension. • Appuyez sur ce bouton (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.
2	Bluetooth	**Bouton Bluetooth** • Appuyez sur ce bouton pour transmettre les données manuellement. • Appuyez sur ce bouton (2 secondes ou plus) pour synchroniser l'unité avec votre appareil intelligent. ※ Ce bouton peut également être utilisé lorsque l'unité est hors tension.
3	SET	**Bouton SET** • Appuyez sur ce bouton pour définir ou confirmer les données.
4	▶	**Bouton Avance** • Appuyez sur ce bouton pour avancer. • Appuyez sur ce bouton et maintenez-le enfoncé pour avancer rapidement pendant le réglage de la date, de l'heure et de la taille.

FR

Affichage

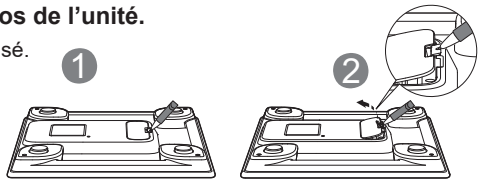


2. Insertion et remplacement des piles

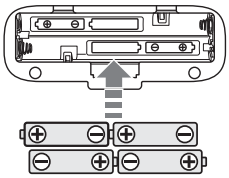
1. Ouvrez le couvercle des piles situé au dos de l'unité.

Un objet dur, un stylo par exemple, peut être utilisé.





2. Installez les piles avec la polarité appropriée en suivant les indications fournies à l'intérieur du compartiment des piles.

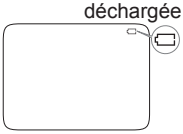


3. Fermez le couvercle des piles.

Durée de vie et remplacement des piles

- **Environ 6 mois (lorsque des piles alcalines AAA sont utilisées à raison de quatre mesures, quatre transferts de données et quatre personnes par jour à une température ambiante de 23 °C)**
  - Comme les piles fournies ne sont destinées qu'à des fins d'essai, leur durée de vie peut être plus courte.
- **Lorsque le symbole de pile déchargée s'affiche, remplacez les quatre piles par des piles neuves.**
  - Remplacez les quatre piles par des neuves (du même type) en même temps.
  - Lorsque le symbole de pile faible clignote, il est recommandé de remplacer les piles par des piles neuves plus tôt que prévu.

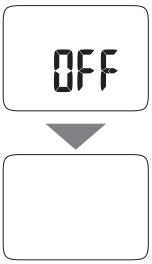
Symbole de pile déchargée



- **Mettez l'unité hors tension avant de remplacer les piles.**
  - Les données personnelles enregistrées dans l'unité sont conservées même si les piles sont retirées.
  - La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.
- **Après le remplacement des piles, vous devez réinitialiser l'unité de mesure, la date et l'heure. (Reportez-vous à la section 4.)**
  - Si vous avez déjà effectué une synchronisation avec l'application « OMRON connect », appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour communiquer avec elle. Dans ce cas, la date et l'heure seront réglées automatiquement.

Mise hors tension

- **Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.**



- **L'unité s'éteint automatiquement dans les conditions suivantes :**
  - 10 secondes après l'affichage du message « Err » ;
  - lorsque l'unité n'est pas utilisée dans un délai de 1 minute après l'affichage de « 0.0 kg » ;
  - après 3 minutes d'inactivité.

3. Synchronisation de l'unité avec votre appareil intelligent

1. **Activez la fonction Bluetooth sur votre appareil intelligent.**

2. **Téléchargez et installez l'application « OMRON connect » sur votre appareil intelligent.**

Vous pouvez choisir l'une des 2 méthodes suivantes.

■ **Scannez le code QR pour accéder à l'adresse suivante.**

omronconnect.com/setup

Code QR

■ **Cherchez l'application « OMRON connect » dans l'« App Store » ou sur « Google Play ».**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

FR

3. **Ouvrez l'application sur votre appareil intelligent et suivez les instructions de configuration et de synchronisation.**

Si vous disposez déjà de l'application « OMRON connect », sélectionnez :

Menu > Appareil > Ajouter un appareil

REMARQUES

- Un appareil intelligent gère les données d'un seul utilisateur.
- Si une application autre que « OMRON connect » est utilisée, il est possible que le transfert des données ne s'effectue pas correctement.
- Veuillez lire la méthode d'utilisation et le mode d'emploi dans l'application pour plus d'informations.

4. Réglage de l'unité de mesure, de la date et de l'heure

Il est nécessaire de régler l'unité de mesure, la date et l'heure avant d'effectuer une première mesure ou après avoir remplacé les piles.

- La date et l'heure peuvent également être réglées à partir de l'application « OMRON connect ».

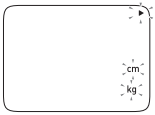
1. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour mettre l'unité sous tension.

« kg&cm » clignote à l'affichage.

2. Réglez l'unité de mesure.

Appuyez sur le bouton (▶) pour effectuer le réglage puis sur le bouton (SET) pour confirmer.

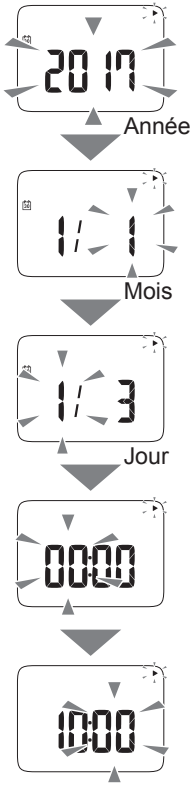
- L'unité de mesure par défaut est « kg & cm ».
- Vous pouvez régler l'unité de mesure sur « lb & inch » ou « st-lb & inch ».



3. Réglez la date et l'heure sur l'unité.

Appuyez sur le bouton (▶) pour effectuer le réglage puis sur le bouton (SET) pour confirmer.

- Plage de réglage de l'année : 2017 à 2045
- L'heure s'affiche en mode 24 heures.
- Pendant le réglage de l'année, de la date, de l'heure et des minutes, maintenez le bouton (▶) enfoncé pour avancer rapidement par pas de 10.



Après affichage de l'unité de mesure, de l'année, du mois, du jour, de l'heure et des minutes, dans cet ordre, l'unité s'éteint automatiquement.

REMARQUES

- Si vous commettez une erreur pendant la configuration, appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour éteindre l'unité et reprenez à partir de l'« Étape 1 ».
- L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité. Réglez à nouveau l'unité de mesure, la date et l'heure.
- Pour modifier l'unité de mesure, la date ou l'heure, retirez les piles et attendez au moins 20 secondes. Remettez ensuite les piles en place et refaites les réglages.

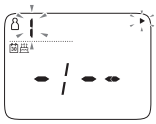
5. Enregistrement des données personnelles

Pour mesurer la composition corporelle, vous devez enregistrer vos données personnelles (date de naissance, sexe et taille). Il est possible d'enregistrer les données d'un maximum de 4 personnes.

- La données personnelles peuvent également être enregistrées à partir de l'application « OMRON connect ».

1. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote. La date de naissance (- - / - - / - -) s'affiche.



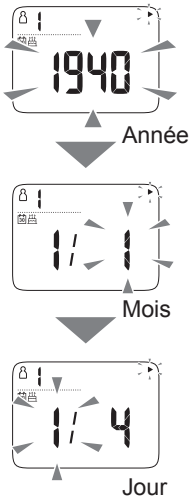
2. Sélectionnez et confirmez votre numéro personnel.

Appuyez sur le bouton (▶) pour sélectionner votre numéro personnel puis sur le bouton (SET) pour confirmer.

3. Réglez la date de naissance.

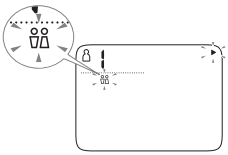
Appuyez sur le bouton (▶) pour régler la date de naissance puis sur le bouton (SET) pour confirmer.

- Plage de réglage de l'année : 1900 à 2045
- Pendant le réglage de l'année et de la date, maintenez le bouton (▶) enfoncé pour avancer rapidement par pas de 10.



4. Réglez le sexe

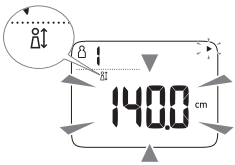
Appuyez sur le bouton (▶) pour définir le sexe ♂ (HOMME) ou ♀ (FEMME) puis sur le bouton (SET) pour confirmer.



5. Réglez la taille.

Appuyez sur le bouton (▶) pour régler la taille puis sur le bouton (SET) pour confirmer.

- Appuyez en continu pour avancer rapidement par pas de 10 cm (ou 1 pouce).
- Lorsque tous les réglages sont affichés afin que vous les confirmiez, « 0.0 kg » apparaît sur l'affichage.



FR

6. Montez sur l'unité pour mesurer le poids lorsque « 0.0 kg » est affiché.

Les données de poids corporel et de composition corporelle sont enregistrées dans l'unité aux fins de reconnaissance automatique.

Après un moment, les résultats de mesure sont indiqués de la manière suivante.



7. Descendez de l'unité après que les résultats de mesure sont affichés.

L'enregistrement des données personnelles est terminé.

8. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

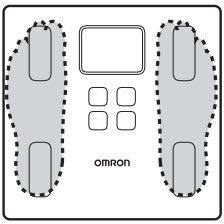
Pour ajouter de nouvelles données personnelles, commencez à l'« Étape 1 ».

Mode d'emploi

6. Prendre des mesures correctes

6.1 Postures correctes pendant la mesure

Montez pieds nus sur l'unité.
Placez la voûte des pieds au centre de l'unité.



Remarque

- Si vous montez sur l'unité avec des chaussettes ou des chaussures, les mesures seront inexactes.



Ne pliez pas les genoux pendant la mesure.

Prenez les mesures sur un sol dur et plat.

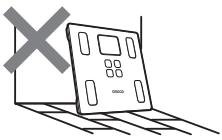
Remarque

- Une surface de sol rembourrée (tapis ou carpette, par exemple) peut altérer la précision des mesures.

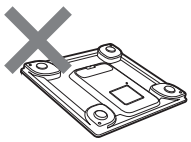
6.2 À propos de la « correction 0 kg » (précaution pour le stockage)

L'unité corrige automatiquement sa précision lorsqu'elle n'est pas utilisée.

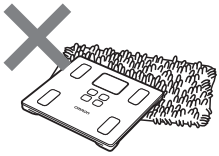
- Si l'unité est placée comme sur les images ci-dessous, cette correction de la précision ne fonctionne pas. Activez la « correction 0 kg » avant d'effectuer la mesure.



L'unité est appuyée contre le mur ou d'autres objets



L'unité est placée à l'envers

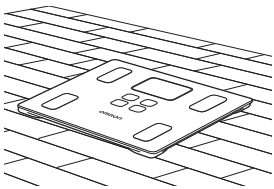


L'unité est placée sur un objet



Un objet est placé sur l'unité

6.3 Activation de la « correction 0 kg »



1. **Placez l'unité sur un sol dur et plat.**

2. **Appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour mettre l'unité sous tension.**

3. **Sélectionnez votre numéro personnel ou « 0 ».**

Sélectionnez votre numéro personnel ou « 0 » à l'aide du bouton (▶) puis appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer.

4. **Lorsque l'affichage indique « 0.0 kg », appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.**

Ceci termine la « correction 0 kg ». Attendez 5 secondes puis effectuez une mesure.

Mode d'emploi

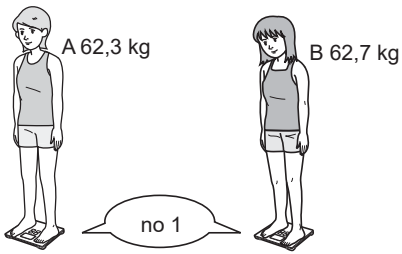
7. Réalisation d'une mesure

FR

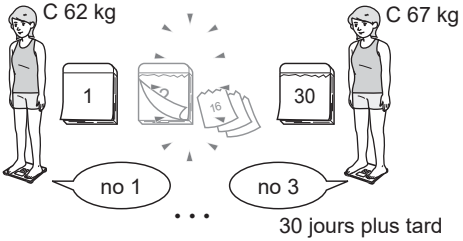
Lorsqu'une personne monte sur l'unité, celle-ci s'allume pour reconnaître automatiquement le numéro personnel et démarrer la mesure.

Il est possible qu'un mauvais numéro personnel s'affiche dans les cas suivants :

- Des utilisateurs ayant un type et un poids corporels similaires utilisent l'unité.



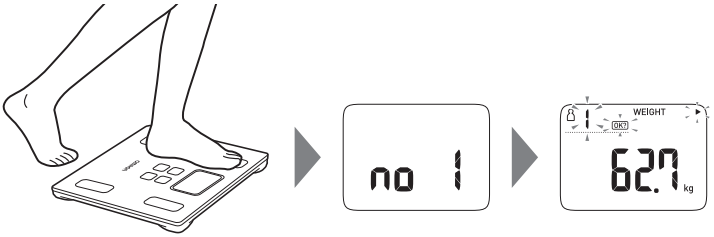
- Votre poids corporel a changé depuis la dernière mesure.



Si l'erreur de reconnaissance continue à se produire, sélectionnez votre numéro personnel pour effectuer une mesure. (Reportez-vous à la section 9.)

1. Effectuez une mesure lorsque l'unité est hors tension.

Lorsque vous montez sur l'unité, elle s'allume automatiquement.



2. Lorsque le numéro personnel et les résultats de mesure s'affichent, la mesure est terminée.

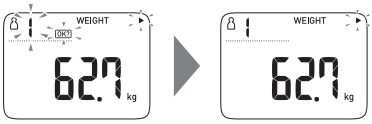
Descendez de l'unité.

3. Confirmez votre numéro personnel.

■ Si votre numéro personnel est correct…

Appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer votre numéro personnel. OK? disparaît.

Même si vous éteignez l'unité alors que OK? clignote, les résultats sont enregistrés dans l'unité et associés au numéro personnel affiché.



■ Si votre numéro personnel est incorrect…

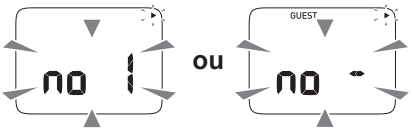
Avant que l'unité ne s'éteigne, sélectionnez votre numéro personnel à l'aide du bouton (▶), puis appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer.



■ Si vous avez confirmé un numéro personnel qui n'est pas le vôtre…

Avant que l'unité ne s'éteigne, appuyez sur le bouton (SET) pour pouvoir sélectionner à nouveau votre numéro personnel.

Si « no 1 » à « no 4 » clignote sur l'affichage, ou que GUEST est affiché, vos données personnelles n'ont pas été enregistrées dans l'unité.
Enregistrez vos données personnelles.
Vous pouvez également utiliser le mode Invité.



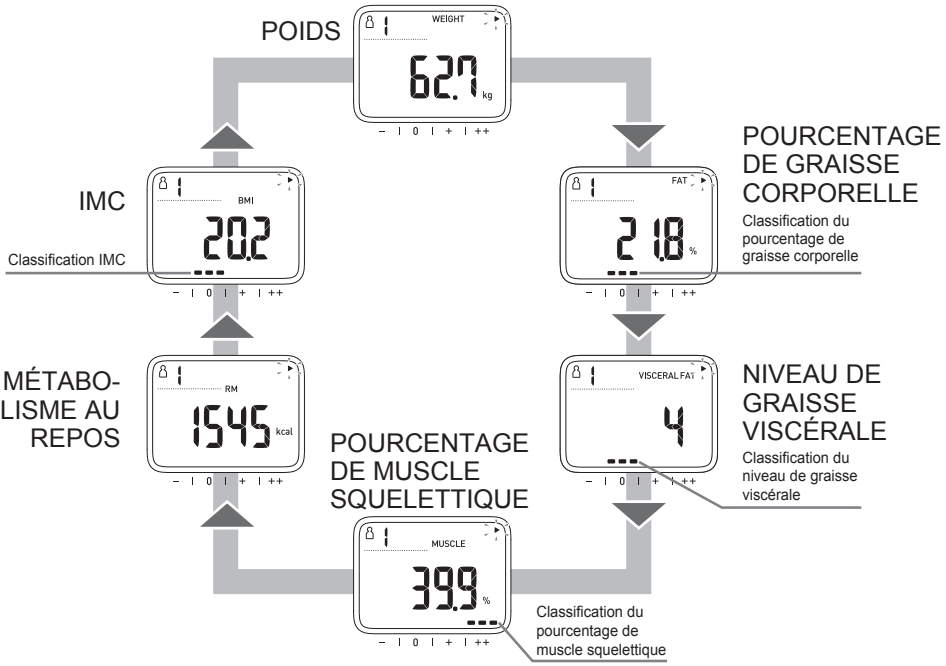
4. Contrôlez les résultats des mesures.

L'affichage des résultats pivote automatiquement comme illustré ci-dessous.

Après avoir confirmé votre numéro personnel, vous pouvez passer au résultat de mesure que vous souhaitez voir à l'aide du bouton (▶).

Remarque

- Utilisez le pourcentage de graisse corporelle, le niveau de graisse viscérale, le pourcentage de muscle squelettique et l'indicateur de classification IMC comme guide de mesure.
- Pour mieux comprendre vos résultats de mesure, reportez-vous aux informations et diagrammes des sections 17 et 18.



FR

5. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

Utilisation de la fonction de mémoire

8. Visualisation des résultats de mesure sur votre appareil intelligent

Suivez les instructions de l'application « OMRON connect » pour visualiser vos résultats de mesure.
Vous pourrez ensuite confirmer la variation de vos paramètres de poids et de composition corporelle sur votre appareil intelligent.

Remarque

- L'application « OMRON connect » doit être installée sur votre appareil intelligent. (Reportez-vous à la section 3.)

Le cas échéant

9. Sélectionnez votre numéro personnel et effectuez une mesure

S'il arrive souvent que votre numéro personnel ne soit pas reconnu, vous pouvez sélectionner votre numéro personnel et effectuer la mesure de la manière suivante.

1. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.

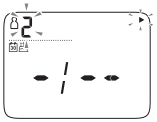


2. Sélectionnez votre numéro personnel.

Sélectionnez votre numéro personnel à l'aide du bouton (▶).

Si la date de naissance (- / - -) est affichée,
vos données personnelles n'ont pas été enregistrées dans votre numéro personnel.

Enregistrez vos données personnelles. (Reportez-vous à la section 5.)



3. Appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer votre numéro personnel.

« 0.0 kg » s'affiche.

4. Effectuez une mesure lorsque « 0.0 kg » est affiché.

Montez sur l'unité.



5. Contrôlez les résultats des mesures.

L'affichage des résultats pivote automatiquement.

6. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

Le cas échéant

10. Mode Invité (mode non enregistré)

Lorsque ce mode est utilisé, les résultats de mesure ne sont pas enregistrés.

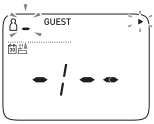
1. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.



2. Sélectionnez et confirmez « 👤 ».

Sélectionnez « GUEST » à l'aide du bouton (▶), puis appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer.

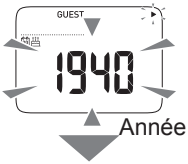


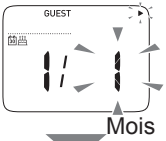
3. Entrez les données personnelles.

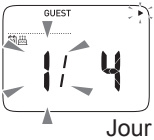
3.1 Réglez la date de naissance

Appuyez sur le bouton (▶) pour régler la date de naissance, puis appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer.

- Plage de réglage de l'année : 1900 à 2045
- Pendant le réglage de l'année et de la date, maintenez le bouton (▶) enfoncé pour avancer rapidement par pas de 10.

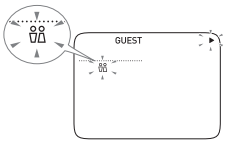






3.2 Réglez le sexe

Appuyez sur le bouton (▶) pour définir le sexe 🚹 (HOMME) ou 🚺 (FEMME) puis appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer.



3.3 Réglez la taille

Appuyez sur le bouton (▶) pour régler la taille, puis sur le bouton (SET) pour confirmer.

- Appuyez en continu pour avancer rapidement par pas de 10 cm (1 pouce).



Lorsque tous les réglages sont affichés afin que vous les confirmiez, « 0.0 kg » apparaît sur l'affichage.

L'unité s'éteint si elle n'est pas utilisée dans un délai de 1 minute après affichage de « 0.0 kg ».

FR

4. Démarrez la mesure lorsque « 0.0 kg » est affiché.

Montez sur l'unité.



5. Contrôlez les résultats des mesures.

L'affichage des résultats pivote automatiquement.

6. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

Le cas échéant

11. Mesure du poids uniquement

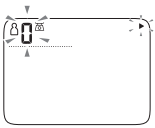
Lorsque ce mode est utilisé, le résultat de mesure n'est pas enregistré.

1. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.

2. Sélectionnez et confirmez « 1 ».

Sélectionnez « 1 » à l'aide du bouton (▶), puis appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer.



3. Lorsque « 0.0 kg » s'affiche, montez sur l'unité.



4. Contrôlez le résultat de mesure.

Votre poids est affiché et clignote pour indiquer la fin de la mesure.

5. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

Le cas échéant

12. Modification ou suppression de vos données personnelles



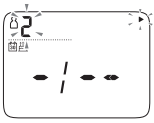
1. Appuyez sur le bouton (ON/OFF) pour mettre l'unité sous tension.
L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.

2. Sélectionnez votre numéro personnel

Appuyez sur le bouton (▶) pour sélectionner le numéro personnel.



Si la date de naissance (- - / - -) est affichée, vos données personnelles ne sont pas enregistrées dans votre numéro personnel.
Enregistrez vos données personnelles. (Reportez-vous à la section 5.)





3. Appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer le numéro personnel.
« 0.0 kg » s'affiche.



4. Appuyez sur le bouton (SET).
« CHANGE » et « DEL » clignotent.

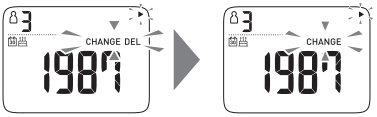
5. Sélectionnez « CHANGE » (Modifier) pour modifier les données personnelles ou « DELETE » (Supprimer) pour les supprimer

- Même si les données personnelles sont modifiées, les résultats de mesure ne sont ni modifiés ni supprimés. Si vous utilisez un numéro personnel qui a été utilisé par une autre personne, supprimez les données personnelles puis enregistrez les nouvelles données personnelles.

Modifier vos données personnelles

(Les résultats de mesure ne seront pas supprimés)

1. Appuyez sur le bouton (▶) pour sélectionner « CHANGE »



2. Appuyez sur le bouton (SET)
L'année clignote.



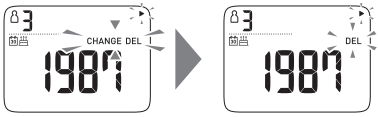
3. Modifiez la « date de naissance », le « sexe » et la « taille » comme indiqué dans les étapes 3 à 5 de la section 5.

- Pour arrêter toute modification en cours, appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.
- Les résultats de mesure non transférés ne seront pas modifiés.

Supprimer vos données personnelles

(Les résultats de mesure seront également supprimés)

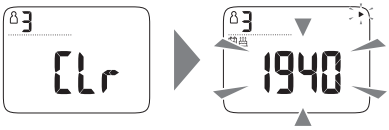
1. Appuyez sur le bouton (▶) pour sélectionner « DEL »



2. Appuyez sur le bouton (SET)
OK? clignote.



3. Appuyez une nouvelle fois sur le bouton (SET)



FR

Le cas échéant

13. Suppression des paramètres de communication

Si vous souhaitez cesser d'utiliser l'application « OMRON connect » ou supprimer les paramètres de communication de votre appareil intelligent, veuillez procéder de la manière suivante. Tous les paramètres de communication enregistrés dans l'unité seront supprimés.

1. **Appuyez sur le bouton (Bluetooth) et maintenez-le enfoncé pendant plus de 2 secondes.**

« P » et le symbole Bluetooth clignotent.



2. **Appuyez une nouvelle fois sur le bouton (Bluetooth) et maintenez-le enfoncé pendant plus de 2 secondes.**

« OK? » et « CLr » clignotent.



3. **Appuyez sur le bouton (SET) pour confirmer.**

L'unité s'éteint si elle n'est pas utilisée dans un délai de 10 secondes après affichage de « CLr ».



Le cas échéant

14. Maintenance et stockage

Nettoyage de l'unité

- Veillez à la propreté de l'unité avant utilisation.
- Essuyez l'unité à l'aide d'un chiffon doux et sec. Si nécessaire, utilisez un chiffon humecté d'eau ou de détergent et essorez-le bien avant d'essuyer l'unité, puis essuyez cette dernière à l'aide d'un chiffon sec.
- N'utilisez pas de benzène ou de diluant, ni d'autres solvants volatils, pour nettoyer l'unité.
- Ne lavez pas l'unité avec de l'eau.

Entretien et stockage

- Ne rangez pas l'unité dans les conditions suivantes :
  - Humidité, avec risque de pénétration d'humidité ou d'eau dans l'unité
  - Températures élevées, exposition directe au soleil ou endroits poussiéreux
  - Endroits présentant un risque de chocs soudains ou de vibrations
  - Endroits où sont rangés des produits chimiques ou dans lesquels des gaz corrosifs sont présents
- N'effectuez pas de réparations de quelque nature que ce soit par vous-même. Ce produit est étalonné au moment de la fabrication. Si vous doutez à un moment quelconque de la précision des mesures, veuillez-vous adresser à votre revendeur OMRON agréé. Il est généralement recommandé de faire inspecter l'appareil tous les 2 ans afin de garantir son bon fonctionnement et sa précision.

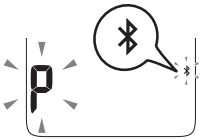
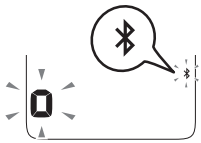
Le cas échéant

15. Dépannage

Si l'un des problèmes ci-dessous se produit pendant la mesure, vérifiez avant tout qu'aucun autre appareil électrique ne se trouve à moins de 30 cm. Si le problème persiste, reportez-vous au tableau ci-dessous.

Affichage des erreurs	Cause	Solution
Err 1	Vous êtes descendu du plateau pendant la mesure de la composition corporelle.	Ne descendez pas du plateau avant que la mesure de la composition corporelle soit terminée. (Reportez-vous à la section 6.)
	Vos plantes de pieds ne sont pas bien en contact avec les électrodes.	Veillez à vous positionner correctement sur le plateau, en plaçant bien les plantes des pieds sur les électrodes lors de la réalisation d'une mesure. (Reportez-vous à la section 6.)
Err2	Votre position n'est pas correcte pour une mesure, vos plantes de pieds ne sont pas bien en contact avec les électrodes ou vos plantes de pieds étaient sèches.	Tenez-vous avec le dos et les genoux bien droits. Gardez les pieds bien en contact avec les électrodes et ne bougez pas les pieds lors de la réalisation d'une mesure. (Reportez-vous à la section 6.) Humidifiez légèrement vos plantes de pieds à l'aide d'un linge humide et essayez à nouveau.
Err5	Après le réglage de la date et de l'heure, l'unité a été touchée ou a été utilisée avant la désactivation automatique de l'affichage.	Retirez puis réinsérez les piles. Redémarrez l'appareil en commençant depuis la section « Synchronisation de l'unité avec votre appareil intelligent ». (Reportez-vous à la section 3.) • Lorsque la date et l'heure sont affichées, ne touchez pas l'appareil avant sa mise hors tension automatique.
	Erreur liée à l'appareil.	Retirez puis réinsérez les piles. Une fois cette opération terminée, redémarrez l'appareil. Si cette erreur continue à s'afficher, consultez votre représentant technique OMRON.
Err6	Erreur de communication.	Éteignez l'unité et essayez de communiquer à nouveau. Si cette erreur s'affiche à nouveau, prenez contact avec votre représentant technique OMRON.
Err	Vous avez bougé pendant la mesure.	Restez immobile pendant la mesure.
	Votre poids corporel était en dehors de la plage de mesure admissible.	
Err	Erreur de communication.	Vérifiez l'affichage de votre appareil intelligent et suivez les instructions de l'application « OMRON connect ». Reportez-vous à l'« Aide » de l'application « OMRON connect ».
	Les piles sont faibles.	Il est recommandé de remplacer les piles usagées par des piles neuves plus tôt que prévu. (Reportez-vous à la section 2.)
	Les piles sont déchargées.	Remplacez les piles. (Reportez-vous à la section 2.)

FR

Problème	Cause	Solution
 clignote	entre 24 et 29 jeux de résultats de mesure ont été enregistrés.	Transférez les résultats de mesure dans l'application « OMRON connect », le symbole disparaîtra.
	30 jeux de résultats de mesure ont été enregistrés.	Si le nombre dépasse 30, les résultats les plus anciens sont supprimés. Transférez les résultats de mesure dans l'application « OMRON connect », le symbole disparaîtra.
	Vous avez appuyé sur le bouton (Bluetooth) et l'avez maintenu enfoncé pendant plus de 2 secondes.	Ceci s'affiche lorsque vous synchronisez votre unité avec votre appareil intelligent. Suivez les instructions de l'application « OMRON connect ». Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour arrêter la synchronisation.
	Vous avez appuyé sur le bouton (Bluetooth).	Ceci s'affiche lorsque les données sont transférées vers votre appareil intelligent. Suivez les instructions de l'application « OMRON connect ». Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour arrêter la transmission.
	Vous avez appuyé sur le bouton (Bluetooth) et l'avez maintenu enfoncé pendant plus de 2 secondes alors que « P » et le symbole Bluetooth clignotaient.	Ceci s'affiche lorsque vous supprimez les paramètres de communication. (Reportez-vous à la section 13.) Appuyez sur le bouton (ON/OFF) (2 secondes ou plus) pour arrêter l'opération.
Rien ne s'affiche lorsque vous mettez l'unité sous tension. Rien ne s'affiche lorsque vous montez sur l'unité.	L'unité ne contient pas de piles.	Insérez les piles.
	Les piles sont insérées dans le mauvais sens.	Insérez les piles dans le bon sens.
	Les piles sont épuisées.	Remplacez les quatre piles par des piles neuves.
Après remplacement des piles, rien ne s'affiche lorsque l'on monte sur l'unité.	Vous n'avez pas réglé l'unité de mesure, la date et l'heure après avoir remplacé les piles.	Réglez l'unité de mesure, la date et l'heure. (Reportez-vous à la section 4.)
	Votre poids corporel est trop faible. (Moins de 12 kg.)	Sélectionnez un numéro personnel avant d'effectuer une mesure.
« - - - - - » s'affiche pour certains résultats.	Les données ou valeurs de composition corporelle enregistrées ne se trouvaient pas dans la plage mesurable.	Vérifiez si la date de naissance, le sexe et la taille sont corrects. Même si ces paramètres sont corrects, « - - - - - » s'affiche s'ils ne se situent pas dans la tranche d'âge pouvant être affichée ou prise en charge.

Problème	Cause	Solution
Le résultat de mesure est supérieur ou inférieur au résultat réel. Le résultat varie fortement à chaque mesure.	Votre posture est incorrecte durant la mesure.	Effectuez une mesure en prenant une posture correcte.
	Vous effectuez une mesure sur un tapis ou sur une surface rembourrée, ou sur un sol inégal.	Prenez les mesures sur un sol dur et plat.
	Vos plantes de pieds et votre corps sont froids, ce qui gêne la circulation sanguine.	Réchauffez votre corps afin de ramener la circulation sanguine à la normale avant d'effectuer une mesure.
	Les électrodes aux pieds sont très froides.	Laissez l'unité dans une pièce chaude pendant un moment avant d'effectuer une mesure.
	Vos plantes de pieds sont sèches.	Humidifiez légèrement vos plantes de pieds à l'aide d'un linge humide avant d'effectuer une mesure.
	La « correction 0 kg » n'a pas été exécutée correctement.	Exécutez la « correction 0 kg ». (Reportez-vous à la section 6,3.)
Vous n'êtes pas reconnu(e) correctement.	Votre poids corporel a fortement changé depuis la dernière mesure.	Sélectionnez un numéro personnel avant d'effectuer une mesure. (Reportez-vous à la section 9.)
	Votre type corporel est similaire à celui d'une autre personne enregistrée.	
	Les résultats de mesure d'un autre utilisateur ont été enregistrés.	
Vous voulez mesurer la composition corporelle, mais seul le poids corporel s'affiche.	Le numéro personnel ou GUEST n'est pas sélectionné. (Le numéro personnel ou GUEST n'est pas affiché.)	Sélectionnez un numéro personnel ou GUEST avant d'effectuer une mesure.
Un bouton ne réagit pas.	Vous avez appuyé sur un bouton alors que vous vous trouviez sur l'unité.	Descendez de l'unité et pressez un bouton.
	Le bouton est humide ou contaminé.	Éliminez l'eau ou la tache avant d'effectuer une mesure.
	Vous avez appuyé sur deux boutons ou plus simultanément.	Appuyez sur un seul bouton à la fois.
Même si vous ne faites rien, l'unité s'éteint.	Reportez-vous à la section « Mise hors tension ». (Reportez-vous à la section 2.)	
Échec de l'émission de données	Reportez-vous à l'« Aide » de l'application « OMRON connect ».	

Le cas échéant

16. Données techniques

Catégorie de produit	**Analyseurs de composition corporelle**	
Description du produit	**Moniteur de composition corporelle**	
Modèle (réf.)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Affichage*	**Poids corporel :**	2,0 à 150,0 kg par pas de 0,1 kg (4,4 à 330,0 lb par pas de 0,2 lb) (0 st 4,4 lb à 23 st 8,0 lb par pas de 0,2 lb)
	Pourcentage de graisse corporelle :	5,0 à 60,0 % par pas de 0,1 %
	Pourcentage de muscle squelettique :	5,0 à 50,0 % par pas de 0,1 %
	IMC :	7,0 à 90,0 par pas de 0,1
	Métabolisme au repos :	385 à 3999 kcal par pas de 1 kcal
	Niveau de graisse viscérale :	30 niveaux par pas de 1 niveau
	Pourcentage de graisse corporelle, pourcentage de muscle squelettique et classification IMC : – (Faible) / 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 4 niveaux	
	Classification du niveau de graisse viscérale : 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 3 niveaux * La tranche d'âge pour le pourcentage de graisse corporelle et la classification du pourcentage de graisse corporelle est de 10 à 80 ans. * La tranche d'âge pour le pourcentage de muscle squelettique, la classification du pourcentage de muscle squelettique, le niveau de graisse viscérale, la classification du taux de graisse viscérale et le métabolisme au repos est de 18 à 80 ans.	
Protocole de transmission	**Technologie Bluetooth®** à basse consommation	
Communication sans fil	**Plage de fréquences :** **Modulation :** **Puissance apparente rayonnée :**	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Réglage des éléments*	Il est possible d'enregistrer les informations suivantes pour un maximum de 4 personnes.	
	Unité de mesure	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Date de naissance	1er janvier 1900 au 31 décembre 2045
	Sexe	Homme / Femme
	Taille	100,0 à 199,5 cm par pas de 0,5 cm (3' 4" à 6' 6 1/2" par pas de 1/4")
	* Lorsqu'une personne mesure moins de 100,0 cm ou plus de 199,5 cm : le calcul de l'IMC et la mesure de la composition corporelle ne sont présentés qu'à titre de référence.	
Précision du poids	2,0 kg à 40,0 kg : ± 0,4 kg (4,4 lb à 88,2 lb : ± 0,88 lb) (4,4 lb à 6 st 4,2 lb : ± 0,88 lb)	
	40,0 kg à 150,0 kg : ± 1 % (88,2 lb à 330,0 lb : ± 1 %) (6 st 4,2 lb à 23 st 8,0 lb : ± 1 %)	
Précision (S.E.E.)	**Pourcentage de graisse corporelle :**	3,5 %
	Pourcentage de muscle squelettique :	3,5 %
	Niveau de graisse viscérale :	3 niveaux
Durée de conservation	5 ans	

Classification IP	IP21* * La classification IP est le classement des degrés de protection assurés par les enveloppes, conformément à la norme CEI 60529. Cet appareil est protégé contre les corps étrangers solides de diamètre supérieur ou égal à 12,5 mm, comme par exemple un doigt de la main. Cet appareil est protégé contre les chutes verticales de gouttes d'eau susceptibles de provoquer des problèmes pendant un fonctionnement normal.
Alimentation électrique	4 piles alcalines AAA (LR03)
Durée de vie des piles	Environ 6 mois (lorsque des piles alcalines AAA sont utilisées à raison de quatre mesures, quatre transferts de données et quatre personnes par jour à une température ambiante de 23 °C)
Température/ Humidité/Pression atmosphérique de fonctionnement	+5 °C à +40 °C, 30 % à 85 % HR (sans condensation), 860 hPa - 1060 hPa
Température/ humidité/pression atmosphérique de stockage et de transport	-20 °C à +60 °C, 10 % à 95 % HR (sans condensation), 860 hPa - 1060 hPa
Poids	Environ 1,6 kg (avec les piles)
Dimensions externes	Environ 285 (L) × 28 (H) × 280 mm (P) (Environ 11 1/5" (L) × 1 1/10" (H) × 11" (P))
Table des matières	Moniteur de composition corporelle, 4 piles alcalines AAA (LR03), instructions de configuration, mode d'emploi

Remarque

- Soumis à des modifications techniques sans préavis.
- Veuillez signaler au fabricant et à l'autorité compétente de l'État membre dans lequel vous êtes établi tout incident grave survenu en rapport avec ce dispositif.

CE 0197

Ce produit fonctionne dans la bande ISM sans licence à 2,4 GHz. Si ce produit est utilisé à proximité d'autres dispositifs sans fil, y compris un four à micro-ondes et un réseau LAN sans fil, qui utilisent la même bande de fréquences que ce produit, des interférences peuvent se produire entre ce produit et ces autres dispositifs. Si des interférences se produisent, veuillez cesser d'utiliser les autres dispositifs ou déplacez ce produit avant de l'utiliser, ou n'utilisez pas ce produit à proximité des autres dispositifs sans fil.

FR

La marque verbale et les logos **Bluetooth®** sont des marques déposées détenues par Bluetooth SIG, Inc. et l'utilisation de ces marques par OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. se fait sous licence.

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., déclare par la présente que le type d'équipement radio VIVA (HBF-222T-EBK) est conforme à la directive 2014/53/UE.
Le texte intégral de la déclaration de conformité UE peut être consulté à l'adresse Internet suivante : www.omron-healthcare.com.

Apple et le logo Apple sont des marques commerciales de Apple Inc., enregistrées aux États-Unis et dans d'autres pays.
App Store est une marque de service de Apple Inc.
Android, le logo Google Play sont des marques commerciales de Google Inc.

Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM)

HBF-222T-EBK fabriqué par OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. est conforme à la norme EN60601-1-2:2015 Compatibilité électromagnétique (CEM). D'autres documents relatifs à la norme CEM sont disponibles auprès d'OMRON HEALTHCARE EUROPE à l'adresse indiquée dans le présent mode d'emploi ou sur www.omron-healthcare.com. Se reporter aux informations relatives à la norme CEM pour HBF-222T-EBK, disponibles sur le site Web.

Garantie

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantit ce produit 3 ans à compter de la date d'achat. La garantie ne couvre pas les piles, l'habillage et/ou les dommages, quels qu'ils soient, résultant d'une utilisation incorrecte (comme une chute ou un choc physique) par l'utilisateur. Les produits faisant l'objet d'une réclamation ne seront remplacés que s'ils sont accompagnés de la facture/du ticket de caisse d'origine.

Mise au rebut correcte de ce produit

(Déchets d'équipements électriques et électroniques)



Ce symbole sur le produit ou sa documentation indique qu'il ne doit pas être éliminé en fin de vie avec les autres déchets ménagers. La mise au rebut incontrôlée des déchets pouvant porter préjudice à l'environnement ou à la santé humaine, veuillez séparer ce produit des autres types de déchets et le recycler de façon responsable. Vous favoriserez ainsi la réutilisation durable des ressources matérielles.

Les particuliers sont invités à contacter le distributeur leur ayant vendu le produit ou à se renseigner auprès de leur mairie pour savoir où et comment ils peuvent se débarrasser de ce produit afin qu'il soit recyclé en respectant l'environnement.

Les entreprises sont invitées à contacter leurs fournisseurs et à consulter les conditions de leur contrat de vente. Ce produit ne doit pas être éliminé avec les autres déchets commerciaux.

Ce produit ne contient aucune substance dangereuse.
La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.

Description des symboles pouvant figurer, en fonction du modèle, sur le produit même, le conditionnement de vente du produit ou dans le ME.

	Pièce appliquée - Type BF Degré de protection contre les chocs électriques (courant de fuite)	SN	Numéro de série
IP XX	Indice de protection donné par la norme CEI 60529		Limitation de température
CE	Marquage CE		Limitation d'humidité
	Symbole GOST-R		Limitation de pression atmosphérique
	Symbole de conformité eurasienne	⎓	Courant continu
	L'utilisateur doit consulter le mode d'emploi		Ce produit ne peut pas être utilisé par des personnes portant des implants médicaux tels que stimulateurs cardiaques, cœur/poumon artificiels ou autres équipements de survie électroniques.
MD	Dispositif médical		Date de fabrication

CARTON
+ PAPIER
A TRIER

17. Informations sur la composition corporelle

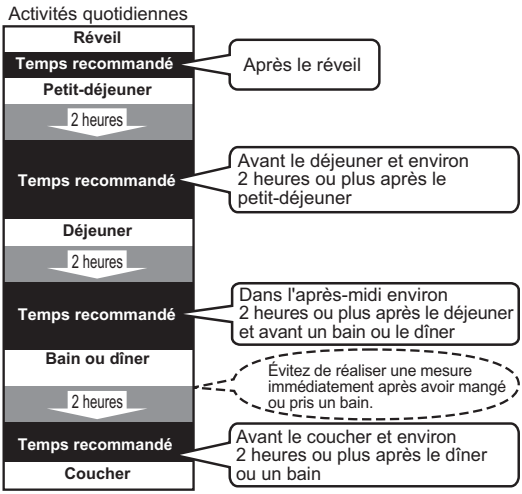
Principe du calcul de la composition corporelle

La graisse corporelle a une faible conductivité électrique

L'unité VIVA détermine le pourcentage de graisse corporelle par la méthode de mesure de l'impédance bioélectrique (IB). Les muscles, les vaisseaux sanguins et les os sont des tissus corporels à forte teneur en eau, conduisant facilement l'électricité. La graisse corporelle est un tissu dont la conductivité électrique est faible. L'unité VIVA envoie un courant électrique extrêmement faible de 50 kHz et inférieur à 500 μA dans votre corps afin de déterminer la quantité de tissu graisseux. Vous ne ressentirez pas ce faible courant électrique lorsque vous utiliserez l'unité VIVA.
Pour déterminer votre composition corporelle, la balance utilise l'impédance électrique ainsi que vos informations de taille, de poids, d'âge et de sexe pour générer des résultats basés sur les données d'OMRON relatives à la composition corporelle.

Périodes de mesure recommandées

Comprendre les changements normaux de votre pourcentage de graisse corporelle peut vous aider à prévenir ou à réduire l'obésité. Connaître les périodes où les pourcentages de graisse corporelle évoluent dans votre activité quotidienne vous permettra de suivre avec précision l'évolution de votre graisse corporelle. Il est recommandé d'utiliser cette unité dans le même environnement et dans les mêmes conditions quotidiennes. (Voir le tableau)



Évitez de réaliser des mesures dans les conditions suivantes :

- Immédiatement après un exercice intense, un bain ou une séance de sauna.
- Après l'absorption d'alcool ou d'une grande quantité d'eau, ou après un repas (environ 2 heures).

Si une mesure est réalisée dans ces conditions physiques, la composition corporelle calculée peut différer considérablement de la composition corporelle réelle en raison de la modification de la teneur en eau dans le corps.

Qu'est-ce que l'IMC (indice de masse corporelle) ?

L'IMC utilise la formule simple suivante pour indiquer le rapport entre le poids et la taille d'une personne.

IMC = poids (kg) / taille (m) / taille (m)

L'unité OMRON VIVA utilise les informations relatives à la taille qui sont stockées dans votre numéro personnel ou lors de la saisie d'informations en mode Invité afin de calculer votre classification IMC. Si le niveau de graisse révélé par l'IMC est supérieur à la norme internationale, la probabilité que vous contractiez des maladies communes est plus élevée. L'IMC ne révèle toutefois pas tous les types de graisse.

Qu’est-ce que le pourcentage de graisse corporelle ?

Le pourcentage de graisse corporelle est la quantité de masse graisseuse corporelle rapportée au poids corporel total, exprimée sous forme de pourcentage.

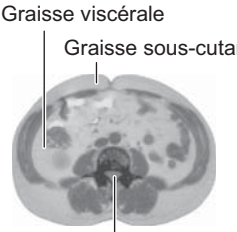
Pourcentage de graisse corporelle (%) = {masse graisseuse corporelle (kg) / poids corporel (kg)} × 100

L’unité VIVA utilise la méthode IB pour estimer votre pourcentage de graisse corporelle.
Selon les endroits où elle se loge dans le corps, la graisse est classée comme graisse viscérale ou comme graisse sous-cutanée.

Qu’est-ce que le niveau de graisse viscérale ?

Graisse viscérale = graisse entourant les organes internes

Il est estimé qu’une trop grande quantité de graisse viscérale est étroitement liée à des niveaux accrus de graisse dans le flux sanguin, qui peut être cause de maladies communes telles que l’hyperlipidémie et le diabète, qui affectent la capacité de l’insuline à transférer l’énergie depuis le flux sanguin et à l’utiliser dans les cellules. Pour prévenir ou améliorer les conditions des maladies communes, il est important de réduire à un niveau acceptable les niveaux de graisse viscérale. Les personnes présentant des niveaux élevés de graisse viscérale ont souvent un ventre proéminent. Ceci n’est toutefois pas toujours le cas et des niveaux élevés de graisse viscérale peuvent donner naissance à une obésité métabolique. L’obésité métabolique (obésité viscérale avec un poids normal) correspond à des niveaux de graisse plus élevés que la moyenne, même si le poids d’une personne est inférieur ou égal au poids normal pour sa taille.

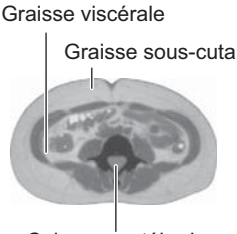


Exemple de graisse viscérale (image d'IRM)

Qu’est-ce que la graisse sous-cutanée ?

Graisse sous-cutanée = graisse située sous la peau

La graisse sous-cutanée ne s’accumule pas seulement autour de l’estomac, mais aussi au niveau des bras, des hanches et des cuisses, et peut altérer les proportions du corps. Bien qu’elle ne soit pas directement liée à une augmentation du risque de maladie, il est estimé qu’elle augmente la pression sur le coeur et qu’elle est source d’autres complications. La graisse sous-cutanée n’est pas affichée par cette unité, mais elle est incluse dans le pourcentage de graisse corporelle.



Exemple de graisse sous-cutanée (image d'IRM)

Qu’est-ce que le muscle squelettique ?

Le muscle est divisé en deux types : le muscle des organes internes, comme le coeur, et le muscle squelettique fixé aux os servant à mouvoir le corps. Il est possible d’augmenter le muscle squelettique par l’exercice et d’autres activités. L’augmentation du taux de muscle squelettique signifie que le corps peut brûler de l’énergie plus facilement, diminuant ainsi la probabilité qu’elle se transforme en graisse et facilitant par là même un mode de vie énergique.

Qu’est-ce que le métabolisme au repos ?

Quel que soit votre niveau d’activité, un niveau minimum d’apport calorique est requis pour subvenir aux fonctions quotidiennes de l’organisme. Ce niveau, appelé métabolisme au repos, indique la quantité de calories que vous devez ingérer pour fournir à votre corps suffisamment d’énergie pour son fonctionnement.

18. Diagrammes d'interprétation des résultats de mesure

Interprétation du résultat du pourcentage de graisse corporelle

	Âge	- (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	10	< 16,1 %	16,1 - 32,2 %	32,3 - 35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3 - 33,1 %	33,2 - 36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4 - 33,5 %	33,6 - 36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4 - 33,8 %	33,9 - 36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3 - 34,0 %	34,1 - 36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1 - 34,2 %	34,3 - 36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8 - 34,5 %	34,6 - 37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4 - 34,7 %	34,8 - 37,3 %	≧ 37,4 %
	18 - 39	< 21,0 %	21,0 - 32,9 %	33,0 - 38,9 %	≧ 39,0 %
	40 - 59	< 23,0 %	23,0 - 33,9 %	34,0 - 39,9 %	≧ 40,0 %
	60 - 80	< 24,0 %	24,0 - 35,9 %	36,0 - 41,9 %	≧ 42,0 %
Homme	10	< 12,8 %	12,8 - 27,9 %	28,0 - 31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6 - 28,5 %	28,6 - 32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3 - 28,2 %	28,3 - 32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6 - 27,5 %	27,6 - 31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1 - 26,4 %	26,5 - 30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8 - 25,4 %	25,5 - 28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4 - 24,7 %	24,8 - 27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1 - 24,2 %	24,3 - 26,8 %	≧ 26,9 %
	18 - 39	< 8,0 %	8,0 - 19,9 %	20,0 - 24,9 %	≧ 25,0 %
	40 - 59	< 11,0 %	11,0 - 21,9 %	22,0 - 27,9 %	≧ 28,0 %
	60 - 80	< 13,0 %	13,0 - 24,9 %	25,0 - 29,9 %	≧ 30,0 %

HD McCarthy et al, International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, et Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, la graisse corporelle étant classée en quatre niveaux par OMRON HEALTHCARE.

Interprétation du résultat du niveau de graisse viscérale

Niveau de graisse viscérale	Classification du niveau
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Élevé)
15 - 30	++ (Très élevé)

D'après les chiffres obtenus par OMRON HEALTHCARE.

Interprétation du résultat du pourcentage de muscle squelettique

	Âge	- (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	18 - 39	< 24,3 %	24,3 - 30,3 %	30,4 - 35,3 %	≧ 35,4 %
	40 - 59	< 24,1 %	24,1 - 30,1 %	30,2 - 35,1 %	≧ 35,2 %
	60 - 80	< 23,9 %	23,9 - 29,9 %	30,0 - 34,9 %	≧ 35,0 %
Homme	18 - 39	< 33,3 %	33,3 - 39,3 %	39,4 - 44,0 %	≧ 44,1 %
	40 - 59	< 33,1 %	33,1 - 39,1 %	39,2 - 43,8 %	≧ 43,9 %
	60 - 80	< 32,9 %	32,9 - 38,9 %	39,0 - 43,6 %	≧ 43,7 %

D’après les chiffres obtenus par OMRON HEALTHCARE.

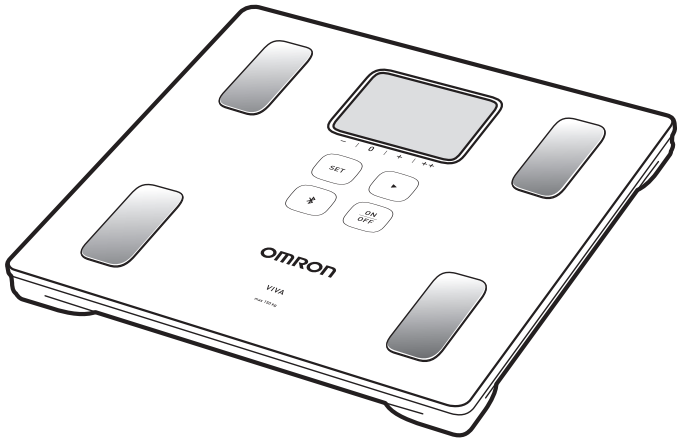
Interprétation du résultat de l’IMC

IMC	IMC (désignation selon l’OMS)
< 18,5	- (Poids insuffisant)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (Excédent de poids)
≧ 30	++ (Obésité)

Fabricant 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPON
Mandataire dans l'UE **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, PAYS-BAS www.omron-healthcare.com
Importateur dans l'UE	
Site de production	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Chine
Succursales	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importateur au Royaume-Uni et la personne responsable au Royaume-Uni Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, ROYAUME-UNI www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Date de publication : 2021-08-27 Fabriqué en Chine

OMRON



Συσκευή παρακολούθησης σύνθεσης του σώματος

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Εγχειρίδιο οδηγιών

EL

Σας ευχαριστούμε που αγοράσατε το Body Composition Monitor (Συσκευή παρακολούθησης σύνθεσης του σώματος) της OMRON.
Πριν χρησιμοποιήσετε αυτή τη μονάδα, φροντίστε να διαβάσετε προσεκτικά αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών ώστε να κατανοήσετε την ασφαλή και σωστή χρήση.
Αποθηκεύστε αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών προσεκτικά για μελλοντική χρήση.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-EL-08-06/2021

VIVA
Συσκευή παρακολούθησης σύνθεσης του σώματος

Προοριζόμενη χρήση

Σας ευχαριστούμε που αγοράσατε αυτή τη Συσκευή παρακολούθησης σύνθεσης του σώματος της OMRON. Αυτή η μονάδα προορίζεται για τη μέτρηση και την προβολή των παρακάτω παραμέτρων σύνθεσης του σώματος.

- Σωματικό βάρος
- Σπλαχνικό λίπος (έως 30 επίπεδα)
- Μεταβολισμός ηρεμίας (σε kcal)
- Σωματικό λίπος (σε %)
- Σκελετικός μυς (σε %)
- ΔΜΣ (Δείκτης μάζας σώματος)

Αυτή η μονάδα προορίζεται για χρήση από ενήλικες οι οποίοι μπορούν να κατανοήσουν αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών. Δεν προορίζεται για επαγγελματική χρήση σε νοσοκομεία ή άλλες ιατρικές εγκαταστάσεις, προορίζεται αποκλειστικά για οικιακή χρήση.

Διαβάστε προσεκτικά αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών πριν από τη χρήση και για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την κάθε λειτουργία.

Περιεχόμενα

Πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα 2

Σημειώσεις σχετικά με την ασφάλεια 2
1. Γνωρίστε τη μονάδα σας 4
2. Τοποθέτηση και αντικατάσταση των μπαταριών 5
3. Σύζευξη της μονάδας με την έξυπνη συσκευή σας 6
4. Ρύθμιση της μονάδας μέτρησης, της ημερομηνίας και της ώρας 7
5. Καταχώρηση προσωπικών δεδομένων 8

Οδηγίες χρήσης 9

6. Τρόπος λήψης μέτρησης με ακρίβεια 9
   6.1 Σωστές στάσεις κατά τη μέτρηση 9
   6.2 Σχετικά με τη «Διόρθωση 0 kg» (Προσοχή κατά την αποθήκευση) 10
   6.3 Τρόπος χρήσης της «Διόρθωσης 0 kg» 10
7. Λήψη μέτρησης 10

Χρήση της λειτουργίας μνήμης 12

8. Προβολή των αποτελεσμάτων μέτρησης στην έξυπνη συσκευή σας 12

Όταν είναι απαραίτητο 13

9. Επιλογή προσωπικού αριθμού και λήψη μέτρησης 13
10. Λειτουργία επισκέπτη (Λειτουργία χωρίς καταγραφή) 14
11. Μέτρηση βάρους μόνο 15
12. Αλλαγή ή διαγραφή των προσωπικών σας δεδομένων 16
13. Διαγραφή της ρύθμισης επικοινωνίας 17
14. Συντήρηση και φύλαξη 17
15. Αντιμετώπιση προβλημάτων 18
16. Τεχνικά στοιχεία 21

Πληροφορίες σχετικά με τη σύνθεση του σώματος 24

17. Πληροφορίες σχετικά με τη σύνθεση του σώματος 24
18. Διαγράμματα ερμηνείας των αποτελεσμάτων μέτρησης 26

Πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα

Σημειώσεις σχετικά με την ασφάλεια

Ακολουθούν τα σύμβολα και οι ορισμοί:

⚠Κίνδυνος:	Η ακατάλληλη χρήση ενδέχεται να προκαλέσει κίνδυνο και να καταλήξει σε θάνατο ή σοβαρό τραυματισμό.
⚠Επισήμανση:	Η ακατάλληλη χρήση ενδέχεται να έχει ως αποτέλεσμα πιθανό θάνατο ή σοβαρό τραυματισμό.
⚠Προσοχή:	Η ακατάλληλη χρήση ενδέχεται να έχει ως αποτέλεσμα τραυματισμό ή πρόκληση ζημίας σε περιουσιακά στοιχεία.

⚠Κίνδυνος:

• Μη χρησιμοποιείτε ποτέ αυτήν τη μονάδα σε συνδυασμό με ιατρικές ηλεκτρονικές συσκευές όπως:
(1) Ιατρικά ηλεκτρονικά εμφυτεύματα όπως βηματοδότες.
(2) Ηλεκτρονικά συστήματα υποστήριξης των ζωτικών λειτουργιών όπως τεχνητή καρδιά/τεχνητός πνεύμονας.
(3) Φορητές ηλεκτρονικές ιατρικές συσκευές όπως ένας ηλεκτροκαρδιογράφος.
Αυτή η μονάδα μπορεί να προκαλέσει δυσλειτουργία των προαναφερθέντων συσκευών, αποτελώντας σημαντικό κίνδυνο για την υγεία των χρηστών των συσκευών αυτών.



⚠Επισήμανση:

- Φυλάσσετε τη μονάδα μακριά από μικρά παιδιά. Περιέχει μικρά μέρη που μπορεί να προκαλέσουν κίνδυνο πνιγμού αν τα καταπιούν βρέφη.
- Μη χρησιμοποιείτε τη μονάδα σε επιφάνειες που γλιστράνε, όπως σε υγρό πάτωμα.
- Μην πηδάτε πάνω στη μονάδα και μην αναπηδάτε πάνω στη μονάδα.
- Μη χρησιμοποιείτε αυτήν τη μονάδα όταν το σώμα ή/και τα πόδια σας είναι υγρά, όπως μετά από μπάνιο.
- Σταθείτε πάνω στη μονάδα ξυπόλυτοι. Αν σταθείτε πάνω στη μονάδα φορώντας κάλτσες μπορεί να γλιστρήσετε και να τραυματιστείτε.
- Μη στέκεστε στην άκρη ή πάνω στην περιοχή της οθόνης της μονάδας.
- Άτομα με αναπηρίες ή άτομα σωματικά αδύναμα, πρέπει πάντα να βοηθιούνται από κάποιον άλλο όταν χρησιμοποιούν αυτήν τη μονάδα.
- Αν μπει στα μάτια σας υγρό μπαταρίας, ξεπλύνετέ τα αμέσως με άφθονο καθαρό νερό. Συμβουλευθείτε άμεσα έναν γιατρό.
- Μη χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν σε νοσοκομεία, αεροσκάφη ή άλλα περιβάλλοντα όπου απαγορεύεται η χρήση ραδιοκυμάτων.
- Αυτό το προϊόν εκπέμπει ραδιοσυχνότητες (RF) στην μπάντα των 2,4 GHz. Μη χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν σε περιοχές όπου οι ραδιοσυχνότητες (RF) απαγορεύονται, όπως είναι τα αεροσκάφη και τα νοσοκομεία.

⚠Προσοχή:

- Μην αποσυναρμολογείτε, επισκευάζετε ή τροποποιείτε τη μονάδα.
- Μην ξεκινάτε ένα πρόγραμμα μείωσης βάρους ή γυμναστικής χωρίς να συμβουλευτείτε πρώτα έναν γιατρό ή κάποιον ειδικό. Η αυτοδιάγνωση μπορεί να είναι επικίνδυνη για την υγεία σας.
- Κατά τη μέτρηση, βεβαιωθείτε ότι δεν βρίσκεται κάποιο κινητό τηλέφωνο ή άλλη ηλεκτρική συσκευή που εκπέμπει ηλεκτρομαγνητικά πεδία σε απόσταση μικρότερη από 30 cm από αυτή τη συσκευή. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε εσφαλμένη λειτουργία της συσκευής ή/και να προκαλέσει ανακριβή μέτρηση.
- Χρησιμοποιείτε μπαταρίες που έχουν καθοριστεί για αυτή τη μονάδα. Μην εισάγετε τις μπαταρίες με τους πόλους σε λάθος κατεύθυνση.

EL

- Αντικαθιστάτε αμέσως τις άδειες μπαταρίες με καινούριες.
- Μην απορρίπτετε μπαταρίες σε φωτιά.
- Αν πέσει στο δέρμα ή στα ρούχα σας υγρό μπαταρίας, ξεπλύνετέ τα αμέσως με άφθονο καθαρό νερό.
- Αφαιρείτε τις μπαταρίες από αυτήν τη μονάδα όταν δεν πρόκειται να την χρησιμοποιήσετε επί μακρό χρονικό διάστημα (τρεις μήνες περίπου ή περισσότερο).
- Μη χρησιμοποιείτε μαζί διαφορετικούς τύπους μπαταρίας.
- Μη χρησιμοποιείτε καινούριες και άδειες μπαταρίες μαζί.
- Πάντα να πλένετε τα πόδια σας πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα. Αν πάσχετε από μόλυνση στο πόδι ή από κάποια άλλη δερματική ασθένεια, μπορεί να προκαλέσετε μόλυνση σε άλλους ανθρώπους.
- Όταν η μονάδα πρόκειται να χρησιμοποιηθεί από πολλούς ανθρώπους, σκουπίζετε τη μονάδα με ένα νωπό πανί νοτισμένο με απαλό απορρυπαντικό έπειτα από τη χρήση. Στη συνέχεια σκουπίστε την.
- Μη χρησιμοποιείτε αυτήν τη μονάδα για διαφορετικούς σκοπούς από αυτούς που περιγράφονται σε αυτό το εγχειρίδιο.
- Καθώς αυτή η μονάδα είναι ένα εργαλείο ακριβείας, μην τη ρίχνετε και μην την υποβάλλετε σε κραδασμούς ή ισχυρές δονήσεις.

Μετάδοση δεδομένων

- Μην αντικαθιστάτε την μπαταρία ενώ το αποτέλεσμα της μέτρησής σας μεταφέρεται στην έξυπνη συσκευή σας. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε εσφαλμένη λειτουργία της συσκευής παρακολούθησης και αποτυχία της μεταφοράς του αποτελέσματος μέτρησης.
- Μην τοποθετείτε κάρτες ολοκληρωμένων κυκλωμάτων, μαγνήτες, μεταλλικά αντικείμενα ή άλλες συσκευές που εκπέμπουν ηλεκτρομαγνητικά πεδία κοντά σε αυτή τη μονάδα κατά τη διάρκεια μεταφοράς του αποτελέσματος της μέτρησής σας στην έξυπνη συσκευή σας. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε εσφαλμένη λειτουργία της μονάδας και αποτυχία της μεταφοράς του αποτελέσματος μέτρησης.

Εσφαλμένη μέτρηση

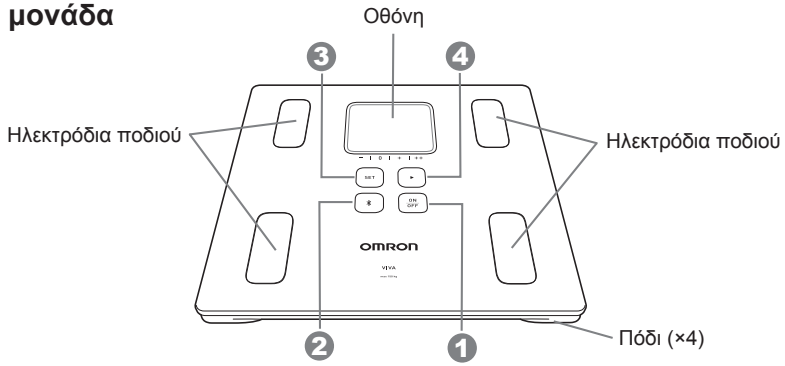
Μπορεί να προκύψει εσφαλμένη μέτρηση στους παρακάτω χρήστες:
Ηλικιωμένα άτομα (άνω των 81 ετών) / Άτομα με πυρετό / Άτομα που κάνουν μπόντι-μπίλντιγκ ή αθλητές που προπονούνται σκληρά / Ασθενείς που υποβάλλονται σε διάλυση / Ασθενείς με οστεοπόρωση που έχουν πολύ χαμηλή πυκνότητα οστών / Έγκυες γυναίκες / Άτομα με πρήξιμο.

- Επειδή η σύνθεση του σώματος όπως το νερό στο σώμα μπορεί να αποκλίνει σημαντικά από τη μέση τιμή.

Πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα

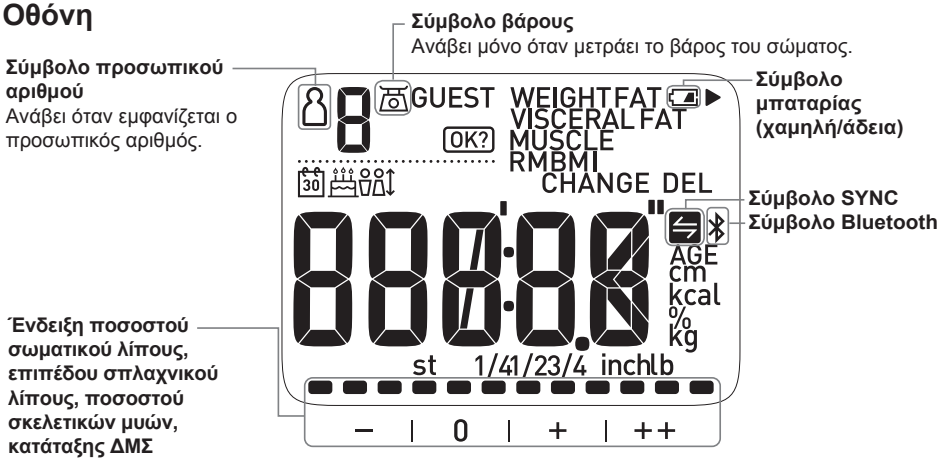
1. Γνωρίστε τη μονάδα σας

Κύρια μονάδα



❶	ON/OFF	**Κουμπί ON/OFF** • Πατήστε αυτό το κουμπί για να ενεργοποιήσετε τη μονάδα. • Πατήστε αυτό το κουμπί (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.
❷	ᛒ	**Κουμπί Bluetooth** • Πατήστε αυτό το κουμπί για να μεταφέρετε τα δεδομένα μη αυτόματα. • Πατήστε αυτό το κουμπί (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να κάνετε σύζευξη της μονάδας με την έξυπνη συσκευή σας. ※ Αυτό το κουμπί μπορεί να χρησιμοποιηθεί επίσης όταν η μονάδα είναι απενεργοποιημένη.
❸	SET	**Κουμπί SET** • Πατήστε αυτό το κουμπί για να ορίσετε ή να επιβεβαιώσετε τα δεδομένα.
❹	▶	**Κουμπί Εμπρός** • Πατήστε αυτό το κουμπί για προχωρήσετε προς τα εμπρός. • Πατήστε παρατεταμένα αυτό το κουμπί για να προχωρήσετε γρήγορα κατά τη ρύθμιση της ημερομηνίας, της ώρας και του ύψους.

Οθόνη



EL

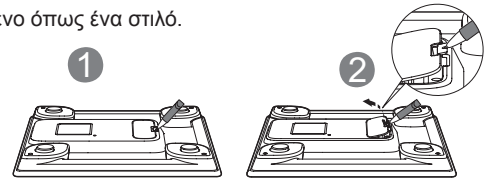
Πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα

2. Τοποθέτηση και αντικατάσταση των μπαταριών

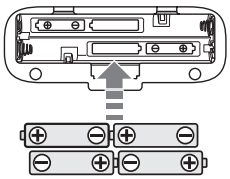
1. **Ανοίξτε το κάλυμμα των μπαταριών στο πίσω μέρος της μονάδας.**

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ένα σκληρό αντικείμενο όπως ένα στιλό.





2. **Εγκαταστήστε τις μπαταρίες με τη σωστή πολικότητα όπως υποδεικνύεται στο εσωτερικό του διαμερίσματος μπαταριών.**

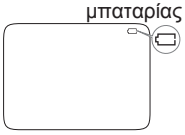


3. **Κλείστε το κάλυμμα των μπαταριών.**

Χρόνος ζωής μπαταριών και αντικατάσταση

- **Περίπου 6 μήνες (Όταν χρησιμοποιούνται αλκαλικές μπαταρίες AAA για τέσσερις μετρήσεις και τέσσερις μεταφορές δεδομένων για τέσσερα άτομα ανά ημέρα σε θερμοκρασία δωματίου 23°C)**
  - Οι μπαταρίες που παρέχονται είναι για δοκιμαστική χρήση μόνο, μπορεί να έχουν μικρότερο χρόνο ζωής.
- **Όταν εμφανιστεί το σύμβολο της άδειας μπαταρίας στην οθόνη, αντικαταστήστε και τις τέσσερις μπαταρίες με καινούριες.**
  - Αντικαταστήστε και τις τέσσερις μπαταρίες με καινούριες (ίδιου τύπου) ταυτόχρονα.
  - Όταν αναβοσβήνει το σύμβολο χαμηλής μπαταρίας, συνιστάται η αντικατάσταση των μπαταριών με καινούριες νωρίτερα.

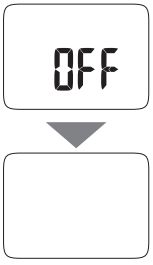
Σύμβολο άδειας μπαταρίας



- **Αντικαταστήστε τις μπαταρίες αφού θέσετε τη μονάδα εκτός λειτουργίας.**
  - Τα προσωπικά δεδομένα αποθηκεύονται στη μονάδα και διατηρούνται ακόμα και αν αφαιρεθούν οι μπαταρίες.
  - Η απόρριψη των χρησιμοποιημένων μπαταριών πρέπει να γίνεται σύμφωνα με τους εθνικούς κανονισμούς για την απόρριψη μπαταριών.
- **Όταν αντικατασταθούν οι μπαταρίες, πρέπει να ρυθμίσετε πάλι τη μονάδα μέτρησης, την ημερομηνία και την ώρα. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 4.)**
  - Αν έχετε ήδη κάνει σύζευξη με την εφαρμογή «OMRON connect», πατήστε το κουμπί για επικοινωνία με αυτήν την εφαρμογή και η ημερομηνία και η ώρα θα ρυθμιστούν αυτόματα.

Σχετικά με τη λειτουργία ΑΠΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗΣ

- **Πατήστε το κουμπί (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.**



- **Η μονάδα απενεργοποιείται αυτόματα στις παρακάτω περιπτώσεις.**
  - 10 δευτερόλεπτα αφού εμφανιστεί η ένδειξη «Err».
  - Η μονάδα δεν έχει χρησιμοποιηθεί για 1 λεπτό μετά από την εμφάνιση της ένδειξης «0,0 kg».
  - Η μονάδα δεν έχει χρησιμοποιηθεί για 3 λεπτά.

Πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα

3. Σύζευξη της μονάδας με την έξυπνη συσκευή σας

1. **Ενεργοποιήστε το Bluetooth στην έξυπνη συσκευή σας.**

2. **Πραγματοποιήστε λήψη και εγκαταστήστε την εφαρμογή «OMRON connect» στην έξυπνη συσκευή σας.**

Μπορείτε να επιλέξετε μια από τις 2 παρακάτω μεθόδους.

■ **Σαρώστε τον κωδικό QR για να αποκτήσετε πρόσβαση στην παρακάτω διεύθυνση.**

omronconnect.com/setup

Κωδικός QR

■ **Αναζητήστε την εφαρμογή «OMRON connect» στο «App Store» ή στο «Google Play».**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

EL

3. **Ανοίξτε την εφαρμογή στην έξυπνη συσκευή σας και ακολουθήστε τις οδηγίες ρύθμισης και σύζευξης.**

Αν διαθέτετε ήδη την εφαρμογή OMRON connect, μεταβείτε στην επιλογή:

Menu>Device>Add Device (Μενού>Συσκευή>Προσθήκη συσκευής)

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

- Μια έξυπνη συσκευή διαχειρίζεται τα δεδομένα ενός χρήστη.
- Αν χρησιμοποιηθεί διαφορετική εφαρμογή από το «OMRON connect», τα δεδομένα μπορεί να μη μεταφερθούν σωστά.
- Διαβάστε τη μέθοδο και τις οδηγίες χρήσης εντός της εφαρμογής για λεπτομέρειες.

4. Ρύθμιση της μονάδας μέτρησης, της ημερομηνίας και της ώρας

Η ρύθμιση της μονάδας μέτρησης, της ημερομηνίας και της ώρας είναι απαραίτητη πριν από τη λήψη μέτρησης για πρώτη φορά ή μετά την αντικατάσταση των μπαταριών.

- Η ημερομηνία και η ώρα μπορούν να ρυθμιστούν επίσης από την εφαρμογή «OMRON connect».

1. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να την ενεργοποιήσετε.

Η ένδειξη «kg&cm» αναβοσβήνει στην οθόνη.

2. Ρυθμίστε τη μονάδα μέτρησης.

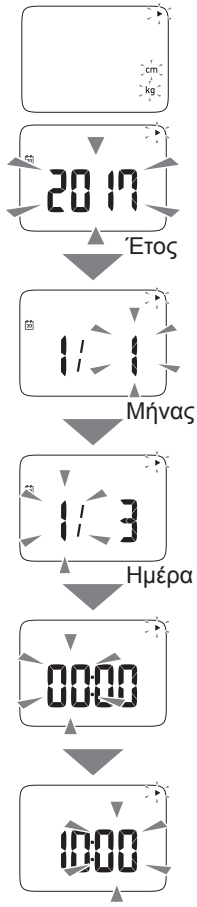
Πατήστε το κουμπί (▶) για ρύθμιση και το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

- Η προκαθορισμένη μονάδα μέτρησης είναι «kg & cm».
- Μπορείτε να ρυθμίσετε τη μονάδα μέτρησης σε «lb & inch» ή «st-lb & inch».

3. Ρυθμίστε τη μονάδα στη σωστή ημερομηνία και ώρα.

Πατήστε το κουμπί (▶) για ρύθμιση και το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

- Εύρος ρύθμισης έτους: 2017 έως 2045.
- Η ώρα είναι σε σύστημα 24 ωρών.
- Κατά τη ρύθμιση του έτους, της ημερομηνίας, της ώρας και των λεπτών, πιέστε παρατεταμένα το κουμπί (▶) για να προχωρήσετε γρήγορα σε βήματα του 10.



Μετά από την εμφάνιση όλων των ρυθμίσεων για τη μονάδα μέτρησης, το έτος, τον μήνα, την ημέρα, την ώρα και τα λεπτά με αυτή τη σειρά, η μονάδα τίθεται αυτόματα εκτός λειτουργίας.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

- Αν έγινε κάποιο λάθος κατά τη ρύθμιση, πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα και ξεκινήσετε πάλι από το «Βήμα 1».
- Η μονάδα απενεργοποιείται αν δεν χρησιμοποιηθεί για 3 λεπτά. Ρυθμίστε ξανά τη μονάδα μέτρησης, την ημερομηνία και την ώρα.
- Για να τροποποιήσετε τη μονάδα μέτρησης, την ημερομηνία ή την ώρα, αφαιρέστε τις μπαταρίες και περιμένετε για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα. Κατόπιν τοποθετήστε τις μπαταρίες και ρυθμίστε πάλι.

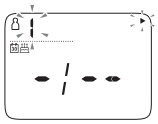
Πριν χρησιμοποιήσετε τη μονάδα

5. Καταχώρηση προσωπικών δεδομένων

Για τη μέτρηση της σύνθεσης του σώματος, πρέπει να καταχωρηθούν τα προσωπικά σας δεδομένα (ημερομηνία γέννησης, φύλο, ύψος). Τα καταχωρημένα δεδομένα μπορούν να αποθηκευτούν για έως και 4 άτομα.

- Τα προσωπικά δεδομένα μπορούν να καταχωρηθούν επίσης από την εφαρμογή «OMRON connect».

1. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να την ενεργοποιήσετε.

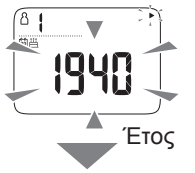


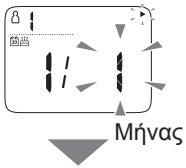
Η μονάδα ενεργοποιείται. Ο προσωπικός αριθμός «1» αναβοσβήνει.
Εμφανίζεται η ημερομηνία γέννησης (- / - -).

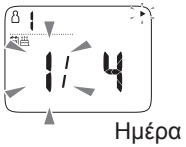
2. Επιλέξτε και επιβεβαιώστε τον προσωπικό σας αριθμό.

Πατήστε το κουμπί (▶) για να επιλέξετε τον προσωπικό σας αριθμό και πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

3. Ρυθμίστε την ημερομηνία γέννησης.



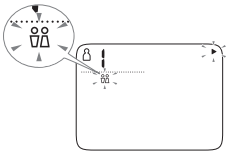




Πατήστε το κουμπί (▶) για να ρυθμίσετε την ημερομηνία γέννησης και πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

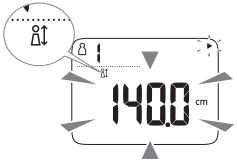
- Εύρος ρύθμισης έτους: 1900 έως 2045
- Κατά τη ρύθμιση του έτους και της ημερομηνίας, πιέστε παρατεταμένα το κουμπί (▶) για να προχωρήσετε γρήγορα σε βήματα του 10.

4. Ρυθμίστε το φύλο



Πατήστε το κουμπί (▶) για να ρυθμίσετε το φύλο (APPEN) ή (ΘΗΛΥ) και πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

5. Ρυθμίστε το ύψος.



Πατήστε το κουμπί (▶) για να ρυθμίσετε το ύψος και πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

- Πατήστε παρατεταμένα για να προχωρήσετε γρήγορα σε βήματα των 10 cm (ή της 1 ίντσας).
- Αφού όλες οι ρυθμίσεις προβληθούν προς επιβεβαίωση από εσάς, στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη «0,0 kg».

EL

6. Ανεβείτε πάνω στη μονάδα για τη λήψη μέτρησης όταν εμφανίζεται η ένδειξη «0,0 kg».

Τα δεδομένα του σωματικού βάρους και της σύνθεσης του σώματος καταγράφονται στη μονάδα για την υποστήριξη της αυτόματης αναγνώρισης.
Μετά από λίγο, τα αποτελέσματα της μέτρησης εμφανίζονται ως εξής.



7. Κατεβείτε από τη μονάδα αφού εμφανιστούν τα αποτελέσματα της μέτρησης.

Η καταχώρηση προσωπικών δεδομένων έχει ολοκληρωθεί.

8. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.

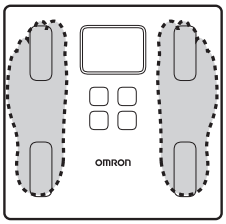
Για την προσθήκη νέων προσωπικών δεδομένων, ξεκινήστε από το «Βήμα 1».

Οδηγίες χρήσης

6. Τρόπος λήψης μέτρησης με ακρίβεια

6.1 Σωστές στάσεις κατά τη μέτρηση

Ανεβείτε στη μονάδα ξυπόλυτοι.
Τοποθετήστε τις καμάρες των πελμάτων σας στο κέντρο της μονάδας.



Σημείωση

- Αν ανεβείτε στη μονάδα με κάλτσες ή παπούτσια θα έχει ως αποτέλεσμα μια εσφαλμένη μέτρηση.



Μη λυγίζετε τα πόδια σας κατά τη διάρκεια της μέτρησης.

Λάβετε τη μέτρηση σε σκληρό και επίπεδο δάπεδο.

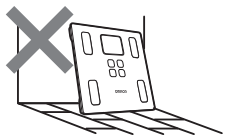
Σημείωση

- Ένα δάπεδο με χαλί ή μοκέτα μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα μια εσφαλμένη μέτρηση.

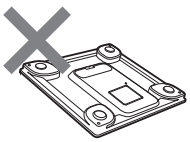
6.2 Σχετικά με τη «Διόρθωση 0 kg» (Προσοχή κατά την αποθήκευση)

Η μονάδα διορθώνει συχνά την ακρίβεια αυτόματα όταν δεν χρησιμοποιείται.

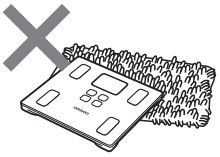
- Αν η μονάδα τοποθετηθεί όπως φαίνεται παρακάτω, αυτή η λειτουργία διόρθωσης ακρίβειας δεν λειτουργεί. Χρησιμοποιήστε τη «Διόρθωση 0 kg» πριν από τη λήψη μέτρησης.



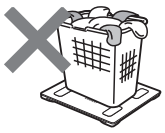
Η μονάδα ακουμπάει σε τοίχο ή άλλα αντικείμενα



Η μονάδα είναι τοποθετημένη ανάποδα

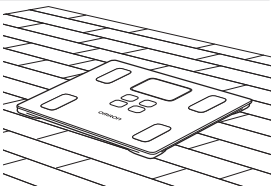


Η μονάδα είναι τοποθετημένη πάνω σε ένα αντικείμενο



Ένα αντικείμενο είναι τοποθετημένο πάνω στη μονάδα

6.3 Τρόπος χρήσης της «Διόρθωσης 0 kg»



1. **Τοποθετήστε τη μονάδα σε σκληρό και επίπεδο δάπεδο.**

2. **Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να την ενεργοποιήσετε.**

3. **Επιλέξετε τον προσωπικό σας αριθμό ή το «».**

Επιλέξετε τον προσωπικό σας αριθμό ή το «» με το κουμπί (▶) και κατόπιν πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

4. **Όταν εμφανιστεί η ένδειξη «0,0 kg», πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (για 2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.**

Αυτό ολοκληρώνει τη «Διόρθωση 0 kg». Περιμένετε για 5 δευτερόλεπτα και κατόπιν λάβετε μια μέτρηση.

Οδηγίες χρήσης

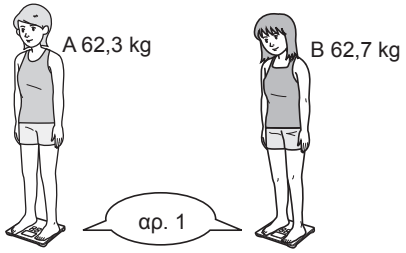
EL

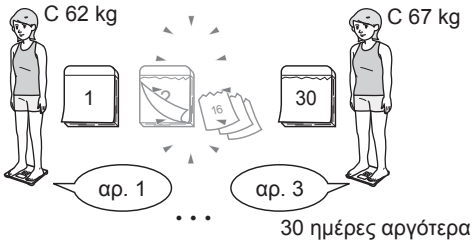
7. Λήψη μέτρησης

Όταν ένα άτομο ανεβαίνει στη μονάδα, θα ενεργοποιηθεί για να αναγνωρίσει τον προσωπικό αριθμό αυτόματα και θα ξεκινήσει τη μέτρηση.

Ο εσφαλμένος προσωπικός αριθμός μπορεί να εμφανίζεται στις παρακάτω περιπτώσεις.

- Μετρώνται χρήστες παρόμοιου τύπου σώματος και παρόμοιου βάρους.
- Το σωματικό σας βάρος έχει αλλάξει από την τελευταία μέτρηση.

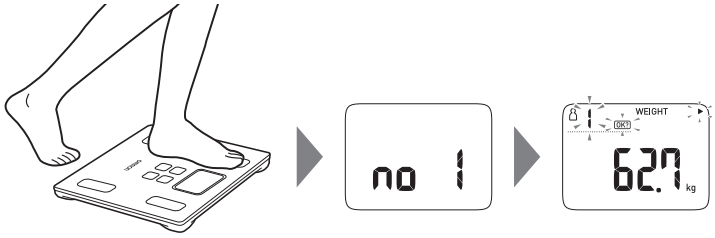




Αν η εσφαλμένη αναγνώριση συνεχίσει, επιλέξτε τον προσωπικό σας αριθμό για να λάβετε μια μέτρηση. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 9.)

1. Λάβετε μια μέτρηση όταν η μονάδα είναι απενεργοποιημένη.

Όταν ανεβαίνετε στη μονάδα, αυτή ενεργοποιείται αυτόματα.



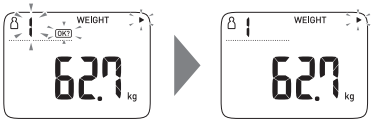
2. Όταν εμφανίζεται ο προσωπικός αριθμός και τα αποτελέσματα της μέτρησης, η μέτρηση έχει ολοκληρωθεί.

Κατεβείτε από τη μονάδα.

3. Επιβεβαιώστε τον προσωπικό σας αριθμό.

■ Αν ο προσωπικός σας αριθμός είναι σωστός…

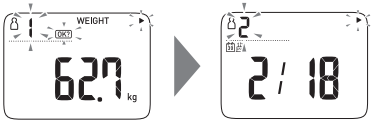
Πατήστε το κουμπί SET για να επιβεβαιώσετε τον προσωπικό σας αριθμό. OK? Η ένδειξη @ εξαφανίζεται.



Ακόμα και αν απενεργοποιήστε τη μονάδα ενώ αναβοσβήνει η ένδειξη OK?, τα αποτελέσματα καταγράφονται στη μονάδα καθώς η τιμή της μέτρησης συνδέεται με τον προσωπικό αριθμό που εμφανίζεται.

■ Αν ο προσωπικός σας αριθμός είναι εσφαλμένος…

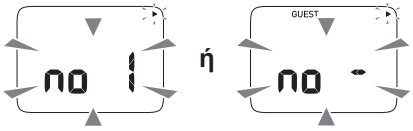
Πριν απενεργοποιηθεί η μονάδα, επιλέξτε τον προσωπικό σας αριθμό με το κουμπί ▶ και κατόπιν πατήστε το κουμπί SET για επιβεβαίωση.



■ Αν επιβεβαιώσατε εσφαλμένα τον προσωπικό σας αριθμό...

Πριν απενεργοποιηθεί η μονάδα, πατήστε το κουμπί SET έτσι ώστε να επιλέξετε πάλι τον προσωπικό σας αριθμό.

Αν η ένδειξη «no 1» έως «no 4» αναβοσβήνει στην οθόνη, ή αν εμφανίζεται η ένδειξη GUEST, τα προσωπικά σας δεδομένα δεν έχουν καταχωρηθεί στη μονάδα.
Καταχωρήστε τα προσωπικά σας δεδομένα. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε επίσης τη λειτουργία επισκέπτη (Guest).



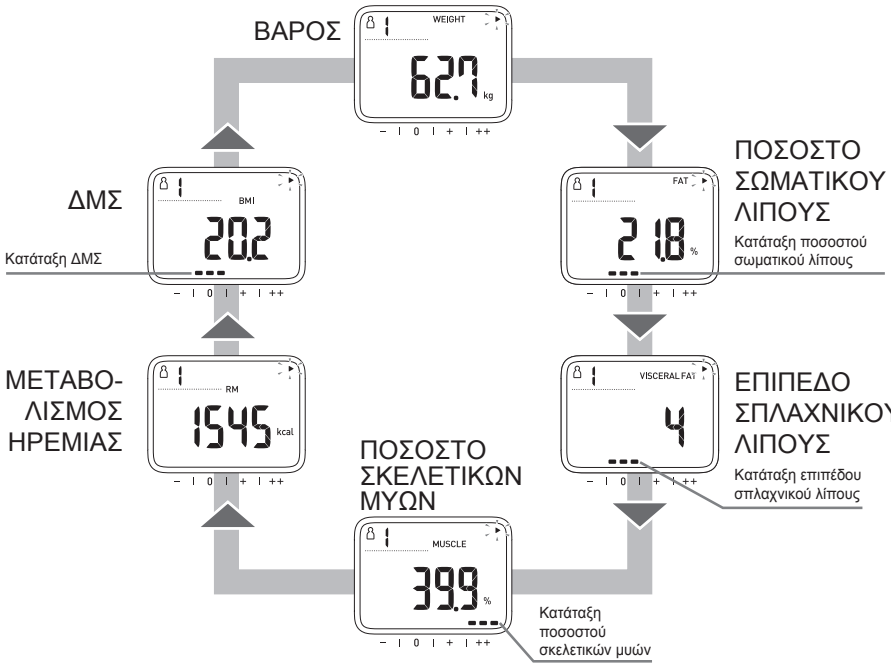
4. Ελέγξτε τα αποτελέσματα της μέτρησης.

Η οθόνη αποτελεσμάτων εναλλάσσεται κυκλικά αυτόματα όπως φαίνεται παρακάτω.

Αφού επιβεβαιώσετε τον προσωπικό σας αριθμό, μπορείτε να την αλλάξετε σε ένα αποτέλεσμα μέτρησης που επιθυμείτε να δείτε με το κουμπί (▶).

Σημείωση

- Χρησιμοποιήστε την ένδειξη ποσοστού σωματικού λίπους, επιπέδου σπλαχνικού λίπους, ποσοστού σκελετικών μυών και κατάταξης ΔΜΣ σαν οδηγό για τη μέτρηση.
- Για να κατανοήσετε καλύτερα τα αποτελέσματα της μέτρησής σας, ανατρέξτε στις πληροφορίες και τα διαγράμματα στις ενότητες 17 και 18.



5. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.

Η μονάδα απενεργοποιείται αν δεν χρησιμοποιηθεί για 3 λεπτά.

Χρήση της λειτουργίας μνήμης

8. Προβολή των αποτελεσμάτων μέτρησης στην έξυπνη συσκευή σας

Ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή «OMRON connect» για να προβάλετε τα αποτελέσματα μέτρησής σας.
Έπειτα μπορείτε να επιβεβαιώσετε τη μεταβολή των παραμέτρων του βάρους και της σύνθεσης του σώματός σας στην έξυπνη συσκευή σας.

Σημείωση

- Η εφαρμογή «OMRON connect» πρέπει να είναι εγκατεστημένη στην έξυπνη συσκευή σας. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 3.)

EL

Όταν είναι απαραίτητο

9. Επιλογή προσωπικού αριθμού και λήψη μέτρησης

Αν ο προσωπικός σας αριθμός δεν αναγνωρίζεται συχνά, μπορείτε να επιλέξετε τον προσωπικό σας αριθμό και λάβετε τη μέτρηση με τον ακόλουθο τρόπο.

1. **Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να ενεργοποιήστε τη μονάδα.**

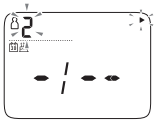
Η μονάδα ενεργοποιείται. Ο προσωπικός αριθμός «1» αναβοσβήνει.



2. **Επιλέξτε τον προσωπικό σας αριθμό.**

Επιλέξτε τον προσωπικό σας αριθμό με το κουμπί (▶).

> **Όταν εμφανίζεται η ημερομηνία γέννησης (- / - -), Τα προσωπικά σας δεδομένα δεν έχουν καταχωρηθεί στον προσωπικό σας αριθμό.**
>
> Καταχωρήστε τα προσωπικά σας δεδομένα. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 5.)

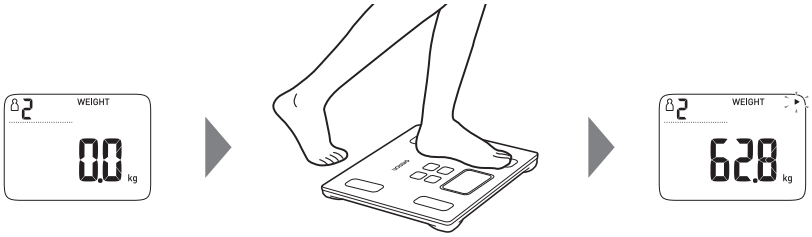


3. **Πατήστε το κουμπί (SET) για να επιβεβαιώσετε τον προσωπικό σας αριθμό.**

Εμφανίζεται η ένδειξη «0,0 kg».

4. **Λάβετε μια μέτρηση όταν εμφανίζεται η ένδειξη «0,0 kg».**

Ανεβείτε πάνω στη μονάδα.



5. **Ελέγξτε τα αποτελέσματα της μέτρησης.**

Η οθόνη αποτελεσμάτων εναλλάσσεται κυκλικά αυτόματα.

6. **Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.**

Η μονάδα απενεργοποιείται αν δεν χρησιμοποιηθεί για 3 λεπτά.

Όταν είναι απαραίτητο

10. Λειτουργία επισκέπτη (Λειτουργία χωρίς καταγραφή)

Όταν χρησιμοποιείται αυτή η λειτουργία, οι μετρήσεις σας δεν θα καταγράφονται.

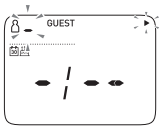
1. **Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να ενεργοποιήσετε τη μονάδα.**

Η μονάδα ενεργοποιείται. Ο προσωπικός αριθμός «1» αναβοσβήνει.



2. **Επιλέξτε και επιβεβαιώστε το «».**

Επιλέξτε το στοιχείο «GUEST» με το κουμπί (▶), και κατόπιν πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

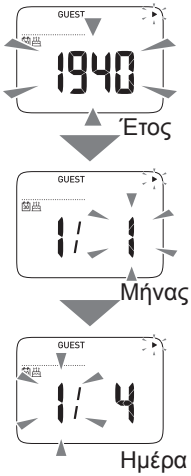


3. **Εισαγάγετε τα προσωπικά σας δεδομένα.**

3.1 Ρυθμίστε την ημερομηνία γέννησης

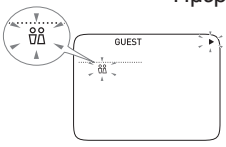
Πατήστε το κουμπί (▶) για να ρυθμίσετε την ημερομηνία γέννησης και πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

- Εύρος ρύθμισης έτους: 1900 έως 2045
- Κατά τη ρύθμιση του έτους και της ημερομηνίας, πιέστε παρατεταμένα το κουμπί (▶) για να προχωρήσετε γρήγορα σε βήματα του 10.



3.2 Ρυθμίστε το φύλο

Πατήστε το κουμπί (▶) για να ρυθμίσετε το φύλο (APPEN) ή (ΘΗΛΥ) και πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.



3.3 Ρυθμίστε το ύψος

Πατήστε το κουμπί (▶) για να ρυθμίσετε το ύψος και πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.

- Πατήστε παρατεταμένα για να προχωρήσετε γρήγορα σε βήματα των 10 cm (1 ίντσας).



Αφού όλες οι ρυθμίσεις προβληθούν προς επιβεβαίωση από εσάς, στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη «0,0 kg».

Η μονάδα απενεργοποιείται αν δεν χρησιμοποιηθεί για 1 λεπτό αφού εμφανιστεί η ένδειξη «0,0 kg».

4. Ξεκινήστε τη μέτρηση όταν εμφανιστεί η ένδειξη «0,0 kg».

Ανεβείτε πάνω στη μονάδα.



5. Ελέγξτε τα αποτελέσματα της μέτρησης.

Η οθόνη αποτελεσμάτων εναλλάσσεται κυκλικά αυτόματα.

6. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.

Η μονάδα απενεργοποιείται αν δεν χρησιμοποιηθεί για 3 λεπτά.

Όταν είναι απαραίτητο

11. Μέτρηση βάρους μόνο

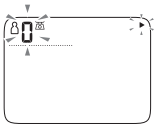
Όταν χρησιμοποιείται αυτή η λειτουργία, το αποτέλεσμα της μέτρησης δεν θα καταγράφεται.

1. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να την ενεργοποιήσετε.

Η μονάδα ενεργοποιείται. Ο προσωπικός αριθμός «1» αναβοσβήνει.

2. Επιλέξτε και επιβεβαιώστε το «».

Επιλέξτε το «» με το κουμπί (▶), και κατόπιν πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.



3. Όταν εμφανιστεί η ένδειξη «0,0 kg», ανεβείτε στη μονάδα.



4. Ελέγξτε το αποτέλεσμα της μέτρησης.

Το βάρος σας εμφανίζεται και αναβοσβήνει ώστε να υποδείξει ότι η μέτρηση ολοκληρώθηκε.

5. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.

Η μονάδα απενεργοποιείται αν δεν χρησιμοποιηθεί για 3 λεπτά.

Όταν είναι απαραίτητο

12. Αλλαγή ή διαγραφή των προσωπικών σας δεδομένων

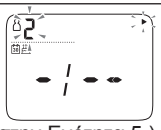
1. Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) για να ενεργοποιήστε τη μονάδα.
Η μονάδα ενεργοποιείται. Ο προσωπικός αριθμός «1» αναβοσβήνει.



2. Επιλέξτε τον προσωπικό σας αριθμό
Πατήστε το κουμπί (▶) για να επιλέξετε τον προσωπικό σας αριθμό.

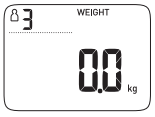


Όταν εμφανίζεται η ημερομηνία γέννησης (- / - -),



Τα προσωπικά σας δεδομένα δεν είναι καταχωρημένα στον προσωπικό σας αριθμό.
Καταχωρήστε τα προσωπικά σας δεδομένα. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 5.)

3. Πατήστε το κουμπί (SET) για να επιβεβαιώσετε τον προσωπικό σας αριθμό.
Εμφανίζεται η ένδειξη «0,0 kg».



4. Πατήστε το κουμπί (SET).
Οι ενδείξεις «CHANGE» και «DEL» αναβοσβήνουν.



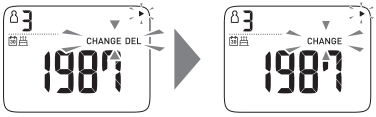
5. Επιλέξτε «CHANGE» ή «DELETE» για αλλαγή ή διαγραφή των προσωπικών δεδομένων

- Ακόμα και αν αλλάξουν τα προσωπικά δεδομένα, τα αποτελέσματα μέτρησης δεν θα αλλάξουν ή διαγραφούν. Όταν χρησιμοποιείτε έναν προσωπικό αριθμό ο οποίος έχει χρησιμοποιηθεί από ένα άλλο άτομο, διαγράψτε τα προσωπικά δεδομένα και κατόπιν καταχωρήστε τα προσωπικά δεδομένα ξανά.

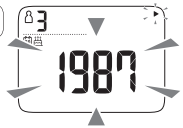
EL

Αλλαγή προσωπικών δεδομένων
(Τα αποτελέσματα μέτρησης δεν θα διαγραφούν)

1. Πατήστε το κουμπί (▶) για να επιλέξετε «CHANGE» (ΑΛΛΑΓΗ)



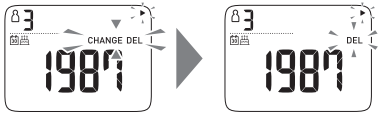
2. Πατήστε το κουμπί (SET)
Το έτος αναβοσβήνει.



3. Αλλάξτε την «ημερομηνία γέννησης», το «φύλο» και το «ύψος» σύμφωνα με τα βήματα 3 έως 5 της ενότητας 5.
- Για να διακόψετε οποιαδήποτε αλλαγή πριν ολοκληρωθεί, πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να απενεργοποιήσετε τη μονάδα.
- Τα αποτελέσματα μέτρησης που δεν έχουν μεταφερθεί δεν θα αλλάξουν.

Διαγραφή προσωπικών δεδομένων
(Θα διαγραφούν επίσης τα αποτελέσματα μέτρησης)

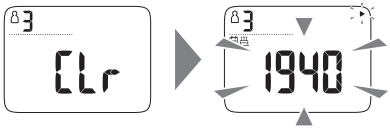
1. Πατήστε το κουμπί (▶) για να επιλέξετε «DEL» (ΔΙΑΓΡΑΦΗ)



2. Πατήστε το κουμπί (SET)
Η ένδειξη OK? αναβοσβήνει.



3. Πατήστε πάλι το κουμπί (SET)



Όταν είναι απαραίτητο

13. Διαγραφή της ρύθμισης επικοινωνίας

Αν επιθυμείτε να διακόψετε τη χρήση της εφαρμογής «OMRON connect» ή να διαγράψετε τις ρυθμίσεις επικοινωνίας από την έξυπνη συσκευή σας, ακολουθήστε τις παρακάτω οδηγίες. Όλες οι ρυθμίσεις επικοινωνίας που καταγράφονται στη μονάδα θα διαγραφούν.

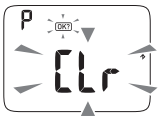
1. **Πατήστε παρατεταμένα το κουμπί (ᛒ) για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα.**

Η ένδειξη « P » και το σύμβολο του Bluetooth αναβοσβήνουν.



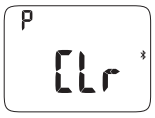
2. **Πατήστε παρατεταμένα το κουμπί (ᛒ) για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα ξανά.**

Οι ενδείξεις « OK? » και «CLr» αναβοσβήνουν.



3. **Πατήστε το κουμπί (SET) για επιβεβαίωση.**

Η μονάδα απενεργοποιείται αν δεν χρησιμοποιηθεί για 10 δευτερόλεπτα αφότου εμφανιστεί η ένδειξη «CLr».



Όταν είναι απαραίτητο

14. Συντήρηση και φύλαξη

Καθαρισμός της μονάδας

- Καθαρίζετε πάντα τη μονάδα πριν από τη χρήση.
- Σκουπίστε τη μονάδα με ένα απαλό στεγνό πανί. Αν είναι απαραίτητο, χρησιμοποιήστε ένα πανί νοτισμένο με νερό ή απορρυπαντικό το οποίο έχετε στύψει καλά πριν σκουπίσετε τη μονάδα και στη συνέχεια στεγνώστε την με ένα στεγνό πανί.
- Μη χρησιμοποιείτε βενζίνη ή διαλυτικό ή άλλους πτητικούς διαλύτες για τον καθαρισμό της μονάδας.
- Μην πλένετε τη μονάδα με νερό.

Φροντίδα και φύλαξη

- Μη φυλάσσετε τη μονάδα υπό τις παρακάτω συνθήκες:
  - Υγρασία, όπου υγρασία ή νερό μπορεί να εισέλθει στη μονάδα
  - Υψηλές θερμοκρασίες, άμεσο ηλιακό φως ή χώροι με σκόνη
  - Χώροι όπου υπάρχει κίνδυνος απότομων κραδασμών ή δονήσεων
  - Σε χώρους όπου φυλάσσονται χημικά ή όπου υπάρχει διαβρωτικό αέριο.
- Μην πραγματοποιείτε καμία επισκευή μόνοι σας. Αυτό το προϊόν βαθμονομείται καθ' όλη τη διάρκεια της παραγωγής. Αν οποιαδήποτε στιγμή αμφισβητήσετε την ακρίβεια των μετρήσεων, επικοινωνήστε με τον εξουσιοδοτημένο διανομέα της OMRON. Γενικά συνιστάται να φροντίζετε για την επιθεώρηση της συσκευής κάθε 2 χρόνια ώστε να διασφαλίσετε τη σωστή λειτουργία και ακρίβεια.

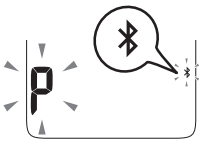
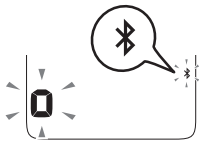
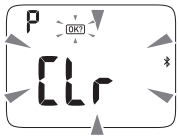
Όταν είναι απαραίτητο

15. Αντιμετώπιση προβλημάτων

Σε περίπτωση που οποιαδήποτε από τα παρακάτω προβλήματα προκύψουν κατά τη μέτρηση, πρώτα ελέγξτε ότι δεν υπάρχει άλλη ηλεκτρική συσκευή σε απόσταση μικρότερη από 30 cm. Αν το πρόβλημα επιμείνει, ανατρέξτε στον παρακάτω πίνακα.

Ένδειξη σφάλματος	Αιτία	Διόρθωση
Err 1	Κατεβήκατε από τη μονάδα κατά τη διάρκεια μιας μέτρησης της σύνθεσης του σώματος.	Μην κατεβαίνετε από τη μονάδα πριν ολοκληρωθεί η μέτρηση της σύνθεσης του σώματος. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 6.)
	Τα πέλματά σας δεν έχουν σταθερή επαφή με τα ηλεκτρόδια.	Βεβαιωθείτε ότι στέκεστε στη μονάδα σωστά τοποθετώντας τα πέλματά σας σταθερά πάνω στα ηλεκτρόδια κατά τη λήψη μέτρησης. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 6.)
Err2	Η στάση για τη μέτρηση είναι εσφαλμένη, τα πέλματά σας δεν έχουν σταθερή επαφή με τα ηλεκτρόδια ή τα πέλματά σας είναι στεγνά.	Σταθείτε με τα γόνατα και την πλάτη ίσια. Διατηρείτε τα πόδια σας σταθερά πάνω στα ηλεκτρόδια και μην τα μετακινείτε κατά τη λήψη μιας μέτρησης. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 6.) Υγράνετε ελαφρά τα πέλματά σας με μια βρεγμένη πετσέτα και δοκιμάστε ξανά.
Err5	Μετά από τη ρύθμιση της ημερομηνίας και της ώρας, κάποιος ακούμπησε ή χρησιμοποίησε τη μονάδα πριν απενεργοποιηθεί αυτόματα η οθόνη.	Αφαιρέστε και τοποθετήστε την μπαταρία. Επανεκκινήστε τη συσκευή ξεκινώντας από την ενότητα «Σύζευξη της μονάδας με την έξυπνη συσκευή σας». (Ανατρέξτε στην Ενότητα 3.) • Όταν εμφανιστεί η ημερομηνία και η ώρα, μη χρησιμοποιήσετε τη μονάδα έως ότου απενεργοποιηθεί αυτόματα.
	Σφάλμα συσκευής.	Αφαιρέστε και τοποθετήστε την μπαταρία. Μόλις ολοκληρώσετε αυτήν την ενέργεια, επανεκκινήστε τη συσκευή. Αν αυτό το σφάλμα συνεχίσει να εμφανίζεται, συμβουλευθείτε τον αντιπρόσωπο του σέρβις της OMRON.
Err6	Αποτυχία επικοινωνίας.	Απενεργοποιήστε τη μονάδα και δοκιμάστε πάλι την επικοινωνία. Αν αυτό το σφάλμα εμφανιστεί ξανά, συμβουλευθείτε τον αντιπρόσωπο του σέρβις της OMRON.
Err	Κουνηθήκατε κατά τη διάρκεια μιας μέτρησης.	Μείνετε ακίνητοι κατά τη διάρκεια της μέτρησης.
	Το σωματικό σας βάρος ήταν εκτός του μετρήσιμου εύρους.	
Err	Αποτυχία επικοινωνίας.	Ελέγξτε την οθόνη της έξυπνης συσκευής σας και ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή «OMRON connect». Ανατρέξτε στην ενότητα «Help» (Βοήθεια) στην εφαρμογή «OMRON connect».
	Η ισχύς των μπαταριών είναι χαμηλή.	Συνιστάται η αντικατάσταση των μπαταριών με καινούριες νωρίτερα από τον προβλεπόμενο χρόνο. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 2.)
	Οι μπαταρίες είναι άδειες.	Αντικαταστήστε τις μπαταρίες. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 2.)

EL

Πρόβλημα	Αιτία	Διόρθωση
 αναβοσβήνει	Έχουν αποθηκευτεί 24-29 σετ αποτελεσμάτων μετρήσεων.	Μεταφέρετε τα αποτελέσματα μέτρησης στην εφαρμογή «OMRON connect» και το σύμβολο θα εξαφανιστεί.
	Έχουν αποθηκευτεί 30 σετ αποτελεσμάτων μετρήσεων.	Αν ο αριθμός υπερβεί το 30, τα παλαιότερα αποτελέσματα διαγράφονται. Μεταφέρετε τα αποτελέσματα μέτρησης στην εφαρμογή «OMRON connect» και το σύμβολο θα εξαφανιστεί.
	Πατήσατε παρατεταμένα το κουμπί (*) για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα.	Αυτό εμφανίζεται όταν πραγματοποιείτε σύζευξη της μονάδας με την έξυπνη συσκευή σας. Ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή «OMRON connect». Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να διακόψετε τη σύζευξη.
	Πατήσατε το κουμπί (*).	Αυτό εμφανίζεται όταν τα δεδομένα μεταφέρονται στην έξυπνη συσκευή σας. Ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή «OMRON connect». Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να διακόψετε τη μετάδοση.
	Πατήσατε παρατεταμένα το κουμπί (*) για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα όταν η ένδειξη « P » και το σύμβολο του Bluetooth αναβόσβηναν.	Αυτό εμφανίζεται όταν διαγράφετε τη ρύθμιση επικοινωνίας. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 13.) Πατήστε το κουμπί (ON/OFF) (2 δευτερόλεπτα ή περισσότερο) για να διακόψετε τη λειτουργία.
Ακόμα και αν ενεργοποιήσετε τη μονάδα, δεν εμφανίζεται τίποτα. Ακόμα και αν ανεβείτε πάνω στη μονάδα, δεν εμφανίζεται τίποτα.	Δεν έχουν τοποθετηθεί μπαταρίες.	Τοποθετήστε τις μπαταρίες.
	Οι μπαταρίες έχουν τοποθετηθεί με τη λάθος κατεύθυνση.	Τοποθετήστε τις μπαταρίες με τη σωστή κατεύθυνση.
	Οι μπαταρίες έχουν αδειάσει.	Αντικαταστήστε και τις τέσσερις μπαταρίες με καινούριες.
Αφού αντικατασταθούν οι μπαταρίες, τίποτα δεν εμφανίζεται όταν ανεβαίνετε πάνω στη μονάδα.	Δεν ρυθμίσατε τη μονάδα μέτρησης, την ημερομηνία και την ώρα μετά από την αντικατάσταση των μπαταριών.	Ρυθμίστε τη μονάδα μέτρησης, την ημερομηνία και την ώρα. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 4.)
	Το σωματικό σας βάρος είναι πολύ χαμηλό. (Λιγότερο από 12 kg.)	Επιλέξετε προσωπικό αριθμό πριν λάβετε μια μέτρηση.
Η ένδειξη «- - - - -» εμφανίζεται για κάποια αποτελέσματα.	Τα καταχωρημένα δεδομένα ή οι τιμές σύνθεσης σώματος ήταν εκτός μετρήσιμου εύρους.	Ελέγξτε αν οι ρυθμίσεις ημερομηνίας γέννησης, φύλου και ύψους είναι σωστές. Ακόμα και αν αυτές οι ρυθμίσεις είναι σωστές, η ένδειξη «- - - - -» εμφανίζεται αν βρίσκονται εκτός του εύρους που μπορεί να εμφανιστεί ή εκτός του εύρους ηλικίας που υποστηρίζεται.

Πρόβλημα	Αιτία	Διόρθωση
Το αποτέλεσμα μέτρησης είναι υψηλότερο ή χαμηλότερο από το πραγματικό αποτέλεσμα. Το αποτέλεσμα διαφέρει σημαντικά σε κάθε μέτρηση.	Η στάση σας είναι εσφαλμένη κατά τη μέτρηση.	Λάβετε μια μέτρηση με τη σωστή στάση.
	Λάβατε μια μέτρηση πάνω σε επιφάνεια δαπέδου με χαλί ή μοκέτα, ή σε δάπεδο που δεν είναι ίσιο.	Λάβετε τη μέτρηση σε σκληρό και επίπεδο δάπεδο.
	Τα πέλματα και το σώμα σας είναι κρύα, μειώνοντας την κυκλοφορία αίματος.	Ζεστάνετε το σώμα σας ώστε να επανέλθει η κυκλοφορία του αίματος σε φυσιολογικά επίπεδα πριν τη λήψη μέτρησης.
	Τα ηλεκτρόδια για τα πόδια είναι πολύ κρύα.	Αφήστε τη μονάδα σε ένα ζεστό δωμάτιο για λίγο πριν τη λήψη μέτρησης.
	Τα πέλματά σας είναι στεγνά.	Υγράνετε ελαφρά τα πέλματά σας με μια βρεγμένη πετσέτα πριν τη λήψη μέτρησης.
	Η «Διόρθωση 0 kg» δεν χρησιμοποιήθηκε σωστά.	Χρησιμοποιήστε τη «Διόρθωση 0 kg». (Ανατρέξτε στην Ενότητα 6.3.)
Η μονάδα δεν σας αναγνωρίζει σωστά.	Το σωματικό σας βάρος έχει αλλάξει σημαντικά από την τελευταία μέτρηση.	Επιλέξετε προσωπικό αριθμό πριν λάβετε μια μέτρηση. (Ανατρέξτε στην Ενότητα 9.)
	Ο σωματικός σας τύπος είναι παρόμοιος με αυτόν ενός άλλου καταχωρημένου ατόμου.	
	Έχουν καταχωρηθεί α αποτελέσματα μέτρησης ενός άλλου χρήστη.	
Θέλετε να μετρήσετε τη σύνθεση σώματος αλλά εμφανίζεται μόνο το σωματικό βάρος.	Δεν έχει επιλεγεί ο προσωπικός αριθμός ή η επιλογή GUEST. (Δεν εμφανίζεται ο προσωπικός αριθμός ή η επιλογή GUEST)	Επιλέξτε προσωπικό αριθμό ή την επιλογή GUEST πριν τη λήψη μέτρησης.
Ένα κουμπί δεν ανταποκρίνεται.	Πατήσατε ένα κουμπί όταν στεκόσασταν στη μονάδα.	Κατεβείτε από τη μονάδα και κατόπιν πατήστε ένα κουμπί.
	Το κουμπί είναι βρεγμένο ή λερωμένο.	Σκουπίστε το νερό ή τον λεκέ πριν τη λήψη μέτρησης.
	Πατήσατε δύο η περισσότερα κουμπιά ταυτόχρονα.	Πατάτε ένα κουμπί τη φορά.
Ακόμα και αν δεν κάνετε τίποτα, η μονάδα απενεργοποιείται.	Ανατρέξτε στην ενότητα «Σχετικά με τη λειτουργία ΑΠΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗΣ». (Ανατρέξτε στην Ενότητα 2.)	
Αποτυχία αποστολής δεδομένων	Ανατρέξτε στην ενότητα «Help» (Βοήθεια) στην εφαρμογή «OMRON connect».	

Όταν είναι απαραίτητο

16. Τεχνικά στοιχεία

Κατηγορία προϊόντος	**Συσκευές ανάλυσης σύνθεσης του σώματος**	
Περιγραφή προϊόντος	**Συσκευή παρακολούθησης σύνθεσης του σώματος**	
Μοντέλο (κωδικός)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Οθόνη*	**Σωματικό βάρος:**	2,0 έως 150,0 kg αυξανόμενο ανά 0,1 kg (4,4 έως 330,0 lb αυξανόμενο ανά 0,2 lb) (0 st 4,4 lb έως 23 st 8,0 lb αυξανόμενο ανά 0,2 lb)
	Ποσοστό σωματικού λίπους:	5,0 έως 60,0% αυξανόμενο ανά 0,1%
	Ποσοστό σκελετικών μυών:	5,0 έως 50,0% αυξανόμενο ανά 0,1%
	ΔΜΣ:	7,0 έως 90,0 αυξανόμενο ανά 0,1
	Μεταβολισμός ηρεμίας:	385 έως 3.999 kcal αυξανόμενο ανά 1 kcal
	Επίπεδο σπλαχνικού λίπους:	30 επίπεδα αυξανόμενο ανά 1 επίπεδο
	Ποσοστό σωματικού λίπους, ποσοστό σκελετικών μυών και κατάταξη ΔΜΣ: – (Χαμηλό) / 0 (Φυσιολογικό) / + (Υψηλό) / ++ (Πολύ υψηλό) 4 επίπεδα	
	Κατάταξη επιπέδου σπλαχνικού λίπους: 0 (Φυσιολογικό) / + (Υψηλό) / ++ (Πολύ υψηλό) 3 επίπεδα * Το ηλικιακό εύρος για το ποσοστό σωματικού λίπους και την κατάταξη ποσοστού σωματικού λίπους είναι από 10 έως 80 ετών. * Το ηλικιακό εύρος για το ποσοστό των σκελετικών μυών, την κατάταξη του ποσοστού σκελετικών μυών, το επίπεδο σπλαχνικού λίπους, την κατάταξη του επιπέδου σπλαχνικού λίπους και τον μεταβολισμό ηρεμίας είναι από 18 έως 80 έτη.	
Πρωτόκολλο μετάδοσης	Τεχνολογία χαμηλής κατανάλωσης ενέργειας **Bluetooth®**	
Ασύρματη επικοινωνία	**Εύρος συχνότητας:** **Διαμόρφωση:** **Ενεργή ακτινοβολούμενη ισχύς:**	2,4 GHz (2.400 - 2.483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Στοιχεία ρύθμισης*	Οι παρακάτω πληροφορίες μπορούν να αποθηκευτούν για έως και 4 άτομα.	
	Μονάδα μέτρησης	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Ημερομηνία γέννησης	1η Ιανουαρίου 1900 έως 31η Δεκεμβρίου 2045
	Φύλο	Άρρεν/Θήλυ
	΄Υψος	100,0 έως 199,5 cm αυξανόμενο ανά 0,5 cm (3' 4" έως 6' 6 1/2" αυξανόμενο ανά 1/4")
	* Όταν το ύψος ενός ατόμου είναι μικρότερο από 100,0 cm ή μεγαλύτερο από 199,5 cm: Ο ΔΜΣ και τα αποτελέσματα μέτρησης σύνθεσης σώματος είναι μόνο για αναφορά.	
Ακρίβεια βάρους	2,0 kg έως 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb έως 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb έως 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg έως 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb έως 330,0 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb έως 23 st 8,0 lb: ± 1%)	
Ακρίβεια (S.E.E.)	**Ποσοστό σωματικού λίπους:**	3,5%
	Ποσοστό σκελετικών μυών:	3,5%
	Επίπεδο σπλαχνικού λίπους:	3 επίπεδα

Διάρκεια ζωής	5 έτη
Ταξινόμηση IP	IP21* * Η ταξινόμηση IP αναφέρεται στον βαθμό προστασίας που παρέχεται από περιβλήματα σύμφωνα με το πρότυπο IEC 60529. Η συσκευή είναι προστατευμένη από στέρεα ξένα αντικείμενα διαμέτρου 12,5 mm και μεγαλύτερα, όπως ένα δάκτυλο. Η συσκευή είναι προστατευμένη από σταγόνες νερού που πέφτουν κάθετα και μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα κατά τη διάρκεια της κανονικής λειτουργίας.
Παροχή ισχύος	4 αλκαλικές μπαταρίες AAA (LR03)
Χρόνος ζωής μπαταριών	Περίπου 6 μήνες (Όταν χρησιμοποιούνται αλκαλικές μπαταρίες AAA για τέσσερις μετρήσεις και τέσσερις μεταφορές δεδομένων για τέσσερα άτομα ανά ημέρα σε θερμοκρασία δωματίου 23°C)
Θερμοκρασία/Υγρασία/ Ατμοσφαιρική πίεση λειτουργίας	+5°C έως +40°C, 30% έως 85% RH (χωρίς συμπύκνωση), 860 hPa - 1.060 hPa
Θερμοκρασία/Υγρασία/ Ατμοσφαιρική πίεση φύλαξης και μεταφοράς	-20°C έως +60°C, 10% έως 95% RH (χωρίς συμπύκνωση), 860 hPa - 1.060 hPa
Βάρος	Περίπου 1,6 kg (συμπεριλαμβανομένων των μπαταριών)
Εξωτερικές διαστάσεις	Περίπου 285(Π)×28(Υ)×280(Β) mm (Περίπου 11 1/5"(Π)×1 1/10"(Υ)×11"(Β))
Περιεχόμενα	Συσκευή παρακολούθησης σύνθεσης του σώματος, 4 αλκαλικές μπαταρίες AAA (LR03), οδηγίες ρύθμισης, εγχειρίδιο οδηγιών

Σημείωση

- Υπόκειται σε τεχνικές τροποποιήσεις χωρίς προειδοποίηση.
- Αναφέρετε στον κατασκευαστή και την αρμόδια αρχή του κράτους μέλους όπου έχετε την έδρα σας κάθε σοβαρό συμβάν που προκύπτει σε σχέση με αυτή τη συσκευή.

CE 0197

Αυτό το προϊόν λειτουργεί στη ζώνη ISM στα 2,4GHz που δεν απαιτεί αδειοδότηση. Σε περίπτωση που αυτό το προϊόν χρησιμοποιείται κοντά σε άλλες ασύρματες συσκευές, συμπεριλαμβανομένων φούρνων μικροκυμάτων και συσκευών ασύρματου LAN, οι οποίες λειτουργούν στην ίδια ζώνη συχνοτήτων με αυτό το προϊόν, υπάρχει περίπτωση να υπάρξει παρεμβολή μεταξύ αυτού του προϊόντος και των άλλων συσκευών. Αν προκύψει τέτοια παρεμβολή, διακόψτε τη λειτουργία των άλλων συσκευών ή μετακινήστε αυτό το προϊόν πριν το χρησιμοποιήσετε ή μη χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν κοντά στις άλλες ασύρματες συσκευές.

EL

Το λεκτικό σήμα και τα λογότυπα **Bluetooth®** είναι σήματα κατατεθέντα που ανήκουν στην Bluetooth SIG, Inc. και οποιαδήποτε χρήση τέτοιων σημάτων από την OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. γίνεται κατόπιν άδειας.

Με το παρόν, η OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. δηλώνει ότι ο ραδιοεξοπλισμός τύπου VIVA (HBF-222T-EBK) συμμορφώνεται με την Οδηγία 2014/53/ΕΕ.
Το πλήρες κείμενο της δήλωσης συμμόρφωσης της ΕΕ διατίθεται στην παρακάτω διεύθυνση στο internet: www.omron-healthcare.com.

Η ονομασία Apple και το λογότυπο Apple είναι εμπορικά σήματα της Apple Inc. κατατεθέντα στις ΗΠΑ και άλλες χώρες.
Η ονομασία App Store είναι σήμα υπηρεσίας της Apple Inc.
Η ονομασία Android και το λογότυπο Google Play είναι εμπορικά σήματα της Google Inc.

Σημαντικές πληροφορίες σχετικά με Ηλεκτρομαγνητική Συμβατότητα (EMC)

Το HBF-222T-EBK που κατασκευάζεται από την OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. συμμορφώνεται με το πρότυπο ηλεκτρομαγνητικής συμβατότητας (EMC) EN60601-1-2:2015. Περισσότερη τεκμηρίωση σύμφωνα με αυτό το πρότυπο ηλεκτρομαγνητικής συμβατότητας είναι διαθέσιμη στην OMRON HEALTHCARE EUROPE στη διεύθυνση που αναφέρεται σε αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών ή στη διεύθυνση www.omron-healthcare.com. Ανατρέξτε στις πληροφορίες ηλεκτρομαγνητικής συμβατότητας για το HBF-222T-EBK στην τοποθεσία Web.

Εγγύηση

Η OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. παρέχει για το παρόν προϊόν εγγύηση 3 ετών από την ημερομηνία αγοράς.
Η εγγύηση δεν καλύπτει την μπαταρία, τη συσκευασία ή/και βλάβες οποιουδήποτε είδους που οφείλονται σε εσφαλμένη χρήση (όπως πτώση ή φυσική εσφαλμένη χρήση) που προκαλούνται από τον χρήστη. Τα προϊόντα θα αντικαθίστανται μόνο όταν επιστρέφονται μαζί με το αρχικό τιμολόγιο / απόδειξη.

Σωστή απόρριψη αυτού του προϊόντος (Απόβλητα ηλεκτρικού και ηλεκτρονικού εξοπλισμού)



Αυτή η ένδειξη που εμφανίζεται στο προϊόν ή στη βιβλιογραφία του καταδεικνύει ότι δεν πρέπει να απορρίπτεται με τα υπόλοιπα οικιακά απόβλητα στο τέλος του χρόνου λειτουργίας του. Για να αποφύγετε ενδεχόμενη ζημία για το περιβάλλον ή την ανθρώπινη υγεία από ανεξέλεγκτη απόρριψη αποβλήτων, παρακαλούμε διαχωρίστε αυτό από άλλους τύπους απορριμμάτων και ανακυκλώστε το υπεύθυνα για να προωθήσετε τη διαρκή επαναχρησιμοποίηση των υλικών.

Οι οικιακοί χρήστες θα πρέπει να επικοινωνούν είτε με το κατάστημα από το οποίο αγόρασαν αυτό το προϊόν ή με την τοπική αρμόδια αρχή για λεπτομέρειες σχετικά με το πού και το πώς μπορούν να πάνε αυτό το αντικείμενο για περιβαλλοντικά ασφαλή ανακύκλωση.

Οι επαγγελματικοί χρήστες θα πρέπει να επικοινωνήσουν με τον προμηθευτή τους και να ελέγξουν τους όρους και τις προϋποθέσεις του συμβολαίου αγοράς. Το προϊόν αυτό δεν πρέπει να αναμιγνύεται με άλλα εμπορικά απόβλητα προς απόρριψη.

Το προϊόν αυτό δεν περιέχει επικίνδυνες ουσίες.
Η απόρριψη των χρησιμοποιημένων μπαταριών πρέπει να γίνεται σύμφωνα με τους εθνικούς κανονισμούς για την απόρριψη μπαταριών.

Περιγραφή των συμβόλων που, ανάλογα με το μοντέλο, μπορεί να βρίσκονται επάνω στο προϊόν καθαυτό, στο πακέτο πώλησης του προϊόντος ή στο εγχειρίδιο οδηγιών.

	Εφαρμοσμένο τμήμα - Τύπου BF Βαθμός προστασίας από ηλεκτροπληξία (ρεύμα διαρροής)	SN	Αριθμός σειράς
IP XX	Βαθμός προστασίας από εισχώρηση σύμφωνα με το πρότυπο IEC 60529		Περιορισμός θερμοκρασίας
CE	Σήμανση CE		Περιορισμός υγρασίας
	Σύμβολο GOST-R		Περιορισμός ατμοσφαιρικής πίεσης
EAC	Σύμβολο συμμόρφωσης με τις απαιτήσεις της ευρασιατικής τελωνειακής ένωσης	⎓	Συνεχές ρεύμα
	Ο χρήστης πρέπει να συμβουλευτεί τις οδηγίες χρήσης		Αυτό το προϊόν δεν πρέπει να χρησιμοποιείται από άτομα με ιατρικά εμφυτεύματα, π.χ. καρδιακούς βηματοδότες, τεχνητή καρδιά, τεχνητό πνεύμονα ή άλλα ηλεκτρονικά συστήματα υποστήριξης των ζωτικών λειτουργιών.
MD	Ιατρική συσκευή		Ημερομηνία Κατασκευής

17. Πληροφορίες σχετικά με τη σύνθεση του σώματος

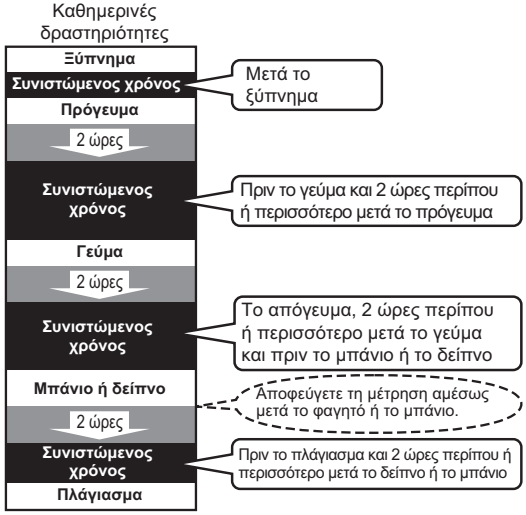
Αρχή υπολογισμού σύνθεσης του σώματος

Το σωματικό λίπος έχει χαμηλή ηλεκτρική αγωγιμότητα

Το VIVA μετρά το ποσοστό σωματικού λίπους με τη μέθοδο βιοηλεκτρικής αντίστασης. Οι μύες, τα αιμοφόρα αγγεία και τα οστά είναι ιστοί του σώματος που έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε νερό και είναι καλοί αγωγοί του ηλεκτρισμού. Το σωματικό λίπος είναι ένας ιστός που έχει χαμηλή ηλεκτρική αγωγιμότητα. Το VIVA στέλνει ένα εξαιρετικά ασθενές ηλεκτρικό ρεύμα 50 kHz και κάτω των 500 μA μέσω του σώματός σας για να προσδιορίσει την ποσότητα του λιπώδους ιστού. Αυτό το ασθενές ηλεκτρικό ρεύμα δεν γίνεται αισθητό κατά τη λειτουργία του VIVA.
Προκειμένου η συσκευή να καθορίσει τη σύνθεση του σώματός σας, χρησιμοποιεί την ηλεκτρική αντίσταση, μαζί με τις πληροφορίες για το ύψος, το βάρος, την ηλικία και το φύλο σας για τη δημιουργία αποτελεσμάτων βάσει των δεδομένων της OMRON για τη σύνθεση του σώματος.

Συνιστώμενες ώρες μέτρησης

Η κατανόηση των φυσιολογικών αλλαγών στο ποσοστό του σωματικού σας λίπους μπορεί να σας βοηθήσει να προλάβετε ή μειώσετε την παχυσαρκία. Γνωρίζοντας τις ώρες που το ποσοστό του σωματικού σας λίπους μεταβάλλεται κατά το καθημερινό σας πρόγραμμα θα μπορείτε να έχετε την ακριβή τάση του σωματικού σας λίπους. Συνιστάται να χρησιμοποιείτε αυτήν τη μονάδα στο ίδιο περιβάλλον και κάτω από τις ίδιες καθημερινές συνθήκες. (Βλέπε διάγραμμα)



Αποφεύγετε να λαμβάνετε μετρήσεις κάτω από τις παρακάτω συνθήκες:

- Αμέσως μετά από έντονη άσκηση, μπάνιο ή σάουνα.
- Μετά από την κατανάλωση αλκοόλ ή μεγάλης ποσότητας νερού, ή φαγητού (περίπου 2 ώρες).

Αν πραγματοποιηθεί μια μέτρηση κάτω από αυτές τις φυσικές συνθήκες, η υπολογιζόμενη σύνθεση του σώματος μπορεί να διαφέρει σημαντικά από την πραγματική διότι η περιεκτικότητα του σώματος σε νερό μεταβάλλεται.

Τι είναι ο ΔΜΣ (Δείκτης Μάζας Σώματος);

Ο ΔΜΣ χρησιμοποιεί τον παρακάτω απλό τύπο για να δείξει το λόγο μεταξύ βάρους και ύψους ενός ατόμου.

ΔΜΣ = βάρος (kg) / ύψος (m) / ύψος (m)

Το VIVA της OMRON χρησιμοποιεί τις πληροφορίες ύψους που έχουν αποθηκευτεί στον προσωπικό σας αριθμό ή που εισάγονται κατά τη λειτουργία επισκέπτη προκειμένου να υπολογίσει την κατάταξη του ΔΜΣ σας.
Αν το επίπεδο λίπους που παρουσιάζεται από το ΔΜΣ είναι υψηλότερο από το διεθνές πρότυπο, υπάρχει μεγάλη πιθανότητα ύπαρξης κοινών ασθενειών. Ωστόσο, ο ΔΜΣ δεν μπορεί να παρουσιάσει όλους τους τύπους λίπους.

Τι είναι το ποσοστό σωματικού λίπους;

Το ποσοστό σωματικού λίπους αναφέρεται στην ποσότητα της μάζας σωματικού λίπους σε σχέση με το συνολικό σωματικό βάρος, εκφραζόμενη σε ποσοστό.

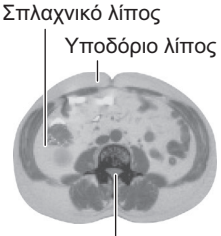
Ποσοστό σωματικού λίπους (%) = {Μάζα σωματικού λίπους (kg) / Σωματικό βάρος (kg)} × 100

Το VIVA χρησιμοποιεί τη μέθοδο βιοηλεκτρικής αντίστασης για να υπολογίσει το ποσοστό του σωματικού σας λίπους.
Ανάλογα με το σημείο κατανομής του λίπους στο σώμα, αυτό ταξινομείται ως σπλαχνικό λίπος ή ως υποδόριο λίπος.

Τι είναι το επίπεδο σπλαχνικού λίπους;

Σπλαχνικό λίπος = το λίπος που περιβάλλει τα εσωτερικά όργανα

Η μεγάλη ποσότητα σπλαχνικού λίπους θεωρείται ότι συσχετίζεται με αυξημένα επίπεδα λίπους στο αίμα, που μπορεί να οδηγήσει σε κοινές ασθένειες όπως υπερλιπιδαιμία και διαβήτη, που εξασθενεί την ικανότητα της ινσουλίνης να μεταφέρει ενέργεια από το αίμα και να τη χρησιμοποιεί στα κύτταρα. Προκειμένου να προληφθούν ή να βελτιωθούν οι συνθήκες των κοινών ασθενειών, είναι σημαντικό να προσπαθήσουμε να μειώσουμε τα επίπεδα σπλαχνικού λίπους σε ένα αποδεκτό επίπεδο. Τα άτομα με υψηλά επίπεδα σπλαχνικού λίπους έχουν συνήθως μεγάλο στομάχι. Ωστόσο, δεν είναι πάντα έτσι και τα υψηλά επίπεδα σπλαχνικού λίπους μπορεί να οδηγήσουν σε μεταβολική παχυσαρκία. Η μεταβολική παχυσαρκία (σπλαχνική παχυσαρκία με κανονικό βάρος) αντιπροσωπεύει υψηλότερα από τα μέσα επίπεδα λίπους, ακόμα και αν το βάρος του ατόμου ισούται ή είναι χαμηλότερο από το πρότυπο που αντιστοιχεί στο ύψος του.



Δείγμα σπλαχνικού λίπους (Εικόνα από μαγνητική τομογραφία)

Τι είναι το υποδόριο λίπος;

Υποδόριο λίπος = λίπος κάτω από το δέρμα

Το υποδόριο λίπος δεν συγκεντρώνεται μόνο γύρω από το στομάχι, αλλά και γύρω από τους άνω βραχίονες, τους γοφούς και τους μηρούς και μπορεί να προκαλέσει παραμόρφωση των αναλογιών του σώματος. Αν και δε συνδέεται άμεσα με αυξημένο κίνδυνο ασθένειας, θεωρείται ότι αυξάνει την πίεση στην καρδιά και ότι προκαλεί άλλες επιπλοκές. Το υποδόριο λίπος δεν εμφανίζεται σε αυτήν τη μονάδα, αλλά συμπεριλαμβάνεται στο ποσοστό σωματικού λίπους.



Δείγμα υποδόριου λίπους (Εικόνα από μαγνητική τομογραφία)

Τι είναι οι σκελετικοί μύες;

Οι μύες διαιρούνται σε δύο τύπους, στους μύες των εσωτερικών οργάνων, όπως η καρδιά, και στους σκελετικούς μύες που είναι συνδεδεμένοι με τα οστά και χρησιμοποιούνται για την κίνηση του σώματος. Οι σκελετικοί μύες μπορούν να αυξηθούν μέσω της άσκησης και άλλων δραστηριοτήτων. Η αύξηση του ποσοστού σκελετικών μυών σημαίνει ότι το σώμα μπορεί να κάνει ευκολότερα καύσεις, κάτι που με τη σειρά του σημαίνει ότι η δημιουργία λίπους είναι λιγότερο πιθανή και κάνει ευκολότερο έναν ενεργητικότερο τρόπο ζωής.

Τι είναι ο μεταβολισμός ηρεμίας;

Ανεξάρτητα από το επίπεδο δραστηριότητάς σας, απαιτείται ένα ελάχιστο επίπεδο πρόσληψης θερμίδων για τη συντήρηση των καθημερινών λειτουργιών του σώματος. Γνωστός ως μεταβολισμός ηρεμίας, υποδεικνύει πόσες θερμίδες πρέπει να λαμβάνετε ώστε να παρέχετε αρκετή ενέργεια στο σώμα σας ώστε να λειτουργεί.

18. Διαγράμματα ερμηνείας των αποτελεσμάτων μέτρησης

Ερμηνεία του αποτελέσματος του ποσοστού σωματικού λίπους

	Ηλικία	-(Χαμηλό)	0(Φυσιολογικό)	+(Υψηλό)	++(Πολύ υψηλό)
Θήλυ	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Άρρεν	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

Βάσει της έρευνας του HD McCarthy et al, στο International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, και του Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, και έχει κατηγοριοποιηθεί σε τέσσερα επίπεδα από την OMRON HEALTHCARE.

Ερμηνεία του αποτελέσματος του επιπέδου σπλαχνικού λίπους

Επίπεδο σπλαχνικού λίπους	Κατάταξη επιπέδου
1 - 9	0 (Φυσιολογικό)
10 - 14	+ (Υψηλό)
15 - 30	++ (Πολύ υψηλό)

Σύμφωνα με τα στοιχεία της OMRON HEALTHCARE.

Ερμηνεία του αποτελέσματος του ποσοστού σκελετικών μυών

	Ηλικία	-(Χαμηλό)	0(Φυσιολογικό)	+(Υψηλό)	++(Πολύ υψηλό)
Θήλυ	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Άρρεν	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

Σύμφωνα με τα στοιχεία της OMRON HEALTHCARE.

Ερμηνεία του αποτελέσματος ΔΜΣ

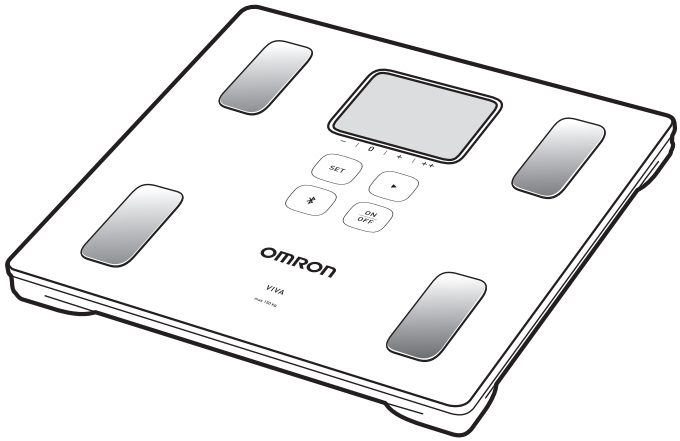
ΔΜΣ	BMI (Χαρακτηρισμός από την WHO)
< 18,5	- (Ελλιποβαρές)
18,5 - 24,9	0 (Φυσιολογικό)
25 - 29,9	+ (Υπέρβαρο)
≧ 30	++ (Παχύσαρκο)

Κατασκευαστής 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 ΙΑΠΩΝΙΑ
Αντιπρόσωπος στην ΕΕ **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, ΟΛΛΑΝΔΙΑ www.omron-healthcare.com
Εισαγωγέας στην ΕΕ	
Εργοστάσιο παραγωγής	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Κίνα
Θυγατρικές	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Εισαγωγέας στο Ηνωμένο Βασίλειο και υπεύθυνος για το Ηνωμένο Βασίλειο Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, ΗΝΩΜΕΝΟ ΒΑΣΙΛΕΙΟ www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Ημερομηνία έκδοσης: 2021-08-27

Κατασκευάζεται στην Κίνα

OMRON



Testösszetételt elemző monitor

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Használati utasítás

HU

Köszönjük, hogy az OMRON Body Composition Monitor (OMRON Testösszetétel-elemző mérőkészülék) terméket választotta.
A készülék használata előtt a biztonságos és megfelelő használat érdekében mindenképpen olvassa el a Használati útmutatót.
A Használati útmutatót tartsa könnyen elérhető helyen, a jövőbeni használat érdekében.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-HU-08-06/2021

21F1343

VIVA
Testösszetételt elemző monitor

Alkalmazási terület

Köszönjük, hogy az OMRON Body Composition Monitor (OMRON Testösszetétel-elemző mérőkészülék) terméket választotta. A készülék a következő testösszetétel paraméterek mérésére és megjelenítésére szolgál.

- Testsúly
- Zsigeri zsír (legfeljebb 30 szintig)
- Nyugalmi anyagcsere (kcal)
- Testzsír (%)
- Vázizomzat (%)
- BMI (Testtömegindex)

A készüléket olyan felnőttek használhatják, akik megértették a használati útmutatóban foglaltakat. A készüléket csak otthoni, és nem kórházakban vagy egyéb egészségügyi létesítményekben történő professzionális használatra tervezték.

Kérjük, olvassa el ezt a használati utasítást, valamint az egyes funkciók bemutatását, és csak utána vegye használatba a készüléket.

Tartalom

A készülék használata előtt 2

Biztonsági megjegyzések 2
1. Ismerje meg a készüléket 4
2. Elemek behelyezése és cseréje 5
3. A készülék összepárosítása az okoseszközzel 6
4. A mértékegység, a dátum és az idő beállítása 7
5. A személyes adatok regisztrálása 8

Üzemeltetési utasítások 9

6. Hogyan végezzünk el pontosan egy mérést 9
   6.1 Megfelelő testtartás a mérés közben 9
   6.2 A „0 kg korrigálás” funkcióról (Figyelmeztetés tárolás esetén) 10
   6.3 A „0 kg korrigálás” funkció használata 10
7. Mérés végrehajtása 10

A memória funkció használata 12

8. A mérési eredmények okoseszközön történő megtekintése 12

Szükség esetén 13

9. Válassza ki a személyes azonosító számát és végezze el a mérést 13
10. Vendég üzemmód (Mentés nélküli mód) 14
11. Csak testsúlymérés 15
12. A személyes adatok módosítása vagy törlése 16
13. A kommunikációs beállítások törlése 17
14. Karbantartás és tárolás 17
15. Hibaelhárítás 18
16. Műszaki adatok 21

A testösszetétellel kapcsolatos információk 24

17. A testösszetétellel kapcsolatos információk 24
18. A mérési eredmények értelmezésére szolgáló diagramok 26

A készülék használata előtt

Biztonsági megjegyzések

A szimbólumok és definícióik a következők:

⚠**Veszély!**	A nem megfelelő használat komoly, akár halálos sérülés veszélyével járhat.
⚠**Figyelmeztetés!**	A nem megfelelő használat komoly, akár halálos sérüléshez is vezethet.
⚠**Figyelem!**	A nem megfelelő használat személyi sérülést, vagy anyagi kárt okozhat.

⚠Veszély!

• Soha ne használja a készüléket az alábbi orvosi elektronikus eszközökkel együtt:
(1) Orvosi elektronikus implantátumok, például szívritmus-szabályzó.
(2) Elektronikus életfenntartó rendszerek, például mesterséges szív/tüdő.
(3) Hordozható elektronikus orvosi készülékek, például elektrokardiográf.
A készülék a fenti eszközök meghibásodását okozhatja, és ezáltal veszélyeztetheti a használóik egészségét.



⚠Figyelmeztetés!

- Tartsa távol kisgyermekektől a készüléket. Apró alkatrészeket tartalmaz, melyek gyermekek számára fulladásveszélyt jelenthetnek.
- Ne használja a készüléket csúszós felületeken, például nedves padlón.
- Ne ugorjon rá a készülékre, és ne rugózzon rajta.
- Ne használja a készüléket, amikor a teste és/vagy a lába nedves, például fürdés után.
- Mezítláb álljon a készülékre. Ha zokniban áll a készülékre, megcsúszhat és megsérülhet.
- Ne álljon a készülék szélére, vagy a kijelző területére.
- Mozgássérült vagy fizikailag gyenge személyek mindig vegyék igénybe mások segítségét a készülék használata során.
- Ha az elemsav a szemébe kerül, azonnal öblítse ki bőséges mennyiségű tiszta vízzel. Azonnal forduljon orvoshoz.
- Ne használja a terméket kórházakban, repülőgépeken és olyan környezetekben, ahol a rádióhullámokkal működő készülékek működtetésére korlátozások vonatkoznak.
- A termék rádiófrekvenciás (RF) jeleket bocsát ki a 2,4 GHz-es frekvenciasávban. Ne használja a terméket olyan helyeken, ahol az RF rádiósugárzásra korlátozás van érvényben, így például repülőgépeken és kórházakban.

⚠Figyelem!

- Ne szerelje szét, ne javítsa és ne alakítsa át a készüléket.
- Ne kezdjen testsúlycsökkentő vagy testedző programba anélkül, hogy előzetesen konzultálna egy orvossal vagy egészségügyi szakemberrel. Az öndiagnózis károsíthatja egészségét.
- Mérés közben ellenőrizze, hogy a készülék 30 cm-es környezetében ne legyen mobiltelefon és semmi egyéb olyan elektromos berendezés, amely elektromágneses mezőt generál. Ellenkező esetben működési hiba léphet fel, és / vagy pontatlan mérési eredményeket kaphat.
- Kizárólag a készülékhez előírt típusú elemeket használjon. Ne helyezze be az elemeket a polaritással ellentétes irányban.
- Az elhasznált elemeket haladéktalanul cserélje újra.
- Az elemeket ne dobja tűzbe.

HU

- Ha az akkumulátorfolyadék a bőrére vagy a ruházatára kerül, azonnal öblítse le bőséges mennyiségű tiszta vízzel.
- Ha hosszabb ideig (legalább három hónapig) nem használja a készüléket, akkor vegye ki az elemeket a készülékből.
- Ne használjon együtt különböző típusú elemeket.
- Ne használjon együtt használt és új elemet.
- A készülék használata előtt mindig mosson lábat. Ha lábfertőzése vagy egyéb bőrbetegsége van, előfordulhat, hogy másoknak is átadja a betegséget.
- Ha a készüléket több ember használja, a használat után enyhén mosószeres vízbe mártott rongy segítségével fertőtlenítse. Ezután törölje szárazra.
- Ne használja a készüléket a kezelési útmutatóban leírtaktól eltérő célokra.
- Mivel a készülék egy precíziós műszer, ezért ne ejtse le, ne rázza, és ne tegye ki egyéb erős mechanikai behatásoknak.

Adatátvitel

- Ne cserélje az elemet miközben a készülék a mérési eredményeket továbbítja az okoseszközre. Ez a mérleg hibás működését eredményezheti, és a mérési eredmények átvitelének sikertelenségét okozhatja.
- Ne helyezzen a készülék közelébe integrált áramköröket, mágneseket, fém tárgyakat vagy egyéb, elektromágneses mezőt generáló eszközöket olyankor, mikor a mérési eredményeket az okoseszközre továbbítja. Ez a készülék hibás működését eredményezheti, és a mérési eredmények átvitelének sikertelenségét okozhatja.

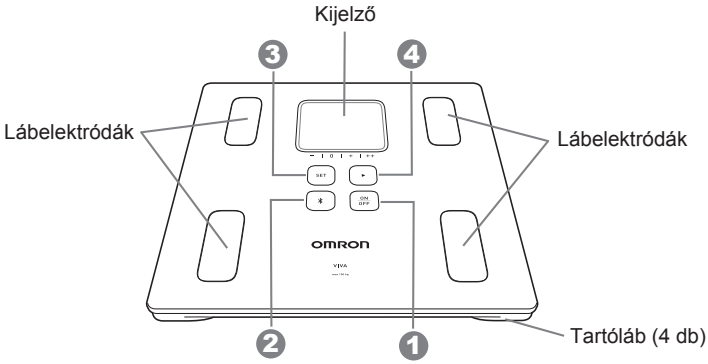
Helytelen mérés

Előfordulhat, hogy az alábbi felhasználói típusok esetén hibás mérési eredményeket kap:
Idős emberek (81 évesnél idősebbek) / lázas emberek / testépítők és edzett atléták / dialízisen áteső betegek / csontritkulásban szenvedő betegek, akiknek alacsony a csontsűrűségük / terhes nők / vizesedési problémával vagy duzzanattal rendelkező emberek.

- Ennek oka, hogy ilyen esetekben a testösszetétel, így a test vízmennyisége is nagyban eltérhet az átlagostól.

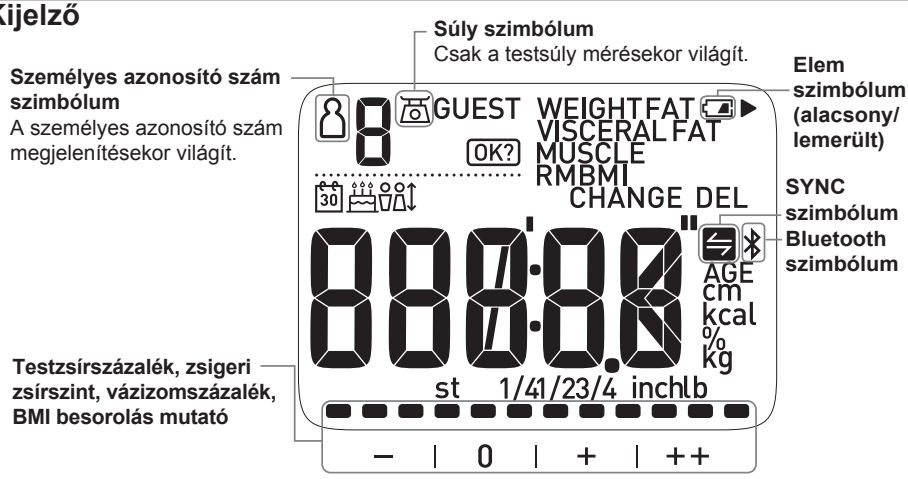
1. Ismerje meg a készüléket

A készülék fő része



1	ON/OFF	**BE/KI gomb** • Nyomja meg ezt a gombot a készülék bekapcsolásához. • Nyomja meg ezt a gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.
2	ᛒ	**Bluetooth gomb** • Nyomja meg ezt a gombot az adatok kézi átviteléhez. • Nyomja meg ezt a gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék és az okoseszköz összepárosításához. ※ Ez a gomb akkor is használható, ha a készülék ki van kapcsolva.
3	SET	**SET gomb** • Nyomja meg ezt a gombot az adatok beállításához vagy megerősítéséhez.
4	▶	**Tovább gomb** • Nyomja meg ezt a gombot a továbbléptetéshez. • Nyomja meg és tartsa lenyomva ezt a gombot a gyorsabb léptetéshez a dátum, az idő és a magasság értékének beállításakor.

Kijelző



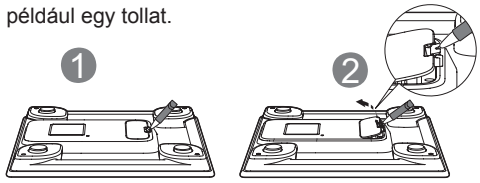
HU

2. Elemek behelyezése és cseréje

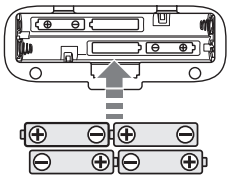
1. Nyissa ki az elemtartó fedelét a főegység hátulján.

Szükség esetén használjon egy kemény tárgyat, például egy tollat.





2. Az elemeket az elemtartóban ábrázolt polaritásoknak megfelelő irányban helyezze el.

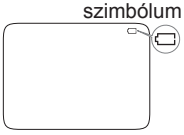


3. Zárja be az elemtartó fedelét.

Az elem élettartama és cseréje

- **Körülbelül 6 hónap (Ha AAA alkáli elemeket használ, naponta négy mérés és négy adatátvitel számára, négy személy esetén, 23 °C hőmérsékletű szobában.)**
  - A mellékelt elemek csak a készülék kipróbálására szolgálnak, ezért lehetséges, hogy élettartamuk lerövidül.
- **Ha az elem alacsony töltöttségének szimbóluma megjelenik a kijelzőn, mind a négy elemet cserélje ki újra.**
  - A négy elemet egyszerre (négy megegyező típusút használva) cserélje.
  - Ha az elem alacsony töltöttségének szimbóluma villog, javasolt az elemek újakkal történő, idő előtti cseréje.

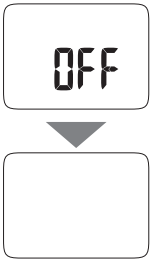
Lemerült elem szimbólum



- **Az elemcsere előtt kapcsolja ki a főkapcsolót.**
  - A készülék memóriájában lévő személyes adatok nem vesznek el az elemek eltávolításakor.
  - Használt elemek elhelyezését a használt elemek elhelyezésére vonatkozó nemzeti szabályozásnak megfelelően kell elvégezni.
- **Az elemek cseréjekor előfordulhat, hogy újra be kell állítani mérések mértékegységét, a dátumot és az időt. (Lásd a 4. fejezetet.)**
  - Ha már összepárosította a készüléket az „OMRON connect” alkalmazás segítségével, nyomja meg a gombot az alkalmazással való kommunikációhoz, majd a dátum és az idő automatikusan beállításra kerül.

Az automatikus KIKAPCSOLÁS funkcióról

- **Nyomja meg az gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.**



- **A készülék automatikusan kikapcsol a következő feltételek mellett.**
  - 10 másodperccel az „Err” megjelenítése után.
  - A „0,0 kg” kijelzése után, ha a készüléket több, mint 1 percig nem használja.
  - A készüléket több, mint 3 percig nem használja.

3. A készülék összepárosítása az okoseszközzel

1. **Kapcsolja be a Bluetooth funkciót az okoseszközön.**

2. **Töltse le és telepítse az „OMRON connect” alkalmazást az okoseszközre.**

A következő két módszer közül választhat.

■ **Szkennelje be a QR kódot annak érdekében, hogy a következő címhez hozzáférést szerezzen.**



QR kód

omronconnect.com/setup

■ **Keressen rá az „OMRON connect” alkalmazásra az „App Store” vagy „Google Play” áruházban.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

HU

3. **Nyissa meg az alkalmazást az okoseszközön és kövesse a beállításra és összepárosításra vonatkozó utasításokat.**

Ha már rendelkezik az OMRON connect alkalmazással, válassza a következő lehetőséget:

Menu>Device>Add Device (Menu>Eszköz>Eszköz hozzáadása)

MEGJEGYZÉSEK

- Egy okoseszköz egy felhasználó adatait kezeli.
- Ha nem az „OMRON connect” alkalmazást használja, akkor az adatok átvitele sikertelen lehet.
- Olvassa el az alkalmazáson belüli dokumentációt a használat módjának és a használati utasításoknak a részleteiért.

4. A mértékegység, a dátum és az idő beállítása

A mértékegység, a dátum és az idő beállítására az első mérés elvégzése előtt, valamint az elemek cseréje után van szükség.

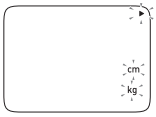
- A dátumot és az időt az „OMRON connect” alkalmazással is beállíthatja.

1. Nyomja meg az (ON/OFF) gombot a készülék bekapcsolásához.

A „kg & cm” villog a kijelzőn.

2. Válassza ki a mértékegységet.

Nyomja meg a (▶) gombot a beállításhoz, majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.



- Az alapértelmezett mértékegység a „kg & cm”.
- A mértékegységet „font & hüvelyk” vagy „stone-font & hüvelyk” értékre is beállíthatja.

3. Adja meg az egységet a dátum és az idő beállításához.

Nyomja meg a (▶) gombot a beállításhoz, majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.



Év



Hónap



Nap



- Az év beállítási tartománya: 2017 és 2045 között
- Az idő megadása 24-órás formátumban történik.
- Az év, dátum, óra és perc beállítása közben tartsa lenyomva a (▶) gombot, ha gyorsabban (10-esével) szeretné léptetni az értékeket.

A mértékegység, év, hónap, nap, óra és perc egymás utáni beállítását követően a készülék automatikusan kikapcsol.



MEGJEGYZÉSEK

- Ha hibázik a beállítás közben, akkor nyomja meg a (ON/OFF) gombot a készülék kikapcsolásához, és kezdje újra a folyamatot az „1. lépéstől” .
- A készülék kikapcsol, ha 3 percig nem használja. Végezze el ismét a mértékegység, a dátum és az idő beállítását.
- A mértékegység, a dátum és az idő értékeinek módosításához távolítsa el az elemeket és várjon legalább 20 másodpercet. Ezután tegye vissza az elemeket és végezze le ismét a beállítást.

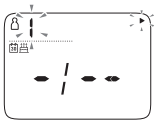
5. A személyes adatok regisztrálása

A testösszetétel méréséhez szükséges bizonyos személyes adatok (születési dátum, nem, magasság) beállítása. Maximum 4 személy számára regisztrálhatja a szükséges adatokat.

- A személyes adatokat az „OMRON connect” alkalmazással is regisztrálhatja.

1. Nyomja meg az (ON/OFF) gombot a készülék bekapcsolásához.

A készülék bekapcsol. Az „1” azonosító villog. A születési dátum (- - / - -) megjelenítésre kerül.



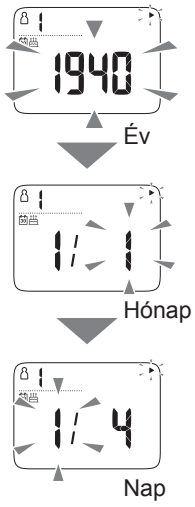
2. Válassza ki és erősítse meg a személyes azonosító számát.

Nyomja meg a (▶) gombot a személyes azonosító számának kiválasztásához, majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.

3. Állítsa be a születési dátumot.

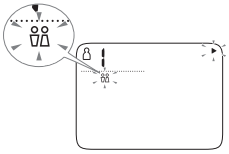
Nyomja meg a (▶) gombot a születési dátum kiválasztásához, majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.

- Az év beállítási tartománya: 1900-2045
- Az év és dátum beállítása közben tartsa lenyomva a (▶) gombot, ha gyorsabban (10-esével) szeretné léptetni az értékeket.



4. Állítsa be a nemet

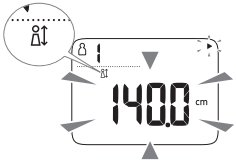
Nyomja meg a (▶) gombot a nem kiválasztásához (FÉRFI) vagy (NŐ), majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.



5. Állítsa be a magasságot.

Nyomja meg a (▶) gombot a magasság beállításhoz, majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.

- Nyomja folyamatosan vagy gyorsan, ha 10 cm-enként (vagy 1 hüvelykenként) kívánja az értéket léptetni.
- Miután minden beállítás megjelent a kijelzőn, a „0,0 kg” jelzés válik láthatóvá.



6. Lépjen a készülékre és végezze el a mérést, ha a „0,0 kg” jelzés látható a kijelzőn.

A testsúly és a testösszetétel adatait a készülék elmenti az automatikus felismerés funkció támogatásához.

Egy kis idő elteltével a mérési eredmények az alábbiak szerint kerülnek megjelenítésre.



7. A mérési eredmények kijelzése után lépjen le a készülékről.

A személyes adatok regisztrációja befejeződött.

8. Nyomja meg az ON/OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.

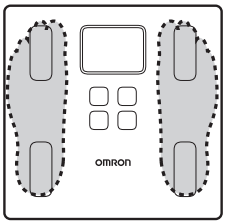
Újabb személyes adatok hozzáadásához kezdje a folyamatot az „1. lépés”-től.

Üzemeltetési utasítások

6. Hogyan végezzünk el pontosan egy mérést

6.1 Megfelelő testtartás a mérés közben

Mezítláb lépjen a készülékre. A lábboltozatok a készülék közepén helyezkedjenek el.



Megjegyzés

- Ha a készülékre zokniban vagy lábbeliben lép, akkor helytelen mérési eredményeket kaphat.



Mérés közben ne hajtsa be térdét.

A mérést kemény és sima felületű padlón végezze.

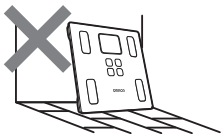
Megjegyzés

- A puha padlófelületek, például a rongyszőnyeggel vagy gyékényszőnyeggel borított padlók hibás mérési eredményekhez vezethetnek.

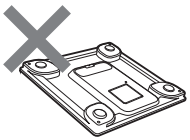
6.2 A „0 kg korrigálás” funkcióról (Figyelmeztetés tárolás esetén)

A készülék rendszeresen és automatikusan korrigálja a pontosságot, amikor nincs használatban.

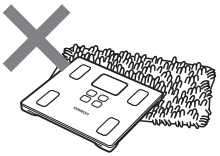
- Ha a készüléket a lenti módokon helyezi el, a pontosság korrigálásának funkciója nem működik, és a mérés elvégzése előtt Önnek kell végrehajtania a „0 kg korrigálás” folyamatát.



A készülék a falnak vagy egyéb tárgynak van támasztva



A készülék fejjel lefelé fekszik

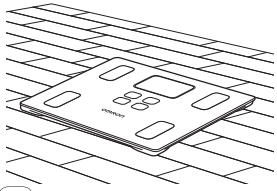


A készülék egy tárgyra van téve



A készüléken egy tárgy található

6.3 A „0 kg korrigálás” funkció használata



1. **Helyezze a készüléket kemény, vízszintes padlóra.**

2. **Nyomja meg az ON OFF gombot a készülék bekapcsolásához.**

3. **Válassza ki a személyes azonosító számát, vagy a „0” lehetőséget.**

Válassza ki a személyes azonosító számát, vagy a „0” lehetőséget a ▶ gomb segítségével, majd nyomja meg a SET gombot a megerősítéshez.

4. **Ha megjelenik a „0,0 kg”, nyomja meg az ON OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.**

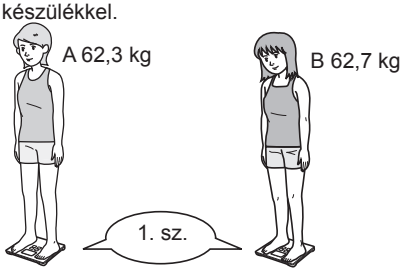
Ezzel befejezte a „0 kg korrigálás” folyamatát. Várjon 5 másodpercig, és végezze el a mérést.

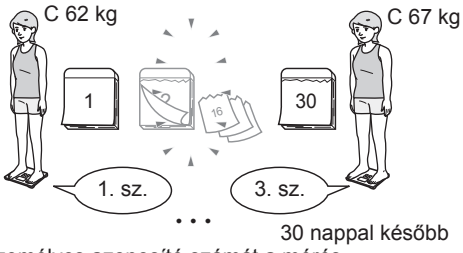
7. Mérés végrehajtása

Ha egy személy rálép a készülékre, a készülék bekapcsol, a személyt azonosítva kiválasztja a megfelelő személyes azonosítót és megkezdi a mérést.

Az alábbi esetekben hibás személyes azonosító szám kerülhet kijelzésre.

- Hasonló testfelépítéssel és testsúllyal rendelkező felhasználók végeztek mérést a készülékkel.
- A testsúlya változott a legutolsó mérése óta.

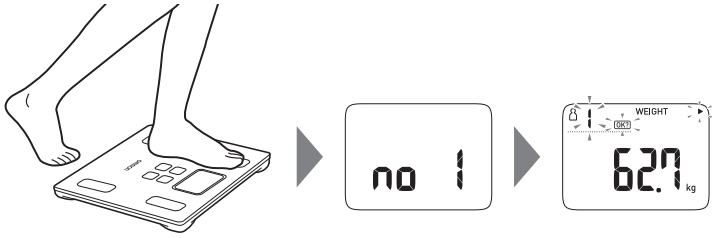




Ha a hibás felismerés folytatódik, válassza ki a személyes azonosító számát a mérés elvégzéséhez. (Lásd a 9. fejezetet.)

1. Mérés végzése a készülék kikapcsolt állapotában.

Ha rálép a készülékre, az automatikusan bekapcsol.



2. Ha a személyes azonosító szám és a mérési eredmények kijelzésre kerülnek, a mérés befejeződött.

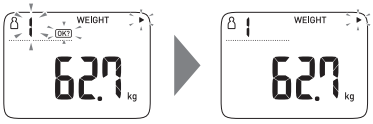
Lépjen le a készülékről.

3. Hagyja jóvá a személyes azonosító számát.

■ Ha a személyes azonosító száma helyes…

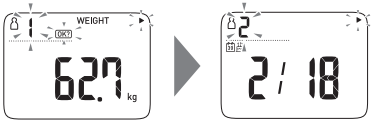
Nyomja meg a SET gombot a személyes azonosító számának jóváhagyásához. OK? eltűnik.

Az eredmények akkor is mentésre kerülnek a megjelenített személyes azonosítóhoz tartozó mérési eredményként, ha a készüléket a OK? villogása közben kikapcsolja.



■ Ha a személyes azonosító száma helytelen…

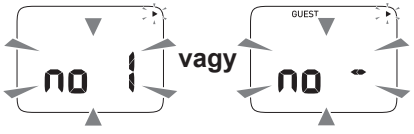
A készülék kikapcsolása előtt válassza ki a személyes azonosító számát a ▶ gomb segítségével, majd nyomja meg a SET gombot a jóváhagyáshoz.



■ Ha helytelen személyes azonosító számot hagyott jóvá…

A készülék kikapcsolása előtt nyomja meg a SET gombot, így ismét kiválaszthatja a személyes azonosító számát.

Ha „no 1” - „no 4” villog a kijelzőn, vagy a GUEST felirat látható, akkor a készülék nem regisztrálta a személyes adatokat.
Végezze el a személyes adatainak regisztrálását.
Használhatja a Vendég üzemmódot is.



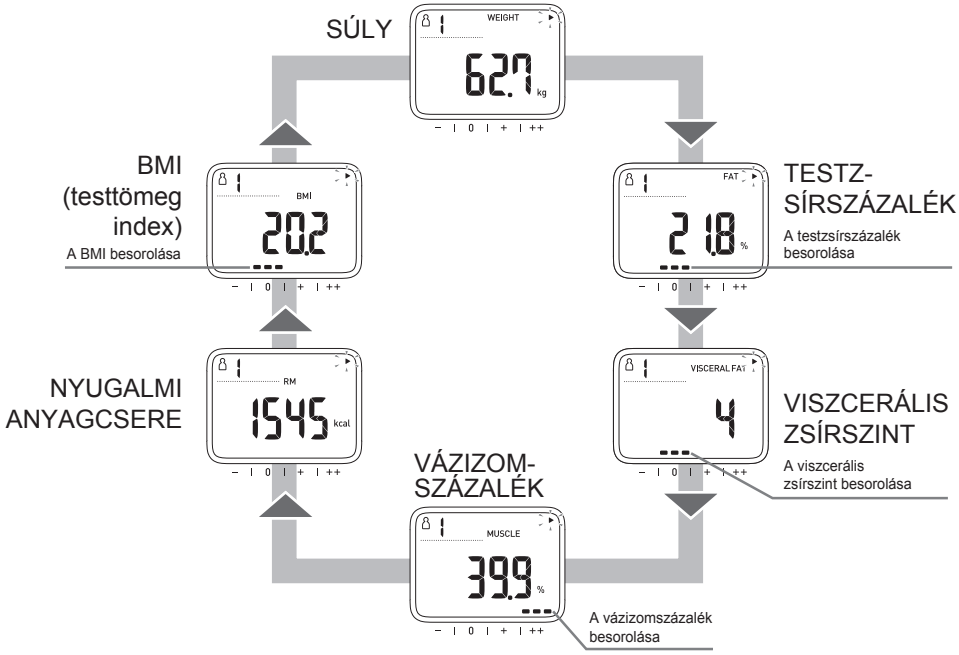
4. A mérési eredmények ellenőrzése.

Az eredmények az alábbiakban mutatott sorrendben kerülnek megjelenítésre.

Ha jóváhagyta a személyes azonosító számát, a ▶ gomb segítségével átválthat a megtekinteni kívánt mérési eredményre.

Megjegyzés

- A mérés értelmezésében irányadóként használja a testzsírszázalék, a zsigeri zsír százalék, a vázizom százalék és a BMI besorolás mutató adatait.
- A mérési eredmények jobb megértéséhez lásd a 17. és 18. fejezetekben található információkat és diagramokat.



5. Nyomja meg az (ON/OFF) gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.

A készülék kikapcsol, ha 3 percig nem használja.

A memória funkció használata

8. A mérési eredmények okoseszközön történő megtekintése

A mérési eredmények megtekintéséhez kövesse az „OMRON connect” alkalmazás utasításait.
Ezek után a testsúly és testösszetétel paramétereinek változását az okoseszközt használva kényelmesen követheti.

Megjegyzés

- Az „OMRON connect” alkalmazást telepíteni kell az okoseszközre. (Lásd a 3. fejezetet.)

HU

Szükség esetén

9. Válassza ki a személyes azonosító számát és végezze el a mérést

Ha a személyes azonosító szám hibás felismerése gyakran előfordul, válassza ki a személyes azonosító számát és végezze el a mérést.

1. Nyomja meg az ON/OFF gombot a készülék bekapcsolásához.

A készülék bekapcsol. Az „1” azonosító villog.

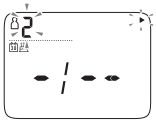


2. Válassza ki a személyes azonosító számát.

A ▶ gombot használva válassza ki a személyes azonosító számát.

Ha a születési dátum (- / - -) látható,
A személyes adatai nincsenek regisztrálva a személyes azonosító számához.

Végezze el a személyes adatainak regisztrálását. (Lásd a 5. fejezetet.)



3. Nyomja meg a SET gombot a személyes azonosító számának jóváhagyásához.

A „0,0 kg” látható a kijelzőn.

4. Végezze el a mérést, ha a „0,0 kg” látható a kijelzőn.

Lépjen a készülékre.



5. A mérési eredmények ellenőrzése.

Az eredmények kijelzése automatikusan megtörténik.

6. Nyomja meg az ON/OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.

A készülék kikapcsol, ha 3 percig nem használja.

Szükség esetén

10. Vendég üzemmód (Mentés nélküli mód)

Ha ezt az üzemmódot használja, akkor a mérési eredményeket a készülék nem menti el.

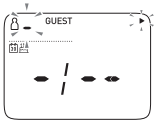
1. Nyomja meg az (ON/OFF) gombot a készülék bekapcsolásához.

A készülék bekapcsol. Az „1” azonosító villog.



2. Válassza ki és hagyja jóvá a „ ” lehetőséget.

Válassza ki a „GUEST” lehetőséget a (▶) gombot használva, majd nyomja meg a (SET) gombot a jóváhagyáshoz.

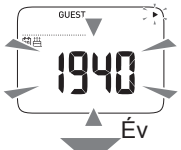


3. A személyes adatok bevitele.

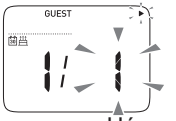
3.1 Állítsa be a születési dátumot

Nyomja meg a (▶) gombot a születési dátum kiválasztásához, majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.

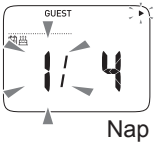
- Az év beállítási tartománya: 1900 és 2045 között
- Az év és dátum beállítása közben tartsa lenyomva a (▶) gombot, ha gyorsabban (10-esével) szeretné léptetni az értékeket.



Év



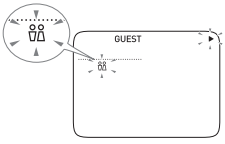
Hónap



Nap

3.2 Állítsa be a nemet

Nyomja meg a (▶) gombot a nem kiválasztásához (FÉRFI) vagy (NŐ), majd nyomja meg a (SET) gombot a megerősítéshez.



3.3 Állítsa be a magasságot

Nyomja meg a (▶) gombot a magasság beállításhoz, majd nyomja meg a (SET) gombot a jóváhagyáshoz.

- Nyomja folyamatosan vagy gyorsan, ha 10 cm-enként (1 hüvelykenként) kívánja az értéket léptetni.



Miután minden beállítás megjelent a kijelzőn, a „0,0 kg” jelzés válik láthatóvá.
A készülék kikapcsol, ha 1 percig nem használja a „0,0 kg” kijelzése után.

HU

4. Kezdje el a mérést, ha a „0,0 kg” látható a kijelzőn.

Lépjen a készülékre.



5. A mérési eredmények ellenőrzése.

Az eredmények kijelzése automatikusan megtörténik.

6. Nyomja meg az ON OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.

A készülék kikapcsol, ha 3 percig nem használja.

Szükség esetén

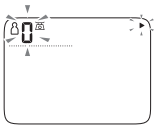
11. Csak testsúlymérés

Ha ezt az üzemmódot használja, akkor a mérési eredményt a készülék nem menti el.

1. Nyomja meg az ON OFF gombot a készülék bekapcsolásához.

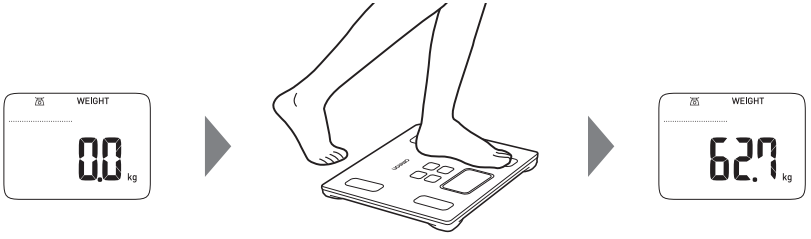
A készülék bekapcsol. Az „1” azonosító villog.

2. Válassza ki és hagyja jóvá a „1” lehetőséget.



Válassza ki a „1” lehetőséget a ▶ gombot használva, majd nyomja meg a SET gombot a jóváhagyáshoz.

3. Amikor a „0,0 kg” jelzés megjelenik, lépjen fel a készülékre.



4. Ellenőrizze a mérési eredményt.

A kijelzőn megjelenik és felvillan a testtömege, jelezve, hogy a mérés befejeződött.

5. Nyomja meg az ON OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a készülék kikapcsolásához.

A készülék kikapcsol, ha 3 percig nem használja.

Szükség esetén

12. A személyes adatok módosítása vagy törlése

1. **Nyomja meg az (ON/OFF) gombot a készülék bekapcsolásához.**
A készülék bekapcsol. Az „1” azonosító villog.

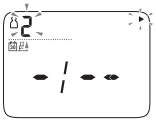


2. **Válassza ki a személyes azonosító számát**
Nyomja meg a (▶) gombot a személyes azonosító szám kiválasztásához.

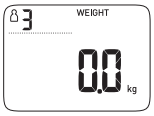


Ha a születési dátum (- - / - -) látható,

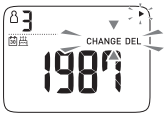
A személyes adatai nincsenek regisztrálva a személyes azonosító számához. Végezze el a személyes adatainak regisztrálását. (Lásd a 5. fejezetet.)



3. **Nyomja meg a (SET) gombot a személyes azonosító szám jóváhagyásához.**
A „0,0 kg” látható a kijelzőn.



4. **Nyomja meg a (SET) gombot.**
A „CHANGE” (módosítás) és a „DEL” (törlés) feliratok villognak.



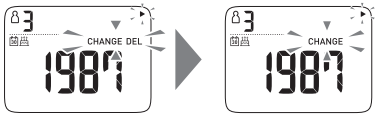
5. **Válassza a „CHANGE” vagy a „DELETE” lehetőséget a személyes adatok módosításához vagy törléséhez**

- A személyes adatok megváltoztatásakor a mérési eredmények nem módosulnak és nem törlődnek. Ha egy olyan személyes azonosító számot szeretne használni, amit egy másik személy használt korábban, törölje a számhoz tartozó személyes adatokat, majd végezze el ismét a regisztrációt.

HU

Személyes adatainak módosítása
(A mérési eredmények nem kerülnek törlésre)

1. **Nyomja meg a (▶) gombot a „CHANGE” lehetőség kiválasztásához**



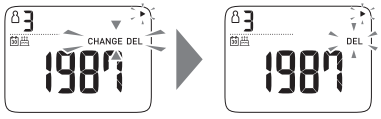
2. **Nyomja meg a (SET) gombot**
Az év villog.



3. **Módosítsa a „birth date” (születési dátum), „gender” (nem) és „height” (magasság) értékeket az 5. fejezet 3 ~ 5. lépései szerint.**
- A módosítás megállításához, nyomja meg az (ON/OFF) gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban), és a készülék kikapcsol.
- Az át nem vitt mérési eredmények nem kerülnek módosításra.

Személyes adatainak törlése
(A mérési eredmények is törlésre kerülnek)

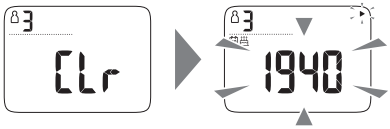
1. **Nyomja meg a (▶) gombot a „DEL” (törlés) lehetőség kiválasztásához**



2. **Nyomja meg a (SET) gombot**
Az (OK?) villog.



3. **Nyomja meg újra a (SET) gombot**



Szükség esetén

13. A kommunikációs beállítások törlése

Ha nem akarja használni többet az „OMRON connect” alkalmazást, vagy törölni kívánja a kommunikációs beállításokat az okoseszközéről, akkor kövesse az alábbi lépéseket. Minden rögzített kommunikációs beállítás törlésre kerül.

1. **Nyomja meg és tartsa legalább 2 másodpercig lenyomva a (ᛒ) gombot.**

A „ P ” és a Bluetooth szimbólum villog.



2. **Nyomja meg újra és tartsa ismét legalább 2 másodpercig lenyomva a (ᛒ) gombot.**

Az „ OK? ” és „CLr” villog.



3. **A jóváhagyáshoz nyomja meg a (SET) gombot.**

A készülék kikapcsol, ha 10 másodpercig nem használja a „CLr” kijelzése után.



Szükség esetén

14. Karbantartás és tárolás

A készülék tisztítása

- Mindig tartsa tisztán a készüléket használat előtt.
- Száraz, puha ruhával törölje át a készüléket. Szükség esetén jól kicsavart, nedves, mosószeres ruhával törölje át a készüléket, majd törölje át száraz ruhával is.
- Ne használjon benzint, hígítót vagy egyéb erős oldószert a készülék tisztításához.
- Ne mossa el a készüléket vízzel.

Ápolás és tárolás

- A készüléket ne tárolja az alábbi körülmények között:
  - Magas páratartalmú helyen, ahol nedvesség vagy víz kerülhet a készülékbe
  - Magas hőmérsékletű, közvetlen napfényt kapó vagy poros helyen
  - Hirtelen lökésnek vagy rázkódásnak kitett helyeken
  - Vegyi anyagok mellett, vagy olyan helyen, ahol maró hatású gázok vannak.
- Ne végezzen sajátkezű javításokat a készüléken. A terméket a gyártáskor kalibrálták. Ha a használat során bármikor problémát tapasztal a mérések pontosságával kapcsolatban, vegye fel a kapcsolatot a hivatalos OMRON viszonteladójával. Általánosságban javasoljuk, hogy kétévente ellenőriztesse a készüléket a megfelelő működés és pontosság érdekében.

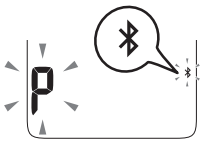
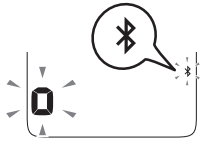
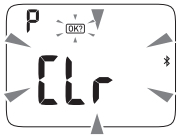
Szükség esetén

15. Hibaelhárítás

Az alábbiakban bemutatott problémák bármelyikének előfordulásakor először ellenőrizze, hogy nincs-e a készülék 30 cm-es környezetében egy másik elektromos eszköz. Ha a hiba továbbra is fennáll, tanulmányozza az alábbi táblázatot.

Hibajelzés	Ok	Korrekció
Err 1	Lelépett a készülékről a testösszetétel mérése közben.	Ne lépjen le a készülékről, amíg a testösszetétel mérése be nem fejeződött. (Lásd a 6. fejezetet.)
	Talpa nem érintkezik megfelelően az elektródákkal.	Ügyeljen arra, hogy a mérések végzésekor a készüléken mindig megfelelően, talpait az elektródákra helyezve álljon. (Lásd a 6. fejezetet.)
Err2	A méréshez felvett pozíció helytelen, a talpai nem érintkeznek megfelelően az elektródákkal vagy a talpai szárazak.	Térdeit és hátát kinyújtva tartsa a mérés közben. Lábait tartsa határozottan az elektródákon és ne mozogjon a mérés közben. (Lásd a 6. fejezetet.) Kissé nedvesítse meg a talpait egy nedves kendővel és próbálja meg újra.
Err5	A dátum és az idő beállítása után a készülékhez valaki hozzáért, vagy használták mielőtt a kijelző automatikusan KI állapotba került volna.	Vegye ki, majd helyezze vissza az elemet. Indítsa újra a készüléket „A készülék összepárosítása az okoseszközzel” lépéssel kezdve. (Lásd a 3. fejezetet.) • Ha a dátum és az idő látható a kijelzőn, akkor hagyja a készüléket érintetlenül addig, amíg automatikusan ki nem kapcsol.
	Készülékhiba.	Vegye ki, majd helyezze vissza az elemet. Ha ez a folyamat befejeződött, indítsa újra a készüléket. Ha ez a hiba továbbra is jelentkezik, vegye fel a kapcsolatot az OMRON szerviz-képviselőjével.
Err6	Kommunikációs hiba.	Kapcsolja ki a készüléket és próbálkozzon újra. Ha ez a hiba ismét jelentkezik, vegye fel a kapcsolatot az OMRON szerviz-képviselőjével.
Err	Mozgott a mérés közben.	Álljon mozdulatlanul a mérés közben.
	Testsúlya a méréstartományon kívül van.	
Err	Kommunikációs hiba.	Ellenőrizze az okoseszköz kijelzőjét és kövesse az „OMRON connect” alkalmazás utasításait. Lásd a „Súgó” lehetőséget az „OMRON connect” alkalmazásban.
	Az elemek töltöttsége alacsony.	Javasoljuk, hogy időben cserélje ki a régi elemeket. (Lásd a 2. fejezetet.)
	Az elemek lemerültek.	Cserélje ki az elemeket. (Lásd a 2. fejezetet.)

HU

Probléma	Ok	Korrekció
 villog	24-29 mérési eredmény tárolásra került.	Továbbítsa a mérési eredményeket az „OMRON connect” alkalmazásra, és a szimbólum el fog tűnni.
	30 mérési eredmény tárolásra került.	Ha a szám meghaladja a 30-at, a legrégebbi eredmények törlésre kerülnek. Továbbítsa a mérési eredményeket az „OMRON connect” alkalmazásra, és a szimbólum el fog tűnni.
	Megnyomta és legalább 2 másodpercig lenyomva tartotta a gombot.	Ez akkor jelenik meg, ha a készüléket összepárosítja egy okoseszközzel. Kövesse az „OMRON connect” alkalmazás utasításait. Nyomja meg az ON/OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) az összepárosítás leállításához.
	Megnyomta a gombot.	Ez akkor jelenik meg, ha az adatokat átvitte egy okoseszközre. Kövesse az „OMRON connect” alkalmazás utasításait. Nyomja meg az ON/OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) az átvitel leállításához.
	Megnyomta és lenyomva tartotta a gombot legalább 2 másodpercig miközben a „P” a Bluetooth szimbólum villogott.	Ez akkor kerül megjelenítésre, ha kitörli a kommunikációs beállításokat. (Lásd a 13. fejezetet.) Nyomja meg az ON/OFF gombot (2 másodpercig, vagy hosszabban) a művelet leállításához.
Akkor sem látszik semmi a kijelzőn, ha bekapcsolta a készüléket. Akkor sem látszik semmi a kijelzőn, ha rálépett a készülékre.	Nem helyezett elemet a készülékbe.	Helyezze be az elemeket.
	Az elemek rossz irányban lettek behelyezve.	Helyezze be az elemeket megfelelő módon.
	Lemerültek az elemek.	Cserélje ki mind a négy elemet új elemre.
Az elemek cseréje után sem látszik semmi a kijelzőn a készülékre való rálépéskor.	Az elemek cseréje után nem állította be a mértékegységet, a dátumot és az időt.	Végezze el a mértékegység, a dátum és az idő beállítását. (Lásd a 4. fejezetet.)
	A testsúlya túl kevés. (Kevesebb, mint 12 kg.)	Válassza ki a személyes azonosító számát a mérés elvégzése előtt.
„- - - - -” kerül megjelenítésre bizonyos eredmények esetén.	A regisztrált adatok vagy testösszetétel értékek kilógnak a mérhető tartományból.	Ellenőrizze, hogy a születési dátum, a nem, és a magasság beállításai megfelelőek-e. A „- - - - -” kerül akkor is megjelenítésre, ha ezek a beállítások helyesek, de kilógnak a megjeleníthető vagy támogatott életkor-tartományból.

Probléma	Ok	Korrekció
A mérési eredmény magasabb vagy alacsonyabb az aktuális eredménynél. A mérési eredmények értéke mérésről-mérésre változik.	Helytelen testtartást vett fel a méréshez.	A mérést a megfelelő testtartással végezze.
	A mérést szőnyegen, puha vagy egyenetlen padlófelületen végezte.	A mérést kemény és sima felületű padlón végezze.
	A talpai és a teste hideg, hátrányosan befolyásolva a vérkeringését.	A mérés előtt melegítse fel a testét a normál vérkeringés visszaállítása érdekében.
	A lábelektródák nagyon hidegek.	A mérés előtt hagyja a készüléket egy ideig meleg szobában.
	A talpai szárazak.	A mérés előtt kissé nedvesítse meg a talpait egy nedves kendővel.
	A „0 kg korrigálás” folyamatát nem hajtotta végre helyesen.	Hajtsa végre a „0 kg korrigálás” folyamatát. (Lásd a 6.3. fejezetet.)
A készülék nem ismerte fel Önt helyesen.	A testsúlya nagyban változott a legutolsó mérése óta.	Válassza ki a személyes azonosító számát a mérés elvégzése előtt. (Lásd a 9. fejezetet.)
	A testtípusa hasonló egy másik regisztrált személyéhez.	
	Egy másik felhasználó mérési eredményei lettek regisztrálva.	
Testösszetételt szeretne mérni, de csak a testsúly látható a kijelzőn.	Nem választotta ki a személyes azonosító számot vagy a GUEST üzemmódot. (A személyes azonosító szám vagy a GUEST nem látható kijelzőn.)	Válassza ki a személyes azonosító számát vagy a GUEST lehetőséget a mérés elvégzése előtt.
Egy gomb nem reagál.	Akkor nyomta meg a gombot, amikor a készüléken állt.	Lépjen le a készülékről és nyomja meg a gombot.
	A gomb nedves vagy szennyezett.	Törölje le a vizet vagy szennyeződést a mérés előtt.
	Kettő vagy több gombot nyomott le egyszerre.	Egyszerre mindig csak egy gombot nyomjon meg.
A készülék akkor is kikapcsol, ha nem csinál semmit.	Lásd „Az automatikus KIKAPCSOLÁS funkcióról” című részt. (Lásd a 2. fejezetet.)	
Adatok küldése sikertelen	Lásd a „Súgó” lehetőséget az „OMRON connect” alkalmazáson belül.	

Szükség esetén

16. Műszaki adatok

Termékkategória	**Testösszetétel -elemző mérőkészülékek**	
Termék leírása	**Testösszetételt elemző monitor**	
Modell (kód)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Kijelző*	**Testsúly:**	2,0 - 150,0 kg, 0,1 kg léptékkel (4,4 - 330,0 font, 0,2 font léptékkel) (0 stone 4,4 font - 23 stone 8,0 font, 0,2 font léptékkel)
	Testzsír százalék:	5,0 - 60,0%, 0,1% léptékkel
	Vázizom százalék:	5,0 - 50,0%, 0,1% léptékkel
	BMI:	7,0–90,0 között, 0,1 léptékkel
	Nyugalmi anyagcsere:	385-3999 kcal, 1 kcal léptékkel
	Viszcerális (zsigeri) zsírtartalom szint:	30 szint, 1 szintes léptékkel
	Testzsír százalék, vázizom százalék és BMI besorolás: – (Alacsony) / 0 (Normál) / + (Magas) / ++ (Nagyon magas) 4 szint	
	A viszcerális (zsigeri) zsírtartalom szint besorolása: 0 (Normál) / + (Magas) / ++ (Nagyon magas) 3 szint * A testzsírszázalék és a testzsírszázalék besorolás paraméterek életkor-tartománya 10 és 80 év közötti. * A vázizom százalék, a vázizom százalék besorolás, a viszcerális zsírszint és a viszcerális zsírszint besorolás, valamint a nyugalmi anyagcsere paraméterek életkor-tartománya 18 és 80 év közötti.	
Átviteli protokoll	**Bluetooth®** alacsony energiafelhasználású technológia	
Vezeték nélküli kommunikáció	**Frekvenciatartomány:** **Moduláció:** **Kisugárzott teljesítmény:**	2,4 GHz (2400-2483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Adatok beállítása*	Maximum 4 személy számára tárolhatja a következő információkat.	
	Mértékegység	kg&cm / font&hüvelyk / stones-font&hüvelyk
	Születési dátum	1900. január 1-től 2045. december 31-ig
	Nem	Férfi/Nő
	Magasság	100,0 - 199,5 cm, 0,5 cm léptékkel (3' 4" - 6' 6 1/2", 1/4" léptékkel)
	* Ha egy személy alacsonyabb 100,0 cm-nél vagy magasabb 199,5 cm-nél: A BMI és a testösszetétel mérési eredmények referenciaként használhatók.	
Súlymérési pontosság	2,0 kg - 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 font - 88,2 font: ± 0,88 font) (4,4 font - 6 stone 4,2 font: ± 0,88 font)	
	40,0 kg - 150,0 kg: ± 1% (88,2 font - 330,0 font: ± 1%) (6 stone 4,2 font - 23 stone 8,0 font: ± 1%)	
Pontosság (S.E.E.)	**Testzsír százalék:**	3,5%
	Vázizom százalék:	3,5%
	Viszcerális (zsigeri) zsírtartalom szint:	3 szint
Szavatosság	5 év	

IP besorolás	IP21* * Az IP védettség besorolási szintje az IEC 60529 szabványban megadott módon értendő. Az eszköz védve van a 12,5 mm átmérőjű, vagy annál nagyobb idegen tárgyak (például egy ujj) ellen. Az eszköz védve van a függőlegesen érkező vízcseppek ellen, melyek normál működés közben problémákat okozhatnának.
Áramellátás	4 darab AAA alkáli elem (LR03)
Elem élettartama	Körülbelül 6 hónap (Ha AAA alkáli elemeket használ, naponta négy mérés és négy adatátvitel számára, négy személy esetén, 23 °C hőmérsékletű szobában.)
Működési hőmérséklet/ páratartalom/légnyomás	+5 °C - +40 °C, 30% - 85% közötti relatív páratartalom (nincs páralecsapódás), 860 hPa - 1060 hPa
Tárolási és szállítási hőmérséklet/ páratartalom/légnyomás	-20 °C - +60 °C, 10% - 95% közötti relatív páratartalom (nincs páralecsapódás), 860 hPa - 1060 hPa
Súly	Körülbelül 1,6 kg (az elemekkel együtt)
Külső méretek	Körülbelül: 285 (szélesség) × 28 (magasság) × 280 (mélység) mm (Körülbelül: 11 1/5" (szélesség) × 1 1/10" (magasság) × 11" (mélység))
Tartalom	Testösszetétel-elemző mérőkészülék, 4 darab AAA alkáli elem (LR03), telepítési útmutató, használati útmutató

Megjegyzés

- A műszaki változtatások jogát előzetes értesítés nélkül fenntartjuk.
- Kérjük, tájékoztassa a gyártót és a székhelye szerinti tagállam illetékes hatóságát minden, a készülékkel kapcsolatban bekövetkezett súlyos eseményről vagy problémáról.

CE 0197

A termék az engedélyhez nem kötött 2,4 GHz-es ISM sávban működik. Ha a terméket olyan vezeték nélküli eszközök közelében használja, melyek a termékkel megegyező rádiós frekvenciát használnak (például mikrohullámú sütők és vezeték nélküli LAN berendezések), akkor ezen eszközök és a termék között interferencia léphet fel. Ha ilyen interferencia lép fel, szüntesse be a többi készülék használatát, vagy tegye máshová a terméket a használat előtt, vagy ne használjon más vezeték nélküli berendezést a termék közelében.

HU

A **Bluetooth®** szó és logók a Bluetooth SIG, Inc. bejegyzett védjegyei, és az OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. licenc alatt használja.

Az OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. kijelenti, hogy a VIVA (HBF-222T-EBK) típusú rádióberendezés kielégíti a 2014/53/EU irányelv követelményeit és vonatkozó rendelkezéseit.
Az EU megfelelőségi nyilatkozat teljes szövege az alábbi weboldalon érhető el:
www.omron-healthcare.com.

Az Apple és az Apple logó az Apple Inc. bejegyzett védjegyei az Egyesült Államokban és egyéb országokban.
Az App Store az Apple Inc. szolgáltatási védjegye.
Az Android, és a Google Play logó a Google Inc. védjegyei.

Fontos információk az elektromágneses kompatibilitásról (EMC)

Ez az OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. által gyártott HBF-222T-EBK készülék megfelel az elektromágneses kompatibilitásról (EMC) szóló EN60601-1-2:2015 szabványnak. Ezzel az EMC szabvánnyal kapcsolatos további dokumentációk az OMRON HEALTHCARE EUROPE használati útmutatóban található címén vagy a www.omron-healthcare.com webhelyen érhetők el. A HBF-222T-EBK készülékre vonatkozó EMC információkat ezen a weboldalon találja.

Garancia

Az OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. 3 év garanciát vállal erre a termékre a vásárlás napjától. A garancia nem vonatkozik az elemre, a csomagolásra és/vagy a készülék helytelen használatából adódó károkra (pl. leejtés, vagy helytelen fizikai használat). A problémás terméket csak akkor tudjuk kicserélni, ha az eredeti számlával / nyugtával hozza vissza.

A készülék megfelelő elhelyezése

(Elektromos és elektronikai eszközök hulladékkezelése)



A készüléken és a dokumentációban található ábra azt jelzi, hogy a berendezés az élettartama végén nem háztartási hulladékként kezelendő. A szabályozatlan hulladékkezelés elleni környezet és az egészség védelme érdekében a berendezést élettartama végén az egyéb hulladéktípusoktól elkülönítve kell kezelni, és gondoskodni kell alkotóelemeinek megfelelő újrahasznosításáról.

A berendezés használaton kívüli részeinek újrahasznosításával kapcsolatban a háztartáson belüli felhasználók a viszonteladóval (ahol a berendezést vásárolták), vagy a helyi önkormányzati hivatallal vegyék fel a kapcsolatot.

Üzleti felhasználók forduljanak viszonteladójukhoz, és a termék vásárlásakor kötött szerződés feltételeinek megfelelően járjanak el. A termék nem kezelhető együtt egyéb kereskedelmi hulladékokkal.

A termék nem tartalmaz egészségre ártalmas összetevőket.
Használt elemek elhelyezését a használt elemek elhelyezésére vonatkozó nemzeti szabályozásnak megfelelően kell elvégezni.

A szimbólumok leírása a modelltől függően a terméken, a termék csomagolásán vagy a használati útmutatóban található.

	Érintkező rész - BF típus Az áramütés elleni védelem szintje (áramszivárgás)		Sorozatszám
IP XX	IP védettség az IEC 60529 szabvány alapján		Hőmérséklet korlátozás
	CE jelölés		Páratartalom korlátozás
	GOST-R szimbólum		Légköri nyomás korlátozás
	Eurázsiai megfelelőség szimbóluma		Egyenáram
	A felhasználónak javasolt elolvasnia a használati útmutató vonatkozó fejezeteit		A terméket nem használhatják orvosi implantátummal, pl. szívritmusszabályzóval, mesterséges szívvel, tüdővel vagy egyéb elektronikus életfenntartó eszközzel rendelkező személyek.
MD	Orvostechnikai eszköz		A gyártás időpontja

17. A testösszetétellel kapcsolatos információk

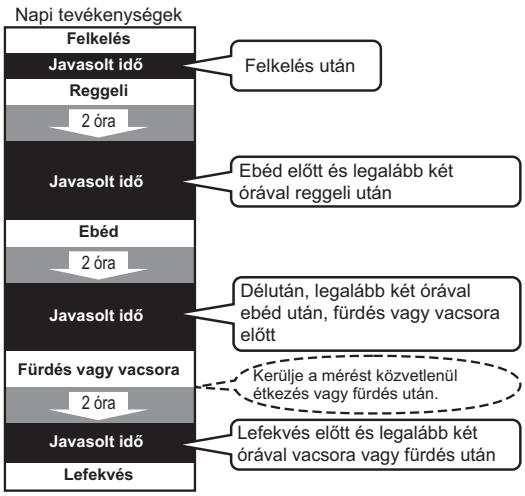
A testösszetétel meghatározásának elve

A testzsír elektromos vezetőképessége alacsony

A VIVA készülék bioelektromos impedancia (BI) módszerrel méri a testzsírszázalékot. Az izmok, vérerek és csontok magas víztartalmú testszövetek, amelyek jól vezetik az elektromos áramot. A testzsír viszont rosszul vezeti az áramot. A VIVA rendkívül gyenge, 50 kHz frekvenciájú és 500 μA-nél gyengébb elektromos áramot bocsát át a testen, a zsírszövet mennyiségének megállapítása érdekében. Ez a gyenge elektromos áram nem érzékelhető a VIVA működése során.
A testösszetétel meghatározásakor a készülék elektromos impedanciát használ, a magasság, testtömeg, életkor és nem figyelembe vételével, az eredményeket az OMRON testösszetétel adatai alapján alkotja.

Ajánlott mérési alkalmak

A testzsírszázalék normális változásainak megértése könnyebbé teszi az elhízás megelőzését vagy csökkentését.
Ha odafigyel azokra az időpontokra, amikor a testzsírszázalék változik a saját napi ritmusa szerint, akkor pontosabban meg tudja állapítani testzsír értékének változását. Javasoljuk, hogy mindig azonos környezetben és azonos mindennapi körülmények között használja a készüléket. (Lásd a táblázatot)



Ne végezzen méréseket a következő körülmények fennállása esetén:

- Közvetlenül megerőltető testmozgás, fürdés vagy szaunázás után.
- Alkohol vagy nagy mennyiségű víz elfogyasztása vagy étkezés után (kb. 2 órán belül).

Ha ezekben a fizikai állapotokban végzi a mérést, a kiszámolt testzsírszázalék jelentősen eltérhet a tényleges értéktől, mivel a test víztartalma ilyenkor megváltozik.

Mi is az a BMI (testtömeg index)?

A BMI (testtömeg index) az alábbi egyszerű képlet alkalmazásával fejezi ki a személy testtömege és magassága közötti arányt.

BMI = testtömeg (kg) / magasság (m) / magasság (m).

Az OMRON VIVA a személyes azonosító számhoz elmentett magasságot, vagy a Vendég üzemmódban bevitt információt használja a BMI meghatározásához.
Ha a BMI által megállapított zsírszint magasabb, mint a nemzetközileg meghatározott mérték, nagyobb eséllyel fejlődhetnek ki a gyakori betegségek. Azonban nem minden zsírtípus mutatható ki a BMI-vel.

Testzsírszázalék

A testzsírszázalék a testzsírtömeg teljes testtömeghez viszonyított mennyiségére utal, százalékban kifejezve.

Testzsírszázalék (%) = {testzsírtömeg (kg) / testtömeg (kg)} × 100

A VIVA készülék a BI (bioelektromos impedancia) módszert alkalmazza a testzsírszázalék meghatározásához.
A testben való eloszlástól függően beszélhetünk belső, zsigeri (viszcerális) zsírról és bőr alatt található zsírról.

Mi jelent a viszcerális zsírszint?

Zsigeri (viszcerális) zsír = a belső szerveket körbevevő zsír

A túl sok viszcerális zsír lehet az oka a véráram megnövekedett zsírszintjének, amely olyan gyakori betegségek kialakulásához vezethet, mint a hiperlipoproteinémia és a cukorbetegség, amely gyengíti az inzulin azon képességét, hogy a véráramból energiát vigyen át a sejtekbe az azokban történő felhasználásra. A gyakori betegségek kialakulásának megelőzéséhez, vagy gyógyításukhoz fontos lecsökkenteni a viszcerális zsírszintet egy elfogadható értékre. A magas viszcerális zsírszintű embereknek általában nagy hasuk van. Azonban ez nem minden esetben igaz, és a magas viszcerális zsírszint metabolikus elhízás szindrómához vezethet. A metabolikus elhízás szindróma (viszcerális elhízás normál testtömeg mellett) az átlagostól magasabb zsírszintet jelent, még akkor is, ha az illető testtömege a magasságának megfelelő vagy attól alacsonyabb.

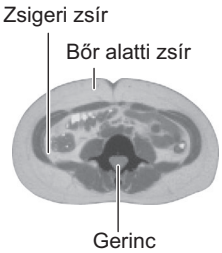


Zsigeri zsírminta
(MRI felvétel)

Mi a bőr alatti zsír?

Bőr alatti zsír = a bőr alatt található zsír

A bőr alatti zsír nemcsak a has körül halmozódhat fel, hanem a felkaron, a csípőn és a combok körül is, és a test arányainak torzulását okozhatja. Habár közvetlenül nem növeli a betegség kockázatát, növelheti a szíven a nyomást és egyéb szövődményeket okozhat. A bőr alatti zsírt nem jelzi ki a készülék, de beleszámít a testzsírszázalékba.



Bőr alatti zsírminta
(MRI felvétel)

Mi a vázizom?

Az izmokat két csoportba oszthatjuk, a belső szervekben levő és a test mozgatásáért felelős, a csontokhoz tapadó izmokra. A vázizmok tömegét testmozgás és egyéb tevékenységek révén növelhetjük. A vázizmok arányának növelésével a szervezet könnyebben égeti el az energiát, amely így kevésbé valószínűen alakulhat zsírrá és így könnyebb energikus életet élni.

Mi a nyugalmi anyagcsere?

Függetlenül a test aktivitási szintjétől, adott mennyiségű kalória bevitelére mindig szüksége van testünknek az alapvető életfunkciók fenntartásához. A nyugalmi anyagcsere azt jelzi, hogy hány kalória bevitt energiára van szüksége egy embernek ahhoz, hogy az elegendő legyen testfunkcióinak működéséhez.

A testösszetétellel kapcsolatos információk

18. A mérési eredmények értelmezésére szolgáló diagramok

A testzsírszázalék eredményének értelmezése

	Életkor	- (Alacsony)	0 (Normális)	+ (Magas)	++ (Nagyon magas)
Nő	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Férfi	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy et al, az International Journal of Obesity magazinban, Vo. 30, 2006, és Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, és az OMRON HEALTHCARE által négy szintre osztályozva.

A viszcerális zsírszint eredményének értelmezése

Viszcerális zsírszint	A szint besorolása
1 - 9	0 (Normális)
10 - 14	+ (Magas)
15 - 30	++ (Nagyon magas)

Az OMRON HEALTHCARE adatai alapján.

A vázizomszázalék eredményének értelmezése

	Életkor	- (Alacsony)	0 (Normális)	+ (Magas)	++ (Nagyon magas)
Nő	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Férfi	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

Az OMRON HEALTHCARE adatai alapján.

A BMI (testtömeg-index) eredményének értelmezése

BMI (testtömeg index)	BMI (A WHO meghatározása alapján)
< 18,5	- (Sovány)
18,5 - 24,9	0 (Normális)
25 - 29,9	+ (Túlsúlyos)
≧ 30	++ (Elhízott)

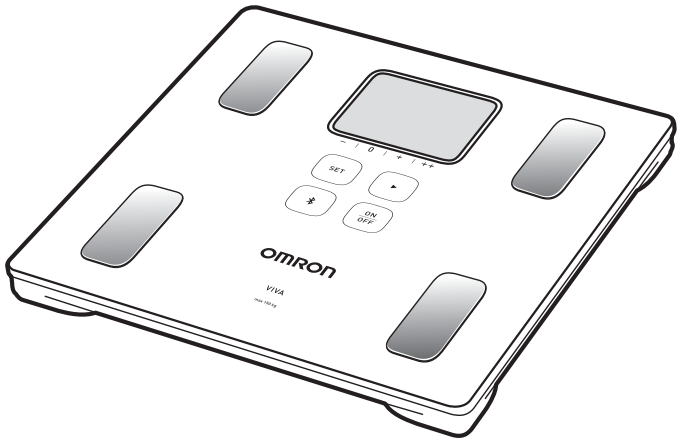
HU

Gyártó 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPÁN
EU-képviselet **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLLANDIA www.omron-healthcare.com
EU importőr	
Termékképviselet	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Kína
Leányvállalatok	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Egyesült királysági importőr és UK felelős személy Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Kiadás dátuma: 2021-08-27

Származási ország: Kína

OMRON



Misuratore della composizione corporea

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d'emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

Grazie per aver acquistato il misuratore della composizione corporea OMRON. Leggere attentamente il presente manuale di istruzioni prima di usare l'unità, in modo da comprendere come adoperarla nel modo corretto e in tutta sicurezza. Conservare con cura il manuale di istruzioni per farvi riferimento in futuro.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

VIVA
Misuratore della composizione corporea

Destinazione d'uso

Grazie per aver acquistato questo misuratore della composizione corporea prodotto da OMRON. Questa unità è destinata alla misurazione e alla visualizzazione dei parametri di composizione corporea indicati di seguito.

- Peso corporeo
- Grasso viscerale (fino a 30 livelli)
- Metabolismo a riposo (in kcal)
- Grasso corporeo (in %)
- Muscoli scheletrici (in %)
- BMI (Body Mass Index - Indice di massa corporea)

L'unità è destinata all'uso da parte di persone adulte in grado di comprendere il presente manuale di istruzioni. Non è destinata all'uso professionale all'interno di ospedali o altre strutture mediche ma esclusivamente all'uso domestico.

Leggere attentamente il presente manuale di istruzioni prima dell'uso e per reperire ulteriori informazioni sulle singole funzioni.

Indice

Prima di usare l'unità 122

Note sulla sicurezza 122
1. Componenti dell'unità 124
2. Inserimento e sostituzione delle batterie 125
3. Associazione dell'unità con il dispositivo smart 126
4. Impostare unità di misura, data e ora 127
5. Registrazione dei dati personali 128

Istruzioni operative 129

6. Come eseguire una misurazione precisa 129
   6.1 Posizioni corrette durante la misurazione 129
   6.2 Informazioni sulla "correzione a 0 kg" (precauzione per la conservazione) 130
   6.3 Come eseguire la "correzione a 0 kg" 130
7. Eseguire una misurazione 130

Uso della funzione di memoria 132

8. Visualizzazione dei risultati di misurazione sul dispositivo smart 132

Quando necessario 133

9. Selezionare il proprio numero personale ed eseguire una misurazione 133
10. Modalità Ospite (modalità senza registrazione) 134
11. Misurazione del solo peso 135
12. Modificare o eliminare i propri dati personali 136
13. Eliminare le impostazioni di comunicazione 137
14. Manutenzione e conservazione 137
15. Risoluzione dei problemi 138
16. Dati tecnici 141

Informazioni sulla composizione corporea 144

17. Informazioni sulla composizione corporea 144
18. Schemi per l'interpretazione dei risultati 146

Note sulla sicurezza

Di seguito sono indicati i simboli utilizzati e le relative definizioni:

⚠**Pericolo:**	L'utilizzo improprio può essere pericoloso ed esporre al rischio di lesioni gravi o morte.
⚠**Avvertenza:**	L'utilizzo improprio può esporre al rischio di lesioni gravi o morte.
⚠**Attenzione:**	L'utilizzo improprio può causare lesioni personali o danni materiali.

⚠Pericolo:

• Non usare mai l'unità in combinazione con dispositivi elettromedicali quali:
(1) Dispositivi elettromedicali impiantabili, ad es. pace-maker.
(2) Sistemi di supporto vitale elettronici, ad es. cuore/polmone artificiale.
(3) Dispositivi elettromedicali portatili, ad es. elettrocardiografo.
L'unità può causare malfunzionamenti di tali dispositivi, esponendo a rischi considerevoli le persone che li utilizzano.



⚠Avvertenza:

- Tenere l'unità al di fuori della portata dei bambini. Contiene parti di piccole dimensioni che possono causare rischi di soffocamento se ingoiate da un bambino.
- Non usare l'unità su superfici scivolose, ad esempio sul pavimento bagnato.
- Non salire o scendere dall'unità saltando, né saltare sulla stessa.
- Non usare l'unità con il corpo o i piedi bagnati, ad esempio dopo aver fatto il bagno.
- Salire sull'unità a piedi nudi. Se si sale sull'unità con indosso i calzini, si rischia di scivolare e riportare lesioni.
- Non salire sull'unità in corrispondenza dei bordi o dell'area del display.
- Le persone disabili o fisicamente deboli devono usare sempre l'unità con l'assistenza di un'altra persona.
- Se il fluido delle batterie dovesse entrare in contatto con gli occhi, sciacquare immediatamente con abbondante acqua fresca. Consultare immediatamente un medico.
- Non utilizzare questo prodotto in ospedali, in aereo o in altri ambienti soggetti a limitazioni per quanto concerne l'uso di onde radio.
- Questo prodotto emette radiofrequenze (RF) nella banda dei 2,4 GHz. Non utilizzare il prodotto in luoghi soggetti a limitazioni per quanto concerne le radiofrequenze, ad esempio su un aereo o negli ospedali.

⚠Attenzione:

- Non smontare, riparare o modificare l'unità.
- Non iniziare un programma di perdita di peso o di allenamento senza prima consultare un medico o uno specialista. L'autodiagnosi può essere dannosa per la salute.
- Durante la misurazione, verificare che non siano presenti, entro 30 cm di distanza dal presente dispositivo, telefoni cellulari o altri dispositivi elettrici che emettono campi elettromagnetici. Ciò potrebbe determinare il funzionamento errato del dispositivo e/o dare luogo a risultati imprecisi.
- Usare batterie del tipo specificato per questa unità. Non inserire le batterie con la polarità invertita.
- Sostituire immediatamente le batterie esaurite con batterie nuove.
- Non gettare le batterie nel fuoco.

- Se il fluido delle batterie dovesse entrare in contatto con la pelle o con gli abiti, sciacquare immediatamente con abbondante acqua fresca.
- Rimuovere le batterie dall'unità se non si intende utilizzarla per un lungo periodo di tempo (all'incirca tre mesi o più).
- Non usare contemporaneamente batterie di tipo differente.
- Non usare contemporaneamente batterie nuove e usate.
- Lavare sempre i piedi prima di usare l'unità. Se si è affetti da infezioni ai piedi o altri disturbi cutanei, si rischia di provocare infezioni ad altre persone.
- Quando l'unità viene utilizzata da più persone, pulirla con un panno inumidito con detergente neutro dopo l'uso, quindi sciacquarla e asciugarla.
- Non usare l'unità per scopi diversi da quanto indicato nel presente manuale.
- L'unità è uno strumento di precisione, pertanto è opportuno non lasciarla cadere, né sottoporla a vibrazioni o a urti violenti.

Trasmissione dei dati

- Non sostituire la batteria mentre il risultato della misurazione viene trasferito al dispositivo smart. Ciò può causare il funzionamento errato del misuratore e il mancato trasferimento del risultato della misurazione.
- Non collocare nelle vicinanze del misuratore schede a circuiti integrati, magneti, oggetti in metallo o altri dispositivi che emettono campi elettromagnetici mentre il risultato della misurazione viene trasferito al dispositivo smart. Ciò può causare il funzionamento errato dell'unità e il mancato trasferimento del risultato della misurazione.

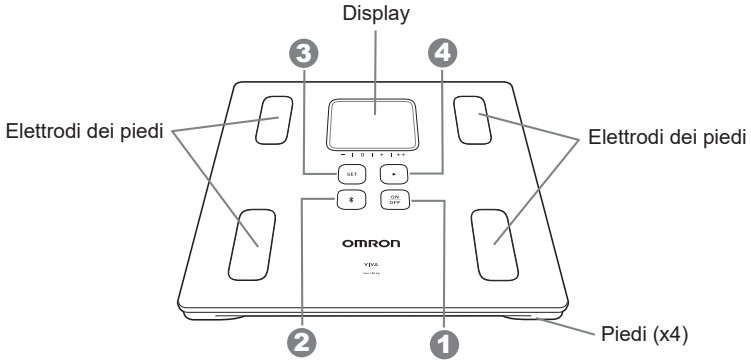
Misurazione errata

Si possono verificare errori di misurazione per gli utilizzatori indicati di seguito:
Persone anziane (di età superiore a 81 anni) / Persone con febbre / Body builder o atleti professionisti / Pazienti sottoposti a dialisi / Pazienti con osteoporosi che presentano una densità ossea molto bassa / Donne in stato di gravidanza / Persone che presentano gonfiori.

- Questo accade perché alcuni elementi che compongono il corpo, ad esempio l'acqua, possono variare molto rispetto al valore medio.

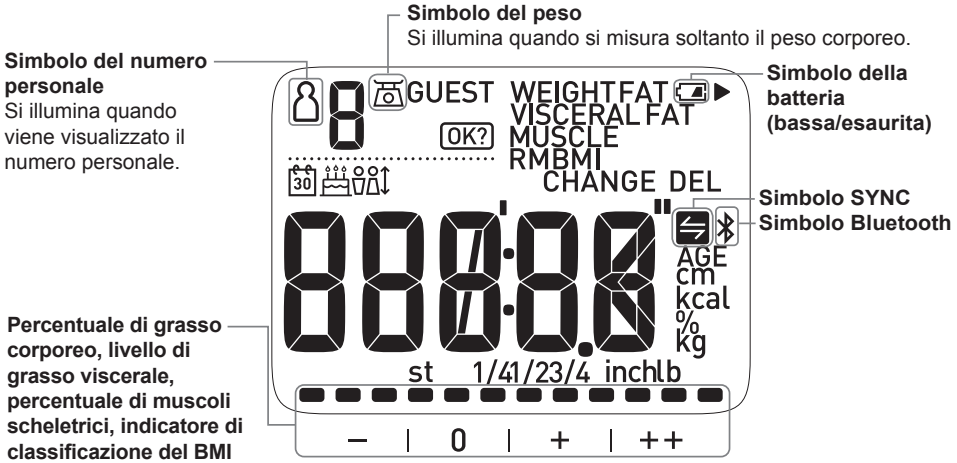
1. Componenti dell'unità

Unità principale



1	ON/OFF	**Pulsante ON/OFF** • Premere il pulsante per accendere l'unità. • Premere il pulsante (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.
2	Bluetooth	**Pulsante Bluetooth** • Premere il pulsante per trasferire manualmente i dati. • Premere il pulsante (per 2 secondi o più) per associare l'unità al dispositivo smart. ※ Questo pulsante può essere utilizzato anche se l'alimentazione è spenta.
3	SET	**Pulsante SET (Imposta)** • Premere il pulsante per impostare o confermare i dati.
4	▶	**Pulsante di avanzamento** • Premere e mantenere premuto il pulsante per avanzare rapidamente durante l'impostazione di data, ora e altezza.

Display



2. Inserimento e sostituzione delle batterie

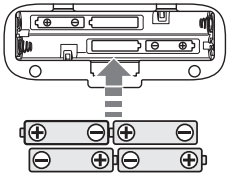
1. Aprire il coperchio del vano batterie sul lato posteriore dell'unità.

È possibile usare un oggetto rigido come ad esempio una penna.





2. Inserire le batterie secondo la polarità corretta, indicata all'interno del vano batterie.

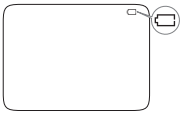


3. Chiudere il coperchio del vano batterie.

Durata e sostituzione delle batterie

- **Circa 6 mesi (quando si utilizzano batterie alcaline AAA per quattro misurazioni, quattro trasferimenti di dati e quattro persone al giorno a una temperatura ambiente di 23 °C)**
  - Le batterie in dotazione sono fornite solo per provare l'unità e potrebbero avere una durata inferiore.
- **Quando sul display viene visualizzato l'indicatore di batteria esaurita ( ), sostituire tutte e quattro le batterie con batterie nuove.**
  - Sostituire contemporaneamente tutte e quattro le batterie con batterie nuove (dello stesso tipo).
  - Quando il simbolo di batteria in esaurimento lampeggia, è consigliabile sostituire per tempo le batterie.

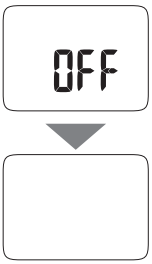
Simbolo di batteria esaurita



- **Sostituire le batterie dopo aver spento l'alimentazione.**
  - I dati personali memorizzati nell'unità vengono mantenuti anche se si rimuovono le batterie.
  - Lo smaltimento delle batterie deve avvenire in conformità alla normativa vigente in materia nel proprio Paese.
- **Dopo la sostituzione delle batterie, è necessario ripristinare l'unità di misura, la data e l'ora. (Fare riferimento alla sezione 4.)**
  - Se è stata già eseguita l'associazione con la app "OMRON connect", premere il pulsante per comunicare con la app; la data e l'ora verranno impostate automaticamente.

Informazioni sulla funzione di spegnimento

- **Premere il pulsante (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.**



- **L'alimentazione si spegne automaticamente in presenza delle condizioni elencate di seguito.**
  - 10 secondi dopo la visualizzazione di "Err".
  - L'unità non viene utilizzata per 1 minuto quando è visualizzato il messaggio "0.0 kg".
  - L'unità non viene utilizzata per 3 minuti.

3. Associazione dell'unità con il dispositivo smart

1. **Attivare la funzione Bluetooth del dispositivo smart.**

2. **Scaricare e installare la app "OMRON connect" sul dispositivo smart.**

È possibile scegliere uno dei 2 metodi indicati di seguito.

■ **Scansionare il codice QR per accedere all'indirizzo che segue.**

omronconnect.com/setup

Codice QR

■ **Cercare la app "OMRON connect" nell'"App Store" o su "Google Play".**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Aprire la app sul dispositivo smart e seguire le istruzioni di configurazione e associazione.**

Se si dispone già della app "OMRON connect", accedere a:

Menu>Dispositivo>Aggiungi dispositivo

IT

NOTE

- Con un dispositivo smart è possibile gestire i dati di un solo utilizzatore.
- Se si usa una app diversa da "OMRON connect", il trasferimento dei dati potrebbe non essere eseguito correttamente.
- Per maggiori dettagli, leggere il metodo di utilizzo e le istruzioni per l'uso all'interno della app.

4. Impostare unità di misura, data e ora

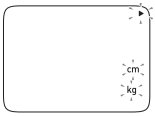
È necessario impostare l'unità di misura, la data e l'ora prima di eseguire una misurazione per la prima volta o dopo la sostituzione delle batterie.

- La data e l'ora possono essere impostate anche dalla app "OMRON connect".

1. Premere il pulsante (ON/OFF) per accendere l'unità.

Sul display lampeggia l'indicazione "kg&cm".

2. Impostare l'unità di misura.



Premere il pulsante (▶) per regolare l'opzione, quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

- L'unità di misura predefinita è "kg & cm".
- È possibile impostare come unità di misura "lb & inch" o "st-lb & inch".

3. Impostare sull'unità la data e l'ora corrette.



Premere il pulsante (▶) per regolare l'opzione, quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

- Gamma di impostazione dell'anno: da 2017 a 2045.
- L'orario è nel formato di 24 ore.
- Quando si imposta l'anno, la data, l'ora e i minuti, tenere premuto il pulsante (▶) per avanzare rapidamente con incrementi di 10 unità.

Vengono visualizzate in sequenza le impostazioni relative ad anno, mese, giorno, ora e minuti, quindi l'unità si spegne automaticamente.

NOTE

- Se si dovessero commettere errori durante l'impostazione, premere il pulsante (ON/OFF) per spegnere l'unità e ricominciare dal "Punto 1".
- L'unità si spegne automaticamente se non viene utilizzata per 3 minuti. Impostare nuovamente unità di misura, data e ora.
- Per modificare l'unità di misura, la data e l'ora, rimuovere le batterie e attendere almeno 20 secondi. Quindi inserire le batterie e reimpostare.

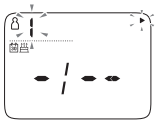
5. Registrazione dei dati personali

Per la misurazione della composizione corporea è necessario registrare i propri dati personali (data di nascita, sesso, altezza). È possibile memorizzare i dati per un massimo di 4 persone.

• La registrazione dei dati personali può essere eseguita anche tramite la app "OMRON connect".

1. Premere il pulsante (ON/OFF) per accendere l'unità.

L'unità si accende. Il numero personale "1" lampeggia. Viene visualizzata la data di nascita (- / - -).



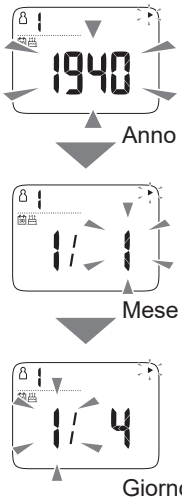
2. Selezionare e confermare il proprio numero personale.

Premere il pulsante (▶) per selezionare il proprio numero personale, quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

3. Impostare la data di nascita.

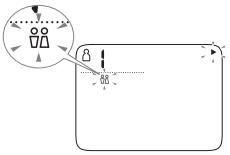
Premere il pulsante (▶) per impostare la data di nascita, quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

- Gamma di impostazione dell'anno: da 1900 a 2045.
- Quando si imposta l'anno e la data, tenere premuto il pulsante (▶) per avanzare rapidamente con incrementi di 10 unità.



4. Impostare il sesso

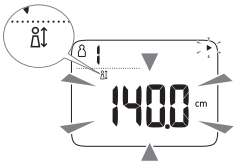
Premere il pulsante (▶) per impostare il sesso ♂ (MASCHIO) o ♀ (FEMMINA), quindi premere il pulsante (SET) per confermare.



5. Impostare l'altezza.

Premere il pulsante (▶) per regolare l'altezza, quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

- Premere continuativamente per avanzare rapidamente con incrementi di 10 cm (o 1 pollice).
- Dopo la visualizzazione di tutte le impostazioni per la conferma da parte dell'utente, sul display viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".



IT

6. Salire sull'unità per effettuare una misurazione quando viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

I dati relativi a peso corporeo e composizione corporea vengono registrati nell'unità per supportare la funzione di riconoscimento automatico.

Dopo pochi istanti, i risultati della misurazione vengono indicati come segue.



7. Scendere dall'unità dopo che verranno visualizzati i risultati della misurazione.

La registrazione dei dati personali è completa.

8. Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.

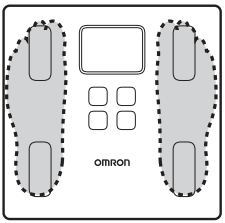
Per aggiungere nuovi Dati personali, iniziare dal "Punto 1".

Istruzioni operative

6. Come eseguire una misurazione precisa

6.1 Posizioni corrette durante la misurazione

Salire sull'unità a piedi nudi.
Posizionare gli archi plantari al centro dell'unità.



Nota

- Se si sale sull'unità con indosso calzini o calzature, si darà luogo a risultati imprecisi.



Non piegare le ginocchia durante la misurazione.

Eseguire la misurazione su un pavimento rigido e piano.

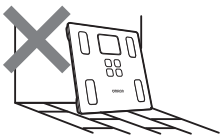
Nota

- Un pavimento con una superficie soffice come ad esempio un tappeto o un tappetino, può dare luogo a risultati imprecisi.

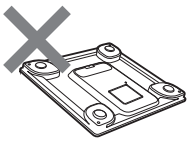
6.2 Informazioni sulla “correzione a 0 kg” (precauzione per la conservazione)

Quando non è in uso, l’unità esegue automaticamente, con cadenza regolare, una correzione della precisione.

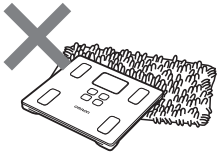
- Se l’unità viene posizionata come illustrato di seguito, la funzione di correzione della precisione non funziona; eseguire pertanto la “correzione a 0 kg” prima di effettuare una misurazione.



L’unità è poggiata contro la parete o altri oggetti



L’unità è capovolta

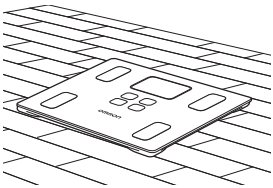


L’unità è posizionata al di sopra di un oggetto



Sull’unità è stato collocato un oggetto

6.3 Come eseguire la “correzione a 0 kg”



1. **Posizionare l’unità su un pavimento rigido e piano.**
2. **Premere il pulsante (ON/OFF) per accendere l’unità.**
3. **Selezionare il proprio numero personale oppure “0”.**
   Selezionare il proprio numero personale oppure “0” con il pulsante (▶), quindi premere il pulsante (SET) per confermare.
4. **Quando viene visualizzata l’indicazione “0.0 kg”, premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per spegnere l’unità.**

A questo punto, la “correzione a 0 kg” è completa. Attendere 5 secondi, quindi eseguire la misurazione.

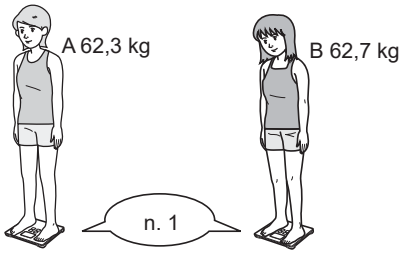
Istruzioni operative

7. Eseguire una misurazione

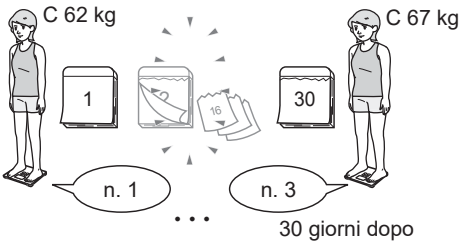
Quando una persona sale sull’unità, questa si accende per riconoscere automaticamente il numero personale e avviare la misurazione.

Nei casi indicati di seguito potrebbe essere visualizzato un numero personale errato.

- La misurazione viene eseguita per utilizzatori che presentano un tipo e un peso corporeo simili.



- Il peso corporeo è cambiato dall’ultima misurazione.

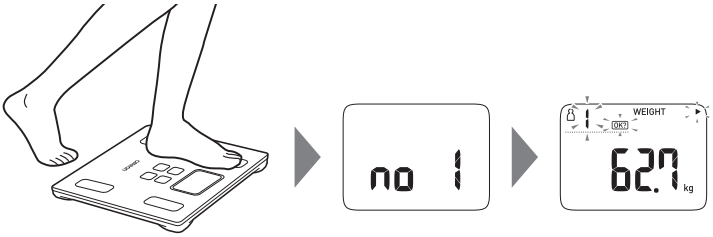


Se le imprecisioni nel riconoscimento persistono, selezionare il proprio numero personale per eseguire una misurazione. (Fare riferimento alla sezione 9.)

IT

1. Eseguire una misurazione quando l'alimentazione dell'unità è spenta.

Quando si sale sull'unità, questa si accende automaticamente.



2. Quando vengono visualizzati il numero personale e il risultato della misurazione, la misurazione è completa.

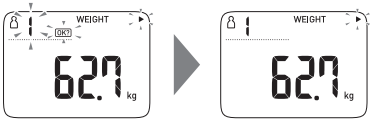
Scendere dall'unità.

3. Confermare il proprio numero personale.

■ Se il numero personale è corretto…

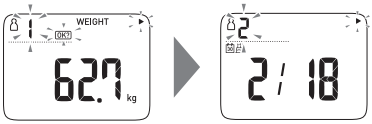
Premere il pulsante SET per confermare il proprio numero personale. OK? scompare.

Anche se si spegne l'unità mentre l'indicazione OK? lampeggia, i risultati vengono registrati nell'unità come valore di misurazione collegato al numero personale visualizzato.



■ Se il numero personale è errato…

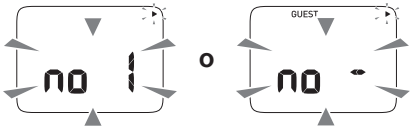
Prima che l'unità si spenga, selezionare il proprio numero personale con il pulsante ▶, quindi premere il pulsante SET per confermare.



■ Se si è confermato il numero personale in modo errato…

Prima che l'unità si spenga, premere il pulsante SET in modo da poter selezionare nuovamente il proprio numero personale.

Se sul display lampeggia un'indicazione da "no 1" a "no 4" o viene visualizzata l'indicazione GUEST, i dati personali non sono stati registrati nell'unità.
Registrare i propri dati personali.
È anche possibile utilizzare la modalità Ospite (Guest).

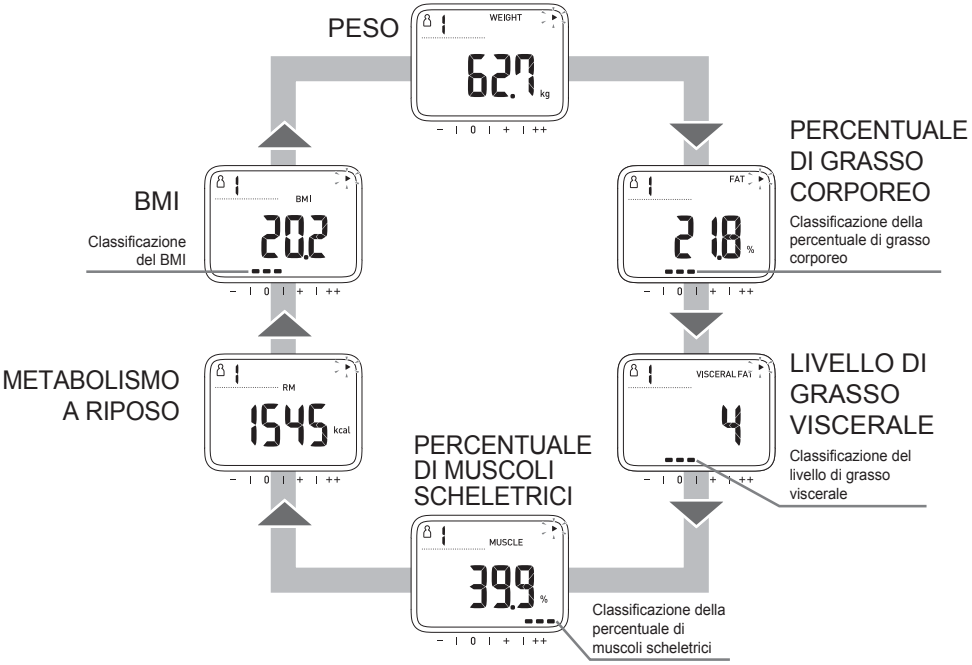


4. Verifica dei risultati della misurazione.

La visualizzazione dei risultati ruota automaticamente come indicato di seguito.
Una volta confermato il proprio numero personale, è possibile utilizzare il pulsante ▶ per passare al risultato di misurazione che si desidera visualizzare.

Nota

- Utilizzare la percentuale di grasso corporeo, il livello di grasso viscerale, la percentuale di muscoli scheletrici e l'indicatore della classificazione del BMI come guida alla misurazione.
- Per comprendere al meglio i propri risultati di misurazione, fare riferimento alle informazioni e agli schemi riportati nelle sezioni 17 e 18.



5. Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.

L'unità si spegne automaticamente se non viene utilizzata per 3 minuti.

IT

Uso della funzione di memoria

8. Visualizzazione dei risultati di misurazione sul dispositivo smart

Per visualizzare i risultati della misurazione, attenersi alle istruzioni fornite dalla app "OMRON connect".
In seguito, è possibile controllare le variazioni del proprio peso e dei propri parametri di composizione corporea sul dispositivo smart.

Nota

- Sul dispositivo smart deve essere installata la app "OMRON connect". (Fare riferimento alla sezione 3.)

Quando necessario

9. Selezionare il proprio numero personale ed eseguire una misurazione

Se il proprio numero personale non viene riconosciuto di frequente, è possibile selezionare tale numero ed eseguire la misurazione come indicato di seguito.

1. Premere il pulsante (ON/OFF) per accendere l'unità.

L'unità si accende. Il numero personale "1" lampeggia.

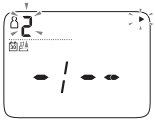


2. Selezionare il proprio numero personale.

Selezionare il proprio numero personale con il pulsante (▶).

Se viene visualizzata la data di nascita (- / - -) ,
i dati personali non sono stati registrati in associazione con il numero personale.

Registrare i propri dati personali. (Fare riferimento alla sezione 5.)

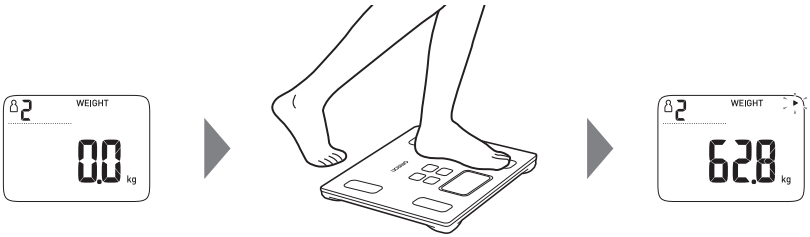


3. Premere il pulsante (SET) per confermare il proprio numero personale.

Viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

4. Eseguire la misurazione quando viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

Salire sull'unità.



5. Verifica dei risultati della misurazione.

La visualizzazione dei risultati ruota automaticamente.

6. Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.

L'unità si spegne automaticamente se non viene utilizzata per 3 minuti.

Quando necessario

10. Modalità Ospite (modalità senza registrazione)

Quando si utilizza questa modalità, i risultati della misurazione non vengono registrati.

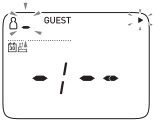
1. Premere il pulsante (ON/OFF) per accendere l'unità.

L'unità si accende. Il numero personale "1" lampeggia.



2. Selezionare e confermare l'opzione "GUEST".

Selezionare "GUEST" con il pulsante (▶), quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

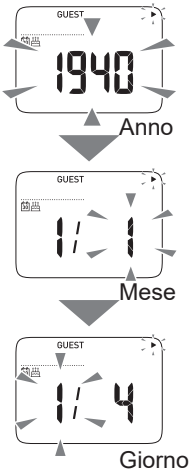


3. Immettere i dati personali.

3.1 Impostare la data di nascita

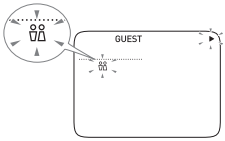
Premere il pulsante (▶) per impostare la data di nascita, quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

- Gamma di impostazione dell'anno: da 1900 a 2045.
- Quando si imposta l'anno e la data, tenere premuto il pulsante (▶) per avanzare rapidamente con incrementi di 10 unità.



3.2 Impostare il sesso

Premere il pulsante (▶) per impostare il sesso (MASCHIO) o (FEMMINA), quindi premere il pulsante (SET) per confermare.



3.3 Impostare l'altezza

Premere il pulsante (▶) per regolare l'altezza, quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

- Premere continuativamente per avanzare rapidamente con incrementi di 10 cm (1 pollice).



Dopo la visualizzazione di tutte le impostazioni per la conferma da parte dell'utente, sul display viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

L'unità si spegne automaticamente se non viene utilizzata per 1 minuto dopo che viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

IT

4. Avviare la misurazione quando viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

Salire sull'unità.



5. Verifica dei risultati della misurazione.

La visualizzazione dei risultati ruota automaticamente.

6. Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.

L'unità si spegne automaticamente se non viene utilizzata per 3 minuti.

Quando necessario

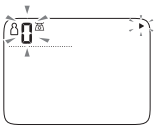
11. Misurazione del solo peso

Quando si utilizza questa modalità, il risultato della misurazione non viene registrato.

1. Premere il pulsante (ON/OFF) per accendere l'unità.

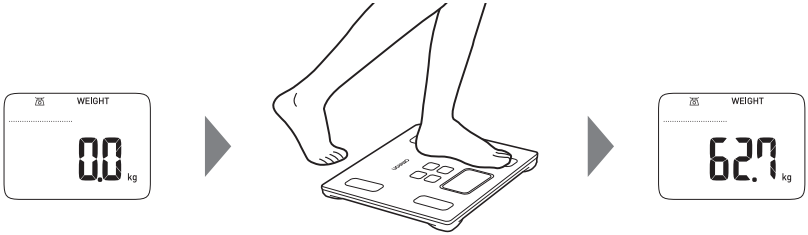
L'unità si accende. Il numero personale "1" lampeggia.

2. Selezionare e confermare l'opzione "".



Selezionare "" con il pulsante (▶), quindi premere il pulsante (SET) per confermare.

3. Quando il display visualizza "0.0 kg", salire sull'unità.



4. Esaminare il risultato della misurazione.

Il peso viene visualizzato e lampeggia per indicare che la misurazione è completa.

5. Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.

L'unità si spegne automaticamente se non viene utilizzata per 3 minuti.

Quando necessario

12. Modificare o eliminare i propri dati personali

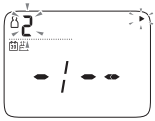


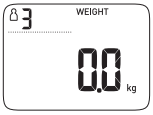
1. Premere il pulsante (ON/OFF) per accendere l'unità.
L'unità si accende. Il numero personale "1" lampeggia.

2. Selezionare il proprio numero personale.
Premere il pulsante (▶) per selezionare il numero personale.

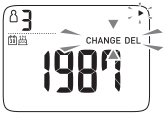


Se viene visualizzata la data di nascita (- - / - -) ,
i dati personali non sono registrati in associazione con il numero personale.
Registrare i propri dati personali. (Fare riferimento alla sezione 5.)





3. Premere il pulsante (SET) per confermare il numero personale.
Viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".



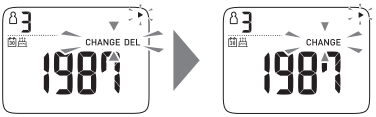
4. Premere il pulsante (SET).
Le indicazioni "CHANGE" e "DEL" lampeggiano.

5. Selezionare "CHANGE" per modificare o "DEL" per eliminare i dati personali

- Anche se si modificano i dati personali, i risultati della misurazione non verranno modificati né eliminati. Se si utilizza un numero personale utilizzato in precedenza da un'altra persona, eliminare i dati personali corrispondenti e registrarli nuovamente.

Modificare i propri dati personali.
(I risultati delle misurazioni non verranno eliminati)

1. Premere il pulsante (▶) per selezionare l'opzione "CHANGE"



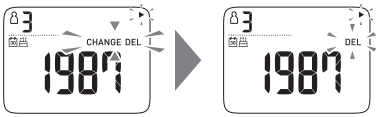
2. Premere il pulsante (SET)
L'anno lampeggia.



3. Modificare "data di nascita", "sesso" e "altezza" facendo riferimento ai passaggi da 3 a 5 della sezione 5.
- Per interrompere le modifiche, premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per spegnere l'unità.
- I risultati delle misurazioni non ancora trasferiti non verranno modificati.

Eliminare i propri dati personali.
(Anche i risultati delle misurazioni verranno eliminati)

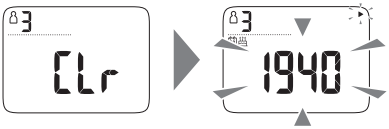
1. Premere il pulsante (▶) per selezionare l'opzione "DEL"



2. Premere il pulsante (SET)
OK? lampeggia.



3. Premere nuovamente il pulsante (SET)



IT

Quando necessario

13. Eliminare le impostazioni di comunicazione

Se non si intende più utilizzare la app “OMRON connect” o si desidera eliminare dal proprio dispositivo smart le impostazioni di comunicazione, procedere come segue. Tutte le impostazioni di comunicazione registrate nell’unità verranno eliminate.

1. **Premere e mantenere premuto il pulsante (Bluetooth) per più di 2 secondi.**

L’indicazione “P” e il simbolo Bluetooth lampeggiano.



2. **Premere e mantenere premuto nuovamente il pulsante (Bluetooth) per più di 2 secondi.**

Le indicazioni “ OK? ” e “CLr” lampeggiano.



3. **Premere il pulsante (SET) per confermare.**

L’unità si spegne automaticamente se non viene utilizzata per 10 secondi dopo che viene visualizzata l’indicazione “CLr”.



Quando necessario

14. Manutenzione e conservazione

Pulizia dell'unità

- Tenere sempre pulita l'unità prima dell'uso.
- Pulire l'unità con un panno soffice asciutto. Se necessario, utilizzare un panno inumidito con acqua o detergente e strizzarlo bene prima di pulire l'unità, quindi asciugare con un panno asciutto.
- Non usare benzene o diluente né altri solventi volatili per pulire l'unità.
- Non lavare l'unità con acqua.

Cura e conservazione

- Non riporre l'unità in presenza delle condizioni elencate di seguito:
  - Umidità, in quanto nell'unità potrebbe formarsi umidità o penetrare dell'acqua
  - Temperature elevate, luce diretta del sole e luoghi polverosi
  - Luoghi in cui vi è il rischio di urti violenti o vibrazioni
  - Luoghi in cui sono conservati prodotti chimici o è presente gas corrosivo.
- Non tentare di eseguire da soli alcun tipo di riparazione. Questo prodotto viene calibrato in fase di produzione. Se dovessero sorgere eventuali dubbi sulla precisione delle misurazioni, rivolgersi al distributore autorizzato OMRON. In linea generale, è consigliabile far revisionare il dispositivo ogni 2 anni, per garantirne il funzionamento corretto e la precisione.

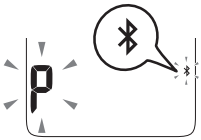
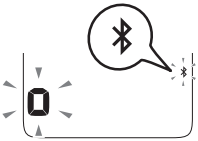
Quando necessario

15. Risoluzione dei problemi

Se durante la misurazione si dovesse verificare un problema tra quelli elencati di seguito, controllare anzitutto che non vi siano altri dispositivi elettrici entro 30 cm di distanza. Se il problema persiste, fare riferimento alla tabella che segue.

Messaggio di errore	Causa	Soluzione
Err 1	Si è scesi dall'unità durante una misurazione della composizione corporea.	Non scendere dall'unità prima del completamento della misurazione della composizione corporea. (Fare riferimento alla sezione 6.)
	Le piante dei piedi non sono posizionate correttamente a contatto con gli elettrodi.	Assicurarsi di essere posizionati correttamente sull'unità, collocando le piante dei piedi ben a contatto con gli elettrodi quando si esegue una misurazione. (Fare riferimento alla sezione 6.)
Err2	La posizione assunta per la misurazione non è corretta, le piante dei piedi non sono ben a contatto con gli elettrodi o le piante dei piedi sono asciutte.	Tenere diritte le ginocchia e la schiena. Mantenere i piedi posizionati saldamente sugli elettrodi e non muovere i piedi mentre si esegue la misurazione. (Fare riferimento alla sezione 6.) Inumidire leggermente le piante dei piedi con un asciugamano bagnato e riprovare.
Err5	Dopo aver impostato la data e l'ora, l'unità è stata toccata o utilizzata prima che il display si spegnesse automaticamente.	Togliere e reinserire la batteria. Riavviare il dispositivo iniziando dalla sezione "Associazione dell'unità con il dispositivo smart". (Fare riferimento alla sezione 3.) • Una volta visualizzate la data e l'ora, lasciare che l'unità si spenga automaticamente.
	Errore del dispositivo.	Togliere e reinserire la batteria. Una volta completata l'operazione, riavviare il dispositivo. Se l'errore viene visualizzato ancora, rivolgersi al servizio di assistenza tecnica OMRON.
Err6	Errore di comunicazione.	Spegnere l'unità e provare a ripristinare la comunicazione. Se l'errore viene visualizzato ancora, contattare il servizio di assistenza tecnica OMRON.
Err	Ci si è mossi durante la misurazione.	Rimanere fermi durante la misurazione.
	Il peso corporeo dell'utilizzatore esula dall'intervallo di misurazione.	
	Errore di comunicazione.	Controllare il display del dispositivo smart, quindi attenersi alle istruzioni fornite dalla app "OMRON connect". Fare riferimento alla "Guida" della app "OMRON connect".
	Le batterie sono in via di esaurimento.	Si consiglia di sostituire per tempo le batterie. (Fare riferimento alla sezione 2.)
	Le batterie sono esaurite.	Sostituire le batterie. (Fare riferimento alla sezione 2.)

IT

Problema	Causa	Soluzione
 lampeggia	Sono state memorizzate 24-29 serie di risultati di misurazione.	Trasferire i risultati delle misurazioni sulla app “OMRON connect”; il simbolo scompare.
	Sono state memorizzate 30 serie di risultati di misurazione.	Se il numero è superiore a 30, i risultati meno recenti vengono cancellati. Trasferire i risultati delle misurazioni sulla app “OMRON connect”; il simbolo scompare.
	Il pulsante (Bluetooth) è stato premuto per più di 2 secondi.	Questo simbolo viene visualizzato quando si associa l’unità al dispositivo smart. Attenersi alle istruzioni fornite dalla app “OMRON connect”. Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per interrompere l’associazione.
	È stato premuto il pulsante (Bluetooth) .	Questo simbolo viene visualizzato quando i dati vengono trasferiti sul dispositivo smart. Attenersi alle istruzioni fornite dalla app “OMRON connect”. Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per interrompere la trasmissione.
	Il pulsante (Bluetooth) è stato premuto per più di 2 secondi mentre l’indicazione “P” e il simbolo Bluetooth lampeggiavano.	Questo simbolo viene visualizzato quando si elimina l’impostazione di comunicazione. (Fare riferimento alla sezione 13.) Premere il pulsante (ON/OFF) (per 2 secondi o più) per interrompere l’operazione.
Anche se si accende l’unità, sul display non viene visualizzato nulla. Anche se si sale sull’unità, sul display non viene visualizzato nulla.	Le batterie non sono state inserite.	Inserire le batterie.
	Le batterie sono state inserite nel verso sbagliato.	Inserire le batterie nel verso corretto.
	Le batterie sono esaurite.	Sostituire tutte e quattro le batterie con batterie nuove.
Dopo la sostituzione delle batterie, non viene visualizzato nulla quando si sale sull’unità sul display.	Dopo la sostituzione delle batterie, non sono state impostate unità di misura, data e ora.	Impostare unità di misura, data e ora. (Fare riferimento alla sezione 4.)
	Il peso corporeo è troppo basso. (Meno di 12 kg.)	Selezionare il numero personale prima di eseguire una misurazione.
Per alcuni risultati viene visualizzata l’indicazione “- - - - -”.	I dati registrati o i valori di composizione corporea esulano dalla gamma di misurazione.	Verificare la correttezza delle impostazioni relative a data di nascita, sesso e altezza. Anche se queste impostazioni sono corrette, viene visualizzata l’indicazione “- - - - -” se i valori corrispondenti sono al di fuori della gamma di età visualizzabile o supportata.

Problema	Causa	Soluzione
Il risultato di misurazione è più basso o più alto rispetto al risultato effettivo. Il risultato varia in modo sostanziale tra una misurazione e l'altra.	Durante la misurazione si è assunta una posizione errata.	Eseguire la misurazione adottando una posizione corretta.
	La misurazione è stata eseguita su un tappeto o su un pavimento con una superficie imbottita o irregolare.	Eseguire la misurazione su un pavimento rigido e piano.
	Le piante dei piedi e il corpo sono freddi, con conseguenti problemi di circolazione del sangue.	Riscaldare il corpo per ripristinare una normale circolazione del sangue prima di eseguire una misurazione.
	Gli elettrodi dei piedi sono molto freddi.	Lasciare l'unità per un po' di tempo in un ambiente caldo prima di eseguire una misurazione.
	Le piante dei piedi sono asciutte.	Inumidire leggermente le piante dei piedi con un asciugamano bagnato prima di eseguire la misurazione.
	La funzione di "correzione a 0 kg" non è stata eseguita correttamente.	Eseguire la "correzione a 0 kg". (Fare riferimento alla sezione 6,3.)
L'utente non è stato riconosciuto correttamente.	Il peso corporeo è cambiato molto dall'ultima misurazione.	Selezionare il numero personale prima di eseguire una misurazione (Fare riferimento alla sezione 9.)
	Il tipo corporeo dell'utente è simile a quello di un'altra persona registrata.	
	Sono stati registrati i risultati di misurazione relativi a un altro utilizzatore.	
Si desidera misurare la composizione corporea ma viene visualizzato solo il peso corporeo.	Non è stato selezionato il numero personale o l'opzione GUEST. (Non è visualizzato né il numero personale né l'opzione GUEST.)	Selezionare il numero personale o l'opzione GUEST prima di eseguire una misurazione
Un pulsante non risponde.	È stato premuto un pulsante dopo essere saliti sull'unità.	Scendere dall'unità, quindi premere il pulsante.
	Il pulsante è bagnato o sporco.	Asciugare l'acqua o eliminare le macchie prima di eseguire una misurazione.
	Sono stati premuti due o più pulsanti contemporaneamente.	Premere un pulsante alla volta.
Anche se non si fa nulla, l'unità si spegne.	Fare riferimento alla sezione "Informazioni sulla funzione di spegnimento". (Fare riferimento alla sezione 2.)	
Mancato invio dei dati	Fare riferimento alla "Guida" della app "OMRON connect".	

16. Dati tecnici

Categoria del prodotto	**Analizzatori della composizione corporea**		
Descrizione del prodotto	**Misuratore della composizione corporea**		
Modello (codice)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**		
Display*	**Peso corporeo:**	Da 2,0 a 150,0 kg con incrementi di 0,1 kg (da 4,4 a 330,0 lb con incrementi di 0,2 lb) (da 0 st 4,4 lb a 23 st 8,0 lb con incrementi di 0,2 lb)	
	Percentuale di grasso corporeo:	Da 5,0 a 60,0% lb con incrementi dello 0,1%	
	Percentuale muscoli scheletrici:	Da 5,0 a 50,0% lb con incrementi dello 0,1%	
	BMI:	Da 7,0 a 90,0 con incrementi di 0,1	
	Metabolismo a riposo:	Da 385 a 3.999 kcal con incrementi di 1 kcal	
	Livello di grasso viscerale:	30 livelli con incrementi di 1 livello	
	Classificazione della percentuale di grasso corporeo, della percentuale di muscoli scheletrici e del BMI – (bassa) / 0 (normale) / + (alta) / ++ (molto alta) 4 livelli		
	Classificazione del livello di grasso viscerale: 0 (normale) / + (alta) / ++ (molto alta) 3 livelli * L'intervallo di età per la percentuale di grasso corporeo e la classificazione della percentuale di grasso corporeo è compreso tra 10 e 80 anni. * L'intervallo di età per la percentuale di muscoli scheletrici, la classificazione della percentuale di muscoli scheletrici, il livello di grasso viscerale, la classificazione del livello di grasso viscerale e il metabolismo a riposo è compreso tra 18 e 80 anni.		
Protocollo di trasmissione	**Tecnologia Bluetooth®** a bassa energia		
Comunicazione wireless	**Gamma di frequenze:** **Modulazione:** **Potenza irradiata effettiva:**	2,4 GHz (2.400 - 2.483,5 MHz) GFSK <20 dBm	
Impostazioni*	È possibile memorizzare i seguenti dati per un massimo di 4 persone.		
	Unità di misura	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch	
	Data di nascita	Dal 1° gennaio 1900 al 31 dicembre 2045	
	Sesso	Maschio / Femmina	
	Altezza	Da 100,0 a 199,5 cm 0,5 cm (da 3' 4" a 6' 6 1/2" con incrementi di 1/4")	
	* Se una persona presenta un'altezza inferiore a 100,0 cm o superiore a 199,5 cm, il BMI e i risultati relativi alla composizione corporea vengono forniti solo a scopo di riferimento.		
Precisione di pesata	Da 2,0 kg a 40,0 kg: ± 0,4 kg (Da 4,4 lb a 88,2 lb: ± 0,88 lb) (Da 4,4 lb a 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)		
	Da 40,0 kg a 150,0 kg: ± 1% (Da 88,2 lb a 330,0 lb: ± 1%) (Da 6 st 4,2 lb a 23 st 8,0 lb: ± 1%)		
Precisione (S.E.E.)	**Percentuale di grasso corporeo:**	3,5%	
	Percentuale muscoli scheletrici:	3,5%	
	Livello di grasso viscerale:	3 livelli	

Periodo di durata	5 anni
Classificazione IP	IP21* * La classificazione IP rappresenta i gradi di protezione garantiti dagli involucri dei dispositivi secondo IEC 60529. Questo dispositivo è protetto contro i corpi estranei solidi con un diametro di 12,5 mm e oltre, ad esempio un dito. Questo dispositivo è protetto contro la caduta verticale di gocce d'acqua che potrebbero causare problemi durante il normale funzionamento.
Alimentazione	4 batterie alcaline AAA (LR03)
Durata delle batterie	Circa 6 mesi (quando si utilizzano batterie alcaline AAA per quattro misurazioni, quattro trasferimenti di dati e quattro persone al giorno a una temperatura ambiente di 23 °C)
Temperatura / Umidità / Pressione dell'aria di esercizio	Da +5 °C a +40 °C, da 30% a 85% di umidità relativa (senza condensa), 860 hPa - 1.060 hPa
Temperatura / Umidità / Pressione dell'aria di conservazione e trasporto	Da -20 °C a +60 °C, da 10% a 95% di umidità relativa (senza condensa), 860 hPa - 1.060 hPa
Peso	1,6 kg circa (batterie comprese)
Dimensioni esterne	Circa 285 (L) × 28 (H) × 280 (P) mm (Circa 11 1/5" (L) × 1 1/10" (H) × 11" (P))
Contenuto della confezione	Misuratore della composizione corporea, 4 batterie alcaline AAA (LR03), istruzioni di configurazione, manuale di istruzioni

Nota

- Soggetto a modifiche tecniche senza necessità di preavviso.
- Si prega di riferire eventuali incidenti gravi occorsi in relazione al presente dispositivo al produttore e all'autorità competente dello Stato membro in cui si risiede.

CE 0197

Questo prodotto opera a 2,4 GHz nella banda ISM non sottoposta a licenza. In caso di utilizzo del presente prodotto in prossimità di altri dispositivi wireless, inclusi forni a microonde e LAN wireless, che utilizzano la stessa banda di frequenza, sussiste la possibilità di interferenza tra il presente prodotto e i suddetti altri dispositivi. Qualora si verifichino tali interferenze, spegnere gli altri dispositivi o spostare il presente Prodotto prima dell'uso oppure non utilizzare il presente Prodotto in prossimità di altri dispositivi wireless.

Il marchio denominativo e i loghi **Bluetooth®** sono marchi registrati di Bluetooth SIG, Inc. e ogni utilizzo di tali marchi da parte di OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. è soggetto a licenza.

IT

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., dichiara che l'apparecchiatura radio di tipo VIVA (HBF-222T-EBK) è conforme alla direttiva 2014/53/UE.
Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo internet: www.omron-healthcare.com.

Apple e il logo Apple sono marchi commerciali di Apple Inc., registrati negli Stati Uniti e in altri Paesi. App Store è un marchio di servizio di Apple Inc.
Android e il logo Google Play sono marchi commerciali di Google Inc.

Informazioni importanti relative alla compatibilità elettromagnetica (EMC)

HBF-222T-EBK, prodotto da OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., è conforme alla normativa EN60601-1-2:2015 sulla compatibilità elettromagnetica (EMC). Ulteriore documentazione relativa a tale normativa EMC è disponibile presso OMRON HEALTHCARE EUROPE all'indirizzo indicato nel presente manuale di istruzioni oppure sul sito www.omron-healthcare.com. Fare riferimento alle informazioni sulla compatibilità elettromagnetica relative a HBF-222T-EBK disponibili sul nostro sito web.

Garanzia

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantisce questo prodotto per 3 anni a partire dalla data di cquisto.
La garanzia non copre la batteria, la confezione, né i danni di alcun tipo dovuti a uso errato (quali cadute accidentali o uso improprio) provocati dall'utente. I prodotti difettosi verranno sostituiti solo se restituiti insieme alla ricevuta o allo scontrino originale comprovante l'acquisto.

Corretto smaltimento del prodotto

(rifiuti da apparecchiature elettriche ed elettroniche)



Il marchio riportato sul prodotto o sulla sua documentazione indica che il prodotto non deve essere smaltito con altri rifiuti domestici al termine del ciclo di vita. Per evitare eventuali danni all'ambiente o alla salute causati dall'inopportuno smaltimento dei rifiuti, si invita l'utente a separare questo prodotto da altri tipi di rifiuti e di riciclarlo in maniera responsabile per favorire il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali.

Gli utenti domestici sono invitati a contattare il rivenditore presso il quale è stato acquistato il prodotto o l'ufficio locale preposto per tutte le informazioni relative alla raccolta differenziata e al riciclaggio per questo tipo di prodotto.

Gli utenti aziendali sono invitati a contattare il proprio fornitore e verificare i termini e le condizioni del contratto di acquisto. Questo prodotto non deve essere smaltito unitamente ad altri rifiuti commerciali.

Questo prodotto non contiene sostanze nocive.
Lo smaltimento delle batterie deve avvenire in conformità alla normativa vigente in materia nel proprio Paese.

Descrizione dei simboli che, a seconda del modello, possono essere presenti sul prodotto stesso, sulla confezione di vendita del prodotto o nel manuale di istruzioni.

	Parti applicate - Tipo BF Grado di protezione contro le folgorazioni (corrente di dispersione)	SN	Numero di serie
IP XX	Grado di protezione in ingresso secondo IEC 60529		Limitazione di temperatura
CE	Contrassegno CE		Limitazione di umidità
	Simbolo GOST-R		Limitazione di pressione atmosferica
	Simbolo di conformità euroasiatica	⎓	Corrente diretta
	L'utilizzatore deve consultare le istruzioni per l'uso		Questo prodotto non deve essere utilizzato da persone portatrici di impianti medici, ad es. pace-maker cardiaci, cuore o polmone artificiale o altri sistemi di supporto elettronici alle funzioni vitali.
MD	Dispositivo medico		Data di fabbricazione

17. Informazioni sulla composizione corporea

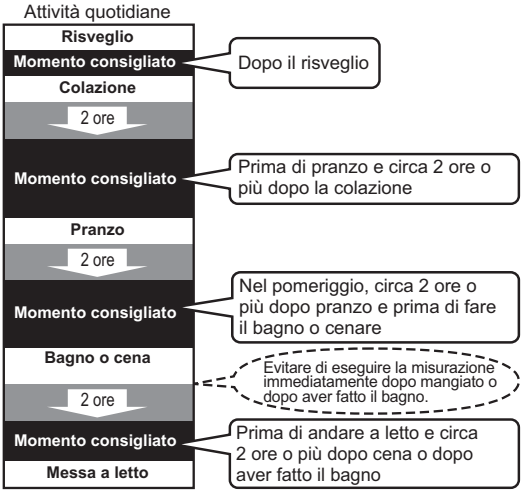
Principi di calcolo della composizione corporea

Bassa conducibilità elettrica del grasso corporeo

L'unità VIVA misura la percentuale di grasso corporeo mediante il metodo dell'impedenza bioelettrica (BI). Muscoli, vasi sanguigni e ossa sono tessuti organici che presentano un elevato contenuto di acqua, un buon conduttore di elettricità. Al contrario, il grasso corporeo (tessuto adiposo) ha una scarsa conducibilità elettrica. L'unità VIVA invia attraverso il corpo una corrente elettrica estremamente debole (meno di 500 μA alla frequenza di 50 kHz) per calcolare la quantità di tessuto adiposo. Questa debole corrente elettrica non viene avvertita durante il funzionamento dell'unità VIVA.
Il misuratore della composizione corporea utilizza l'impedenza elettrica, unita alle informazioni relative ad altezza, peso, età e sesso, per ottenere un risultato basato sul modello di composizione corporea elaborato da OMRON.

Orari consigliati per effettuare la misurazione

La consapevolezza del normale andamento delle variazioni della propria percentuale di grasso corporeo è un valido aiuto nel prevenire o ridurre l'obesità. Conoscere gli orari in cui si verificano le variazioni della percentuale di grasso corporeo in base alle attività quotidiane è utile per valutare correttamente l'evoluzione del proprio grasso corporeo nel corso del tempo. Si consiglia di usare l'unità, per quanto possibile, nello stesso ambiente e nelle stesse situazioni quotidiane. (Fare riferimento al diagramma)



Evitare l'esecuzione di misurazioni nei casi elencati di seguito:

- Immediatamente dopo un'attività fisica intensa, dopo il bagno o la sauna.
- Dopo aver assunto alcol o bevuto molta acqua, dopo i pasti (circa 2 ore).

Le misurazioni effettuate in queste condizioni fisiche possono dare luogo a un calcolo della composizione corporea che si discosta molto da quella reale, a causa delle variazioni nel contenuto di acqua nell'organismo.

Che cos'è il BMI (Body Mass Index - Indice di massa corporea)?

Il BMI viene calcolato mediante una semplice formula e indica il rapporto tra il peso e l'altezza di una persona.

BMI = peso (kg) / altezza (m) / altezza (m)

Per calcolare la classificazione del BMI dell'utilizzatore, l'unità OMRON VIVA impiega i dati relativi all'altezza memorizzati nel numero personale dell'utente o immessi in modalità Ospite.
Se il livello di grasso indicato dal BMI è maggiore rispetto agli standard internazionali, la probabilità di sviluppare patologie comuni risulta più alta. Tuttavia, il BMI non indica tutti i tipi di grassi.

Che cos'è la percentuale di grasso corporeo?

La percentuale di grasso corporeo si riferisce alla quantità di massa corporea grassa, espressa in percentuale rispetto al peso corporeo totale.

Percentuale di grasso corporeo (%) = {Massa grassa corporea (kg) / Peso corporeo (kg)} × 100

L'unità VIVA calcola la percentuale di grasso corporeo mediante il metodo della BI.
La distribuzione del grasso all'interno del corpo ne determina la classificazione come grasso viscerale o sottocutaneo.

Che cos'è il Livello di grasso viscerale?

Grasso viscerale = grasso che circonda gli organi interni

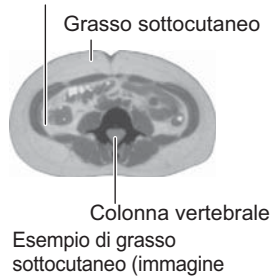


Esempio di grasso viscerale (immagine da risonanza magnetica)

Si ritiene che una quantità eccessiva di grasso viscerale sia strettamente associata all'aumento dei livelli di grasso nel sistema circolatorio; ciò può portare allo sviluppo di patologie comuni, quali ad esempio iperlipidemia e diabete, che riducono la capacità da parte dell'insulina di trasferire l'energia proveniente dal sistema circolatorio per l'utilizzo nelle cellule. Allo scopo di prevenire o migliorare le condizioni associate a patologie comuni, è importante cercare di ridurre il livello di grasso viscerale, portandolo a un livello accettabile. Le persone con livelli di grasso viscerale elevati tendono a presentare una dilatazione dello stomaco. Tuttavia, non sempre ciò avviene ed è possibile che livelli elevati di grasso viscerale determinino un'obesità metabolica. L'obesità metabolica (obesità viscerale in soggetti normopeso) consiste nella presenza di livelli di grasso superiori alla media, anche nel caso in cui il peso di un soggetto corrisponda o risulti inferiore agli standard relativi all'altezza del soggetto stesso.

Che cos'è il grasso sottocutaneo?

Grasso sottocutaneo = grasso al di sotto della pelle



Esempio di grasso sottocutaneo (immagine da risonanza magnetica)

Il grasso sottocutaneo non si accumula soltanto intorno allo stomaco ma anche sulla parte superiore delle braccia, sui fianchi e sulle cosce e può compromettere l'equilibrio armonico fra le proporzioni del corpo. Malgrado non sia direttamente associato a un aumento dei rischi di sviluppare altre patologie, si ritiene che causi un aumento della pressione a carico del cuore e ulteriori complicanze. L'unità non visualizza il grasso sottocutaneo, ma lo include nella percentuale di grasso corporeo.

Che cosa sono i muscoli scheletrici?

I muscoli si dividono in due tipi: i muscoli presenti negli organi interni, ad esempio il cuore, e i muscoli scheletrici che aderiscono alle ossa e hanno la funzione di consentire il movimento del corpo. I muscoli scheletrici possono essere incrementati attraverso l'attività fisica o di altro tipo. La presenza di una maggiore quantità di muscoli scheletrici consente al corpo di bruciare energia più facilmente; ciò riduce i rischi di obesità e consente di condurre una vita più dinamica.

Che cos'è il metabolismo a riposo?

Indipendentemente dal grado di attività fisica svolta, è necessario assumere una quantità minima di calorie per sostenere le funzioni quotidiane del corpo. Noto come metabolismo a riposo, questo valore indica la quantità di calorie che una persona deve assumere per fornire al proprio corpo una quantità di energia sufficiente al suo funzionamento.

18. Schemi per l'interpretazione dei risultati

Interpretazione dei valori relativi alla percentuale di grasso corporeo

	Età	- (bassa)	0 (normale)	+ (alta)	++ (molto alta)
Donne	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Uomini	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy et al, International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 e da Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000; la classificazione in quattro livelli è a cura di OMRON HEALTHCARE.

Interpretazione dei valori relativi al livello di grasso viscerale

Livello di grasso viscerale	Classificazione dei livelli
1 - 9	0 (normale)
10 - 14	+ (alto)
15 - 30	++ (molto alto)

In base ai dati OMRON HEALTHCARE

Interpretazione dei risultati relativi alla percentuale di muscoli scheletrici

	Età	- (bassa)	0 (normale)	+ (alta)	++ (molto alta)
Donne	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Uomini	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

In base ai dati OMRON HEALTHCARE

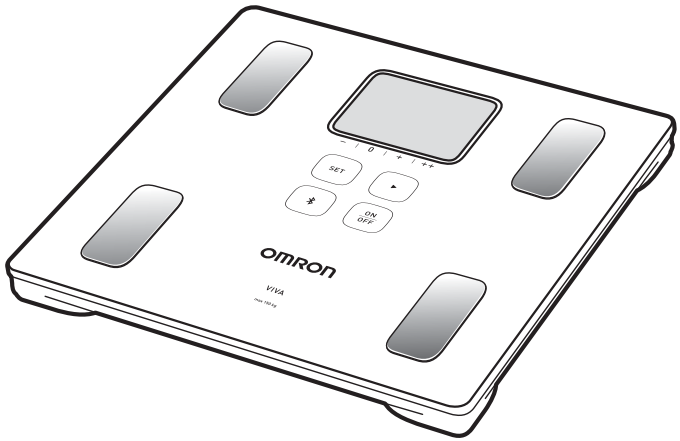
Interpretazione dei valori relativi al BMI

BMI	BMI (Designazione dell'OMS)
< 18,5	- (sottopeso)
18,5 - 24,9	0 (normale)
25 - 29,9	+ (sovrappeso)
≧ 30	++ (obeso)

Produttore 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 GIAPPONE
Rappresentante per l'UE **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, PAESI BASSI www.omron-healthcare.com
Importatore per l'UE	
Stabilimento di produzione	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Cina
Consociate	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importatore per il Regno Unito e Responsabile in UK Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Data di pubblicazione: 2021-08-27 Prodotto in Cina

OMRON



Lichaamscompositiemeter

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d’emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

Dank u voor het kopen van de OMRON Lichaamscompositiemeter.
Lees deze gebruiksaanwijzing grondig door voordat u dit apparaat gebruikt om het veilige en correcte gebruik ervan te begrijpen.
Bewaar deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig voor toekomstig gebruik.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

VIVA
Lichaamscompositiemeter

Beoogd gebruik

Dank u voor het kopen van deze OMRON Lichaamscompositiemeter. Deze eenheid is bedoeld voor het meten en weergeven van de volgende parameters van de lichaamssamenstelling.

- Lichaamsgewicht
- Visceraal vet (tot 30 niveaus)
- Basaal metabolisme (in kcal)
- Lichaamsvet (in %)
- Skeletspiermassa (in %)
- BMI (Body Mass Index)

Dit apparaat is bedoeld voor gebruik door volwassen personen die de gebruiksaanwijzing kunnen begrijpen. Het is niet bedoeld voor professioneel gebruik in ziekenhuizen of andere medische omgevingen. Het is alleen bedoeld voor thuisgebruik.

Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig vóór gebruik en voor verdere informatie over de afzonderlijke functies.

Inhoud

Voordat u het apparaat gebruikt 152

Opmerkingen met betrekking tot de veiligheid 152
1. Ken uw apparaat 154
2. De batterijen plaatsen en vervangen 155
3. Dit apparaat koppelen met uw smartphone 156
4. Meeteenheid, datum en tijd instellen 157
5. Persoonlijke gegevens registreren 158

Gebruiksinstructies 159

6. Een nauwkeurige meting uitvoeren 159
   6.1 Juiste houdingen tijdens de meting 159
   6.2 “0 kg-correctie” (let op bij opslaan) 160
   6.3 De “0 kg-correctie” implementeren 160
7. Een meting uitvoeren 160

De geheugenfunctie gebruiken 162

8. De meetresultaten weergeven op uw smartphone. 162

Indien noodzakelijk 163

9. Uw persoonlijke nummer selecteren en een meting uitvoeren 163
10. Gastmodus (modus zonder opslag) 164
11. Alleen wegen 165
12. Uw persoonlijke gegevens wijzigen of verwijderen 166
13. De communicatie-instelling wijzigen 167
14. Onderhoud en opslag 167
15. Problemen oplossen 168
16. Technische gegevens 171

Informatie over lichaamssamenstelling 174

17. Informatie over lichaamssamenstelling 174
18. Interpretatiediagrammen voor meetresultaten 176

Opmerkingen met betrekking tot de veiligheid

Gebruikte symbolen en definities:

⚠**Gevaar:**	Verkeerd gebruik kan ernstig letsel of de dood tot gevolg hebben.
⚠**Waarschuwing:**	Verkeerd gebruik kan mogelijk ernstig letsel of de dood tot gevolg hebben.
⚠**Let op:**	Verkeerd gebruik kan letsel of schade aan eigendommen tot gevolg hebben.

⚠Gevaar:

• Gebruik dit apparaat nooit in combinatie met elektronische medische apparaten, zoals:
(1) Medische elektronische implantaten, zoals pacemakers.
(2) Elektronische bewakingsapparatuur, zoals een kunsthart/-long.
(3) Draagbare elektronische medische apparaten, zoals elektrocardiografen.
Dit apparaat kan storingen in deze apparaten veroorzaken, wat een groot gezondheidsrisico inhoudt voor de gebruikers ervan.



⚠Waarschuwing:

- Houd het apparaat buiten het bereik van kleine kinderen. Bevat kleine onderdelen die verstikkingsgevaar kunnen opleveren wanneer deze door kinderen worden ingeslikt.
- Gebruik het apparaat niet op gladde oppervlakken, zoals een natte vloer.
- Spring niet op het apparaat en veer er niet op.
- Gebruik dit apparaat niet als uw lichaam en/of voeten nat zijn, bijvoorbeeld nadat u zich hebt gewassen.
- Ga met blote voeten op het apparaat staan. Als u met uw sokken op het apparaat gaat staan, kunt u uitglijden en uzelf verwonden.
- Stap niet op de rand of het scherm van het apparaat.
- Gehandicapten of lichamelijk zwakke mensen moeten altijd door iemand worden geholpen als ze dit apparaat gebruiken.
- Als er batterijvloeistof in uw ogen terechtkomt, spoel uw ogen dan onmiddellijk met een ruime hoeveelheid schoon water. Raadpleeg onmiddellijk een arts.
- Gebruik dit product niet in ziekenhuizen, vliegtuigen of andere omgevingen waar het gebruik van radiogolven beperkt is.
- Dit product zendt radiogolven (RF) uit op de 2,4-GHz-band. Gebruik dit product niet op locaties waar radiogolven beperkt zijn, zoals in vliegtuigen en ziekenhuizen.

⚠Let op:

- Het apparaat mag niet worden gedemonteerd of gerepareerd en er mogen geen aanpassingen worden aangebracht.
- Raadpleeg altijd eerst een arts of gezondheidsspecialist voordat u begint aan een afslank- of trainingsprogramma. Zelfdiagnose kan uw gezondheid schaden.
- Zorg er tijdens de meting voor dat er geen mobiele telefoons of andere elektrische apparaten die elektromagnetische velden afgeven aanwezig zijn binnen een bereik van 30 cm van dit apparaat. Dit kan ertoe leiden dat het apparaat niet goed werkt en/of een onnauwkeurig meetresultaat oplevert.
- Gebruik batterijen die voor dit apparaat geschikt zijn. Plaats de batterijen niet met de polen in de verkeerde richting.
- Vervang lege batterijen onmiddellijk door nieuwe.
- Gooi batterijen nooit in open vuur.

- Als er batterijvloeistof op uw huid of kleding terechtkomt, spoel dan onmiddellijk met een ruime hoeveelheid schoon water.
- Verwijder de batterijen uit het apparaat wanneer u het gedurende langere tijd niet zult gebruiken (ongeveer 3 maanden of langer).
- Gebruik nooit verschillende soorten batterijen tegelijk.
- Gebruik nooit oude en nieuwe batterijen tegelijk.
- Was altijd eerst uw voeten voordat u het apparaat gebruikt. Als u een voetinfectie of een huidziekte hebt, kunt u andere mensen hiermee besmetten.
- Wanneer het apparaat door meerdere personen wordt gebruikt, reinigt u het apparaat na gebruik met een doek die is bevochtigd met een mild reinigingsmiddel. Veeg het apparaat vervolgens droog.
- Gebruik dit apparaat niet voor andere doeleinden dan in deze handleiding beschreven.
- Omdat dit apparaat een precisie-instrument is, moet u het niet laten vallen of blootstellen aan trillingen of schokken.

Gegevenstransmissie

- Vervang de batterij niet terwijl uw meetresultaten worden overgebracht naar uw smartphone. Dit kan leiden tot de incorrecte werking van uw monitor en een mislukte overbrenging van uw meetresultaat.
- Plaats geen chipkaarten, magneten, metalen objecten of andere apparaten die elektromagnetische velden afgeven vlak bij deze monitor terwijl uw meetresultaten worden overgebracht naar uw smartphone. Dit kan leiden tot de incorrecte werking van uw apparaat en een mislukte overbrenging van uw meetresultaat.

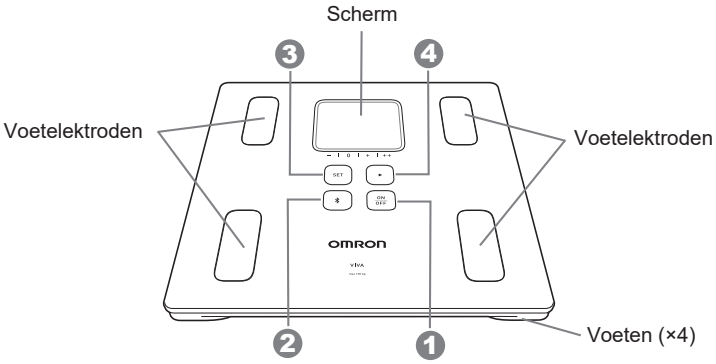
Onjuiste meting

Een onjuiste meting kan optreden bij de volgende gebruikers:
Ouderen (ouder dan 81 jaar) / mensen met koorts / bodybuilders of zeer goed getrainde atleten / patiënten die nierdialyse ondergaan / patiënten met osteoporose die een zeer lage botdichtheid hebben / zwangere vrouwen / mensen met een gezwel.

- De lichaamssamenstelling, zoals het lichaamswater, kan namelijk sterk afwijken van de gemiddelde waarde.

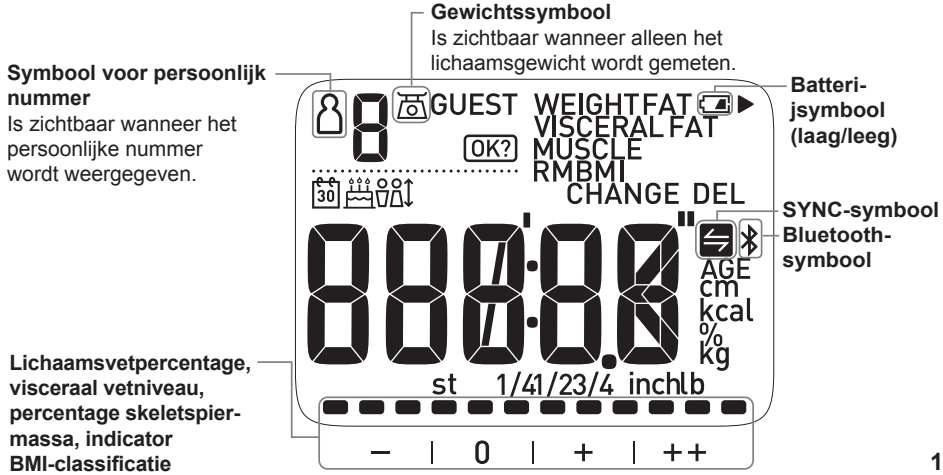
1. Ken uw apparaat

Hoofdeenheid



❶	ON/OFF	**AAN/UIT-knop** • Druk op deze knop om het apparaat in te schakelen. • Druk (2 seconden of langer) op deze knop om het apparaat uit te schakelen.
❷	ᛒ	**Bluetooth-knop** • Druk op deze knop om de gegevens handmatig over te brengen. • Druk op deze knop (2 seconden of langer) om het apparaat te koppelen met uw smartphone. ※ Deze knop kan ook worden gebruikt wanneer het apparaat is uitgeschakeld.
❸	SET	**SET-knop (instellen)** • Druk op deze knop om de gegevens in te stellen of te bevestigen.
❹	▶	**Vooruitknop** • Druk op deze knop om vooruit te gaan. • Houd deze knop ingedrukt om snel vooruit te gaan tijdens het instellen van datum, tijd en lengte.

Scherm



2. De batterijen plaatsen en vervangen

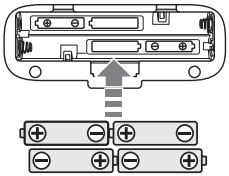
1. Open het kapje van batterijvak aan de achterkant van het apparaat.

U kunt hiervoor een hard voorwerp zoals een pen gebruiken.





2. Plaats de batterijen in de juiste richting, zoals aangegeven in het batterijvak.

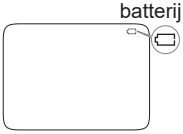


3. Sluit het kapje van batterijvak.

Levensduur batterijen en vervanging

- **Ongeveer 6 maanden (wanneer AAA-alkalinebatterijen worden gebruikt voor vier metingen, vier gegevensoverdrachten en vier personen per dag en bij een kamertemperatuur van 23 °C)**
  - De meegeleverde batterijen zijn alleen voor testdoeleinden en kunnen een kortere levensduur hebben.
- **Wanneer het symbool voor lege batterij wordt weergegeven op het scherm, vervangt u alle vier de batterijen door nieuwe batterijen.**
  - Vervang alle vier batterijen tegelijk door nieuwe (zelfde type).
  - Wanneer het symbool voor laag batterijvermogen knippert, wordt aanbevolen direct de batterijen te vervangen door nieuwe.

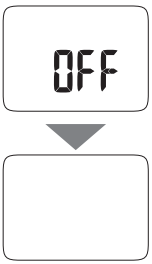
Symbool lege batterij



- **Vervang de batterijen nadat u het apparaat hebt uitgeschakeld.**
  - Persoonlijke gegevens die in het apparaat zijn opgeslagen blijven bewaard als de batterijen worden verwijderd.
  - Afvoer en verwerking van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving hiervoor.
- **Wanneer de batterijen zijn vervangen, moet u de meeteenheid, de datum en de tijd resetten. (Zie paragraaf 4.)**
  - Als u al gekoppeld bent met de app “OMRON connect”, drukt u op de knop om met de app te communiceren, vervolgens worden de datum en tijd automatisch ingesteld.

De functie Uitschakelen

- **Druk (2 seconden of langer) op de knop om het apparaat uit te schakelen.**



- **Het apparaat wordt automatisch uitgeschakeld in de volgende situaties.**
  - 10 seconden na weergave van “Err”.
  - Het apparaat wordt gedurende 1 minuut niet gebruikt op het moment dat “0.0 kg” wordt weergegeven.
  - Het apparaat wordt gedurende 3 minuten niet gebruikt.

3. Dit apparaat koppelen met uw smartphone

1. **Schakel de Bluetooth van uw smartphone in.**

2. **Download en installeer de app “OMRON connect” op uw smartphone.**

U kunt één van de volgende 2 methoden kiezen.

■ **Scan de QR-code om toegang te krijgen tot het volgende adres.**

omronconnect.com/setup

QR-code

■ **Zoek de app “OMRON connect” in de “App Store” of in “Google Play”.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Open de app op uw smartphone en volg de instructies voor instellen en paren.**

Als u de app “OMRON connect” al hebt, gaat u naar:

Menu>Device>Add Device (Menu>Apparaat>Apparaat toevoegen)

OPMERKINGEN

- Eén smartphone beheert de gegevens van één gebruiker.
- Als er een andere app dan “OMRON connect” wordt gebruikt, kunnen gegevens mogelijk niet correct worden overgebracht.
- Lees de gebruiksmethode en gebruiksinstructie in de app voor meer informatie.

4. Meeteenheid, datum en tijd instellen

U moet de meeteenheid, de datum en de tijd instellen voordat u voor de eerste keer een meting uitvoert of nadat u de batterijen hebt vervangen.

- Datum en tijd kunnen ook worden ingesteld via de app “OMRON connect”.

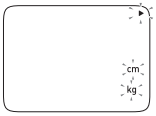
1. Druk op de knop (ON/OFF) om het apparaat in te schakelen.

“kg&cm” knippert op het scherm.

2. De meeteenheid instellen.

Druk op de knop (▶) om aan te passen en druk op de knop (SET) om te bevestigen.

- De standaardmeeteenheid is “kg & cm”.
- U kunt de meeteenheid instellen op “lb & inch” of “st-lb & inch”.



3. Stel het apparaat in op de correcte datum en tijd.

Druk op de knop (▶) om aan te passen en druk op de knop (SET) om te bevestigen.

- Instelbereik van het jaar: 2017 tot 2045.
- Tijd wordt weergegeven volgens het 24-uurssysteem.
- Houd tijdens het instellen van jaar, datum, uur en minuten de knop (▶) ingedrukt om snel vooruit te kunnen gaan in stappen van 10.



Nadat alle instellingen voor meeteenheid, jaar, maand, dag, uur en minuten na elkaar zijn weergegeven, wordt het apparaat automatisch uitgeschakeld.

OPMERKINGEN

- Als er een fout is gemaakt tijdens de instelling, drukt u op de knop (ON/OFF) om het apparaat uit te schakelen en start u opnieuw bij “Stap 1”.
- Het apparaat wordt uitgeschakeld als het gedurende 3 minuten niet wordt gebruikt. Stel de meeteenheid, datum en tijd opnieuw in.
- Als u de meeteenheid, datum en tijd wilt wijzigen, verwijdert u de batterijen en wacht u minimaal 20 seconden. Plaats vervolgens de batterijen en reset opnieuw.

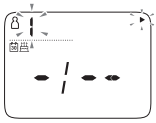
5. Persoonlijke gegevens registreren

Voor de meting van de lichaamssamenstelling is het nodig uw persoonlijke gegevens (geboortedatum, geslacht en lengte) te registreren. De geregistreerde gegevens van maximaal 4 personen kunnen worden opgeslagen.

- De persoonlijke gegevens kunnen ook via de app “OMRON connect” worden geregistreerd.

1. Druk op de knop (ON/OFF) om het apparaat in te schakelen.

Het apparaat wordt ingeschakeld. Persoonlijk nummer “1” knippert. Geboortedatum (- / - -) wordt weergegeven.



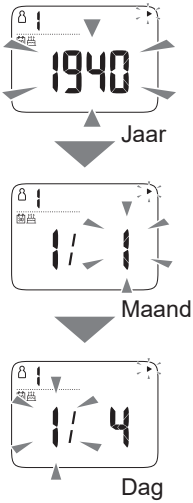
2. Selecteer en bevestig uw persoonlijke nummer.

Druk op de knop (▶) om uw persoonlijke nummer te selecteren en druk op de knop (SET) om te bevestigen.

3. Stel de geboortedatum in.

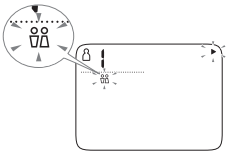
Druk op de knop (▶) om de geboortedag in te stellen en druk op de knop (SET) om de instelling te bevestigen.

- Instelbereik van het jaar: 1900 tot 2045
- Houd tijdens het instellen van jaar en datum de knop (▶) ingedrukt om snel vooruit te kunnen gaan in stappen van 10.



4. Geslacht instellen

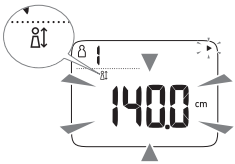
Druk op de knop (▶) om het geslacht (MAN) of (VROUW) in te stellen en druk op de knop (SET) om te bevestigen.



5. Stel de lengte in.

Druk op de knop (▶) om de lengte aan te passen en druk op de knop (SET) om de instelling te bevestigen.

- Houd de knop ingedrukt om snel vooruit te gaan in stappen van 10 cm (of 1 inch).
- Nadat alle instellingen ter bevestiging zijn weergegeven, wordt “0.0 kg” op het scherm weergegeven.



6. Stap op het apparaat om een meting uit te voeren bij een weergave van “0.0 kg”.

De gegevens van lichaamsgewicht en lichaamssamenstelling worden in het apparaat opgeslagen ter ondersteuning van de automatische herkenning.
Na enige tijd worden de meetresultaten als volgt aangegeven.



7. Stap van het apparaat af nadat de meetresultaten worden weergegeven.

De registratie van de persoonlijke gegevens is voltooid.

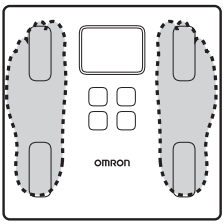
8. Druk (2 seconden of langer) op de knop ON OFF om het apparaat uit te schakelen.

Start opnieuw bij “Stap 1” om nieuwe persoonlijke gegevens toe te voegen.

6. Een nauwkeurige meting uitvoeren

6.1 Juiste houdingen tijdens de meting

Stap met blote voeten op het apparaat. Plaats uw voetholten op het midden van het apparaat.



Opmerking

- Als u met sokken of schoeisel op het apparaat stapt, zal dit leiden tot een onnauwkeurige meting.



Buig uw knieën niet tijdens de meting.

Voer een meting uit op een harde, vlakke vloer.

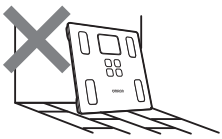
Opmerking

- Een zacht vloeroppervlak, zoals een kleed of tapijt, kan leiden tot een onnauwkeurige meting.

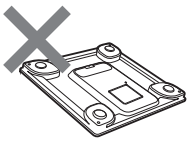
6.2 “0 kg-correctie” (let op bij opslaan)

Het apparaat corrigeert regelmatig de nauwkeurigheid wanneer het niet in gebruik is.

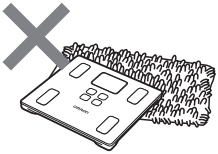
- Als het apparaat is geplaatst zoals hieronder is weergegeven, werkt deze nauwkeurigheidscorrectie niet; implementeer de “0 kg-correctie” voordat u de meting uitvoert.



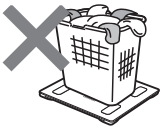
Het apparaat leunt tegen de muur of tegen andere voorwerpen.



Het apparaat is op de kop geplaatst.

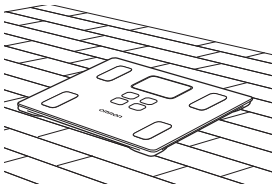


Het apparaat is op een voorwerp geplaatst.



Er is een voorwerp op het apparaat geplaatst.

6.3 De “0 kg-correctie” implementeren



1. **Plaats het apparaat op een harde, vlakke vloer.**

2. **Druk op de knop (ON/OFF) om het apparaat in te schakelen.**

3. **Selecteer uw persoonlijke nummer of “👤”.**

Selecteer uw persoonlijke nummer of “👤” met de knop (▶) en druk op de knop (SET) om te bevestigen.

4. **Druk wanneer “0.0 kg” wordt weergegeven op de knop (ON/OFF) (2 seconden of langer) om het apparaat uit te schakelen.**

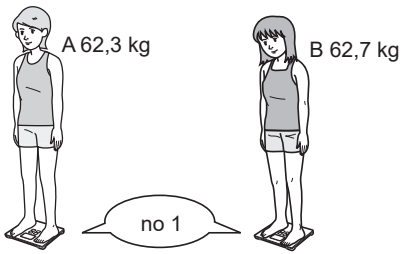
Hiermee is de “0 kg-correctie” voltooid. Wacht gedurende 5 minuten en voer dan een meting uit.

7. Een meting uitvoeren

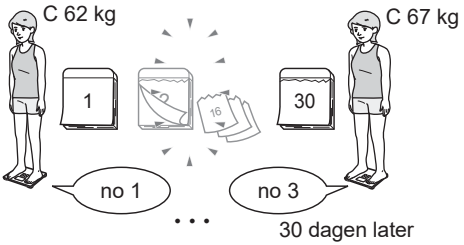
Wanneer er iemand op het apparaat gaat staan, wordt het ingeschakeld en wordt automatisch het persoonlijke nummer herkend en de meting gestart.

In de volgende gevallen kan het verkeerde persoonlijke nummer worden weergegeven.

- Als er gebruikers met een gelijk lichaamstype en lichaamsgewicht worden gemeten.



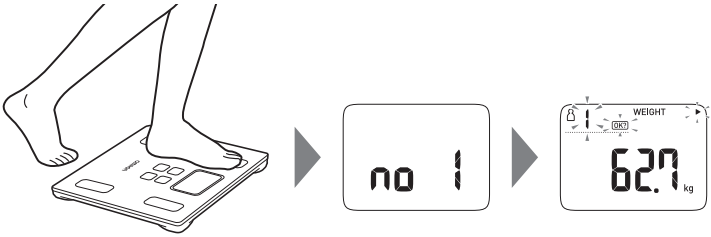
- Als uw lichaamsgewicht is gewijzigd sinds de laatste meting.



Als de onnauwkeurige meting aanhoudt, selecteer dan uw persoonlijke nummer om een meting uit te voeren. (Zie paragraaf 9.)

1. Een meting uitvoeren wanneer het apparaat is uitgeschakeld.

Wanneer u op het apparaat gaat staan, wordt het automatisch ingeschakeld.



2. Wanneer het persoonlijke nummer en de meetresultaten worden weergegeven, is de meting voltooid.

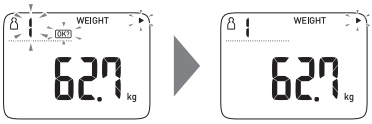
Stap van het apparaat af.

3. Bevestig uw persoonlijke nummer.

■ Als uw persoonlijke nummer juist is…

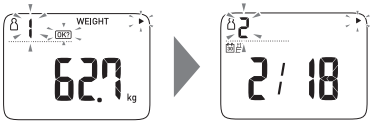
Druk op de knop SET en bevestig uw persoonlijke nummer. OK? verdwijnt.

Zelfs wanneer u het apparaat uitschakelt terwijl OK? knippert, worden de resultaten op het apparaat opgeslagen als de gemeten waarde voor het gekoppelde, weergegeven persoonlijke nummer.



■ Als uw persoonlijke nummer onjuist is…

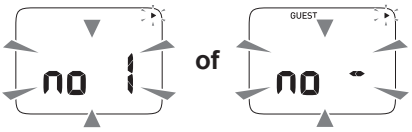
Selecteer uw persoonlijke nummer met de knop ▶ en druk op de knop SET om te bevestigen voor het apparaat wordt uitgeschakeld.



■ Als u uw persoonlijke nummer onjuist hebt bevestigd…

Druk op de knop SET zodat u uw persoonlijke nummer opnieuw kunt selecteren voor het apparaat wordt uitgeschakeld.

Als “no 1” tot “no 4” knippert op het scherm of als GUEST wordt weergegeven, zijn uw persoonlijke gegevens niet geregistreerd op het apparaat.
Uw persoonlijke gegevens registreren.
U kunt ook de gastmodus gebruiken.



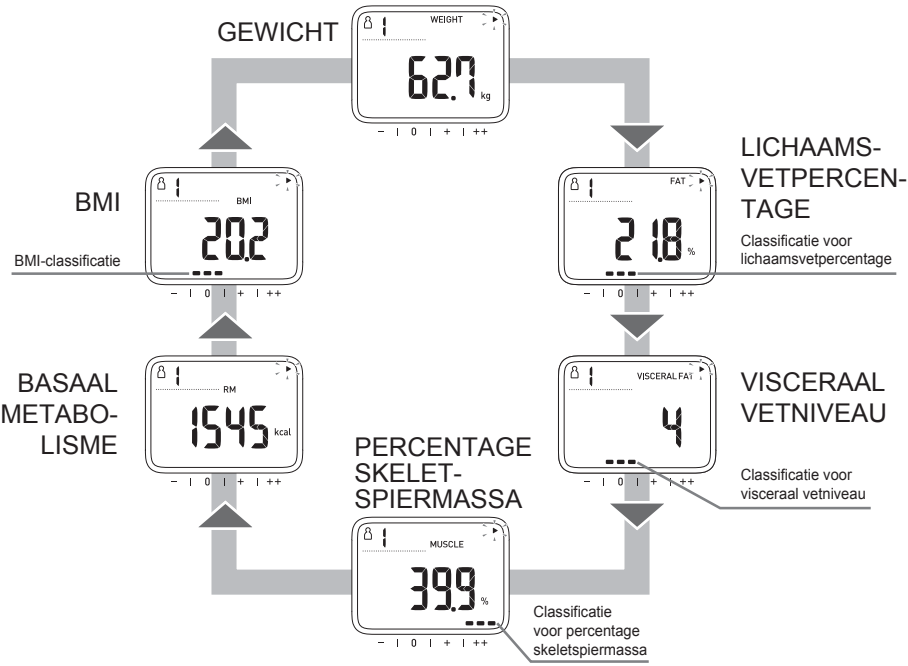
4. Controleer de meetresultaten.

Op het scherm worden de resultaten automatisch achter elkaar weergegeven, zoals hieronder weergegeven.

Als u uw persoonlijke nummer hebt bevestigd, kunt u met de knop ▶ deze weergave wisselen naar een meetresultaat dat u wilt bekijken.

Opmerking

- Gebruik lichaamsvetpercentage, visceraal vetniveau, percentage skeletspiermassa en indicator BMI-classificatie als een richtsnoer voor de meting.
- Raadpleeg de informatie en diagrammen in paragraaf 17 en 18 om uw meetresultaten beter te begrijpen.



5. Druk (2 seconden of langer) op de knop ON OFF om het apparaat uit te schakelen.

Het apparaat wordt uitgeschakeld als het gedurende 3 minuten niet wordt gebruikt.

NL

De geheugenfunctie gebruiken

8. De meetresultaten weergeven op uw smartphone.

Volg de instructies van de app “OMRON connect” om uw meetresultaten weer te geven.
U kunt vervolgens de parametervariaties van uw gewicht en lichaamssamenstelling bevestigen op uw smartphone.

Opmerking

- De app “OMRON connect” moet zijn geïnstalleerd op uw smartphone. (Zie paragraaf 3.)

Indien noodzakelijk

9. Uw persoonlijke nummer selecteren en een meting uitvoeren

Als uw persoonlijke nummer regelmatig niet wordt herkend, kunt u uw persoonlijke nummer selecteren en de meting als volgt uitvoeren.

1. Druk op de knop (ON/OFF) om het apparaat in te schakelen.

Het apparaat wordt ingeschakeld. Persoonlijk nummer “1” knippert.



2. Selecteer uw persoonlijke nummer.

Selecteer uw persoonlijke nummer met de knop (▶).

Wanneer de geboortedatum (- / - -) wordt weergegeven, Uw persoonlijke gegevens zijn niet geregistreerd in uw persoonlijke nummer.

Uw persoonlijke gegevens registreren. (Zie paragraaf 5.)

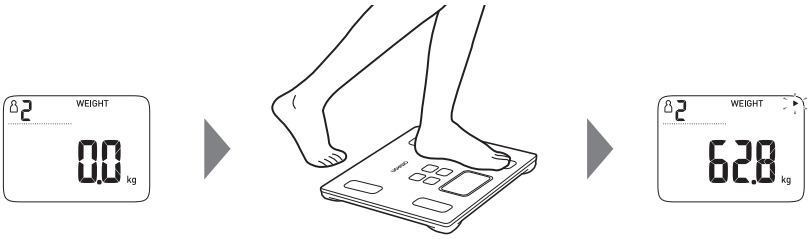


3. Druk op de knop (SET) en bevestig uw persoonlijke nummer.

“0.0 kg” wordt weergegeven.

4. Voer een meting uit wanneer “0.0 kg” wordt weergegeven.

Stap op het apparaat.



5. Controleer de meetresultaten.

Op het scherm worden de resultaten automatisch achter elkaar weergegeven.

6. Druk (2 seconden of langer) op de knop (ON/OFF) om het apparaat uit te schakelen.

Het apparaat wordt uitgeschakeld als het gedurende 3 minuten niet wordt gebruikt.

Indien noodzakelijk

10. Gastmodus (modus zonder opslag)

Wanneer deze modus wordt gebruikt, worden uw meetresultaten niet opgeslagen.

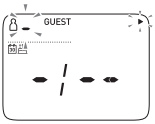
1. Druk op de knop (ON/OFF) om het apparaat in te schakelen.

Het apparaat wordt ingeschakeld. Persoonlijk nummer “1” knippert.



2. Selecteer en bevestig “ ”.

Selecteer “GUEST” met de knop (▶) en druk vervolgens op de knop (SET) om te bevestigen.

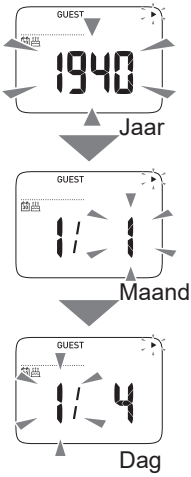


3. Voer persoonlijke gegevens in.

3.1 Stel de geboortedatum in

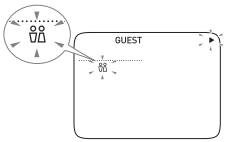
Druk op de knop (▶) om de geboortedag in te stellen en druk op de knop (SET) om de instelling te bevestigen.

- Instelbereik van het jaar: 1900 tot 2045
- Houd tijdens het instellen van jaar en datum de knop (▶) ingedrukt om snel vooruit te kunnen gaan in stappen van 10.



3.2 Geslacht instellen

Druk op de knop (▶) om het geslacht (MAN) of (VROUW) in te stellen en druk op de knop (SET) om de instelling te bevestigen.



3.3 Stel de lengte in

Druk op de knop (▶) om de lengte in te stellen en druk op de knop (SET) om de instelling te bevestigen.

- Houd de knop ingedrukt om snel vooruit te gaan in stappen van 10 cm (1 inch).



Nadat alle instellingen ter bevestiging zijn weergegeven, wordt “0.0 kg” op het scherm weergegeven.

Het apparaat wordt uitgeschakeld als het gedurende 1 minuut niet wordt gebruikt nadat “0.0 kg” wordt weergegeven.

NL

4. Begin met meten wanneer “0.0 kg” wordt weergegeven.

Stap op het apparaat.



5. Controleer de meetresultaten.

Op het scherm worden de resultaten automatisch achter elkaar weergegeven.

6. Druk (2 seconden of langer) op de knop ON OFF om het apparaat uit te schakelen.

Het apparaat wordt uitgeschakeld als het gedurende 3 minuten niet wordt gebruikt.

Indien noodzakelijk

11. Alleen wegen

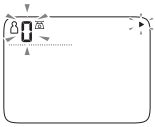
Wanneer deze modus wordt gebruikt, wordt uw meetresultaat niet opgeslagen.

1. Druk op de knop ON OFF om het apparaat in te schakelen.

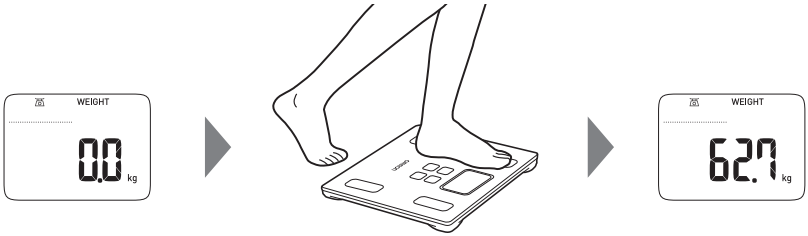
Het apparaat wordt ingeschakeld. Persoonlijk nummer “1” knippert.

2. Selecteer en bevestig “ ”.

Selecteer “ ” met de knop ▶ en druk vervolgens op de knop SET om te bevestigen.



3. Als op het scherm “0.0 kg” wordt weergegeven, stapt u op het apparaat.



4. Bekijk het meetresultaat.

Uw gewicht wordt weergegeven en knippert om aan te geven dat het wegen is voltooid.

5. Druk (2 seconden of langer) op de knop ON OFF om het apparaat uit te schakelen.

Het apparaat wordt uitgeschakeld als het gedurende 3 minuten niet wordt gebruikt.

Indien noodzakelijk

12. Uw persoonlijke gegevens wijzigen of verwijderen

1. Druk op de knop (ON/OFF) om het apparaat in te schakelen.
Het apparaat wordt ingeschakeld. Persoonlijk nummer “1” knippert.

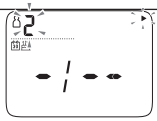


2. Selecteer uw persoonlijke nummer

Druk op de knop (▶) en selecteer het persoonlijke nummer.



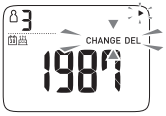
Wanneer de geboortedatum (- - / - -) wordt weergegeven,
Uw persoonlijke gegevens worden niet geregistreerd in uw persoonlijke nummer.
Uw persoonlijke gegevens registreren. (Zie paragraaf 5.)



3. Druk op de knop (SET) en bevestig het persoonlijke nummer.
“0.0 kg” wordt weergegeven.



4. Druk op de knop (SET).
“CHANGE” en “DEL” knipperen.

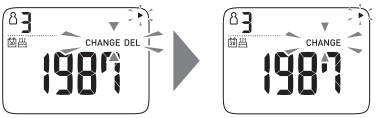


5. Selecteer “CHANGE” of “DELETE” voor uw persoonlijke gegevens

- Zelfs als de persoonlijke gegevens zijn gewijzigd, worden de meetresultaten niet gewijzigd of verwijderd. Wanneer u gebruikmaakt van een persoonlijk nummer dat eerst door een andere persoon is gebruikt, verwijdert u de persoonlijke gegevens en registreert u de persoonlijke gegevens opnieuw.

Wijzig uw persoonlijke gegevens.
(De meetresultaten worden niet verwijderd)

1. Druk op de knop (▶) om “CHANGE” te selecteren



2. Druk op de knop (SET).
Het jaar knippert.

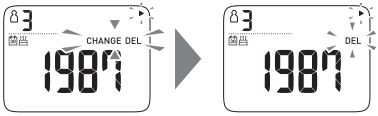


3. Wijzig “geboortedatum”, “geslacht” en “lengte” en raadpleeg daarbij stap 3 ~stap 5 van paragraaf 5.

- Als u halverwege een wijziging wilt stoppen, drukt u op de knop (ON/OFF) (2 seconden of langer) om het apparaat uit te schakelen.
- De niet overgebrachte meetresultaten worden niet gewijzigd.

Verwijder uw persoonlijke gegevens
(De meetresultaten worden ook verwijderd)

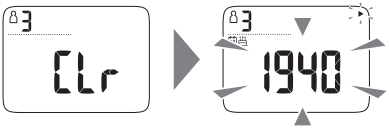
1. Druk op de knop (▶) om “DEL” te selecteren



2. Druk op de knop (SET).
OK? knippert.



3. Druk opnieuw op de knop (SET).



NL

Indien noodzakelijk

13. De communicatie-instelling wijzigen

Als u wilt stoppen met het gebruik van de app “OMRON connect” of de communicatie-instellingen van uw slimme apparaat wilt verwijderen, doet u het volgende. Alle communicatie-instellingen die op het apparaat zijn opgeslagen, worden verwijderd.

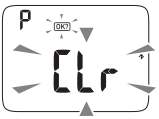
1. **Houd de knop (Bluetooth) langer dan 2 seconden ingedrukt.**

“P” en het Bluetooth-symbool knipperen.



2. **Houd de knop (Bluetooth) opnieuw langer dan 2 seconden ingedrukt.**

“ OK? ” en “CLr” knipperen.



3. **Druk op de knop (SET) om te bevestigen.**

Het apparaat wordt uitgeschakeld als het gedurende 10 seconden niet wordt gebruikt nadat “CLr” wordt weergegeven.



Indien noodzakelijk

14. Onderhoud en opslag

Het apparaat reinigen

- Reinig het apparaat altijd voor gebruik.
- Veeg het apparaat af met een droge, zachte doek. Gebruik indien nodig een doek die met water of zeep is bevochtigd, en knijp deze goed uit voordat u het apparaat afveegt. Veeg af met een droge doek.
- Gebruik voor het reinigen van het apparaat geen benzeen, verdunner of andere vluchtige oplosmiddelen.
- Was het apparaat niet met water.

Verzorging en opslag

- Berg het apparaat niet op onder de volgende omstandigheden:
  - vochtige plaatsen, waar vocht of water in het apparaat kan komen,
  - hoge temperaturen, in direct zonlicht of op stoffige plaatsen,
  - plaatsen waar het risico bestaat van plotselinge schokken of trillingen,
  - plaatsen waar chemicaliën zijn opgeslagen of waar bijtende gassen aanwezig zijn.
- Voer nooit zelf reparaties uit. Dit product is gekalibreerd op het moment van fabricage. Als u op een bepaald moment twijfels hebt over de nauwkeurigheid van de metingen, neem dan contact op met uw erkende OMRON-distributeur. In het algemeen wordt aanbevolen het apparaat elke 2 jaar te laten controleren op juiste werking en nauwkeurigheid.

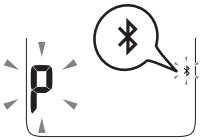
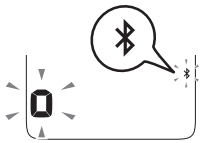
Indien noodzakelijk

15. Problemen oplossen

In het geval tijdens de meting een van de onderstaande problemen optreedt, controleer dan eerst of er geen ander elektrisch apparaat aanwezig is binnen een bereik van 30 cm. Als het probleem aanhoudt, raadpleeg dan de tabel hieronder.

Foutweergave	Oorzaak	Oplossing
Err 1	U bent van het apparaat gestapt tijdens een meting van de lichaamssamenstelling.	Stap niet van het apparaat af tot de meting van de lichaamssamenstelling is voltooid. (Zie paragraaf 6.)
	Uw voetzolen maken niet voldoende contact met de elektroden.	Zorg ervoor dat u op de juiste wijze op het apparaat staat door uw voetzolen stevig op de elektroden te plaatsen tijdens een meting. (Zie paragraaf 6.)
Err2	De houding voor het meten is onjuist; uw voetzolen maken niet voldoende contact met de elektroden of zijn te droog.	Houd uw knieën en rug recht tijdens het staan. Houd uw voeten stevig geplaatst op de elektroden en beweeg ze niet tijdens de uitvoering van een meting. (Zie paragraaf 6.) Bevochtig uw voetzolen licht met een natte handdoek en probeer het opnieuw.
Err5	Na het instellen van de datum en tijd is het apparaat aangeraakt of gebruikt voordat de weergave automatisch uitschakelde.	Verwijder de batterij en plaats deze vervolgens opnieuw. Start het apparaat opnieuw en begin bij “Dit apparaat koppelen met uw smartphone”. (Raadpleeg paragraaf 3.) • Wanneer de datum en tijd worden weergegeven, laat u het apparaat met rust totdat het automatisch uitschakelt.
	Apparaatfout.	Verwijder de batterij en plaats deze vervolgens opnieuw. Start het apparaat opnieuw wanneer u hiermee klaar bent. Raadpleeg uw OMRON-servicevertegenwoordiger als deze fout vaker wordt weergegeven.
Err6	Communicatiefout.	Schakel het apparaat uit en probeer opnieuw te communiceren. Neem contact op met uw OMRON-servicevertegenwoordiger als deze fout opnieuw wordt weergegeven.
Err	U hebt bewogen tijdens een meting.	Sta stil tijdens een meting.
	Uw lichaamsgewicht viel buiten het meetbare bereik.	
Err	Communicatiefout.	Bevestig het scherm op uw smartphone en volg de instructies in de app “OMRON connect”. Raadpleeg de “Help” in de app “OMRON connect”.
	Het batterijvermogen is laag.	We raden aan de batterijen op tijd door nieuwe te vervangen. (Zie paragraaf 2.)
	Batterijen zijn leeg.	Vervang de batterijen. (Zie paragraaf 2.)

NL

Probleem	Oorzaak	Oplossing
 Knippert	24-29 sets met meetresultaten zijn opgeslagen.	Breng de meetresultaten over naar de app “OMRON connect”; vervolgens zal het symbool verdwijnen.
	30 sets met meetresultaten zijn opgeslagen.	Als het aantal de 30 overschrijdt, worden de oudste resultaten verwijderd. Breng de meetresultaten over naar de app “OMRON connect”; vervolgens zal het symbool verdwijnen.
	U hebt de knop langer dan 2 seconden ingedrukt gehouden.	Dit wordt weergegeven als u uw apparaat koppelt met uw slimme apparaat. Volg de instructies in de app “OMRON connect”. Druk (2 seconden of langer) op de knop om het koppelen te stoppen.
	U hebt op de knop gedrukt.	Dit wordt weergegeven wanneer de gegevens worden overgebracht naar uw smartphone. Volg de instructies in de app “OMRON connect”. Druk op de knop (2 seconden of langer) om de transmissie te stoppen.
	U hebt de knop meer dan 2 seconden ingedrukt gehouden op het moment dat “P“ en het Bluetooth-symbool knipperden.	Dit wordt weergegeven wanneer u de communicatie-instelling verwijdert. (Zie paragraaf 13.) Druk op de knop (2 seconden of langer) om het gebruik te stoppen.
Zelfs wanneer u het apparaat inschakelt, wordt er niets weergegeven. Zelfs wanneer u op het apparaat stapt, wordt er niets weergegeven.	Er zijn geen batterijen geplaatst.	Plaats de batterijen.
	De batterijen zijn in de verkeerde richting geplaatst.	Plaats de batterijen in de juiste richting.
	De batterijen zijn leeg.	Vervang alle vier de batterijen door nieuwe.
Nadat de batterijen zijn vervangen, wordt er niets weergegeven wanneer u op het apparaat stapt.	U hebt de meeteenheid, datum en tijd niet ingesteld na vervanging van de batterijen.	Stel de meeteenheid, datum en tijd in. (Zie paragraaf 4.)
	Uw lichaamsgewicht is te laag. (Minder dan 12 kg.)	Selecteer uw persoonlijke nummer voordat u een meting uitvoert.
Voor sommige resultaten wordt “- - - - -” weergegeven.	De geregistreerde gegevens of waarden voor de lichaamssamenstelling vielen buiten het meetbare bereik.	Controleer of de instellingen voor geboortedatum, geslacht en lengte correct zijn. Zelfs als deze instellingen juist zijn, wordt “- - - - -” weergegeven als ze buiten het weer te geven of ondersteunde leeftijdsbereik vallen.

Probleem	Oorzaak	Oplossing
Het meetresultaat is hoger of lager dan het werkelijke resultaat. Het resultaat is voor elke meting heel anders.	Tijdens een meting hebt u een onjuiste houding.	Voer een meting uit met een juiste houding.
	U voert een meting uit op een kleed, een zacht vloeroppervlak of op een oneffen vloer.	Voer een meting uit op een harde, vlakke vloer.
	Uw voetzolen of lichaam zijn koud, waardoor de bloedcirculatie niet goed is.	Warm uw lichaam op om de bloedcirculatie eerst te normaliseren voordat u een meting uitvoert.
	De voetelektroden zijn erg koud.	Laat het apparaat een tijdje in een warme kamer staan voordat u een meting uitvoert.
	Uw voetzolen zijn droog.	Bevochtig uw voetzolen licht met een natte handdoek voordat u een meting uitvoert.
	De “0 kg-correctie” is niet juist geïmplementeerd.	Implementeer de “0 kg-correctie”. (Zie paragraaf 6,3.)
U bent niet correct herkend.	Uw lichaamsgewicht is sterk gewijzigd sinds de laatste meting.	Selecteer uw persoonlijke nummer voordat u een meting uitvoert. (Zie paragraaf 9.)
	Uw lichaamstype is gelijk aan dat van een andere geregistreerde persoon.	
	De meetresultaten van een andere gebruiker zijn geregistreerd.	
U wilt de lichaamssamenstelling meten, maar alleen het lichaamsgewicht wordt weergegeven.	Persoonlijk nummer of GUEST is niet geselecteerd. (Persoonlijk nummer of GUEST wordt niet weergegeven.)	Selecteer uw persoonlijke nummer of GUEST voordat u een meting uitvoert.
Een knop reageert niet.	U hebt op een knop gedrukt terwijl u op het apparaat stond.	Stap van het apparaat af en druk vervolgens op een knop.
	De knop is nat of verontreinigd.	Veeg het water of het vuil eraf voordat u een meting uitvoert.
	U hebt twee of meer knoppen tegelijk ingedrukt.	Druk op één knop tegelijk.
Zelfs als u niets doet, schakelt het apparaat uit.	Raadpleeg “De functie Uitschakelen”. (Zie paragraaf 2.)	
Verzenden van gegevens mislukt	Raadpleeg de “Help” in de app “OMRON connect”.	

Indien noodzakelijk

16. Technische gegevens

Productcategorie	**Analysatoren voor lichaamssamenstelling**	
Productbeschrijving	**Lichaamscompositiemeter**	
Model (nummer)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Scherm*	**Lichaamsgewicht:**	2,0 tot 150,0 kg in stappen van 0,1 kg (4,4 tot 330,0 lb in stappen van 0,2 lb) (0 st 4,4 lb tot 23 st 8,0 lb in stappen van 0,2 lb)
	Lichaamsvetpercentage:	5,0 tot 60,0% in stappen van 0,1%
	Percentage skeletspiermassa:	5,0 tot 50,0% in stappen van 0,1%
	BMI:	7,0 tot 90,0 in stappen van 0,1
	Basaal metabolisme:	385 tot 3.999 kcal in stappen van 1 kcal
	Visceraal vetniveau:	30 niveaus in stappen van 1 niveau
	Lichaamsvetpercentage, percentage skeletspiermassa en BMI-classificatie: – (laag) / 0 (normaal) / + (hoog) / ++ (zeer hoog): 4 niveaus	
	Classificatie voor visceraal vetniveau: 0 (normaal) / + (hoog) / ++ (zeer hoog): 3 niveaus * Het leeftijdsbereik voor het lichaamsvetpercentage en de classificatie voor het lichaamsvetpercentage is 10 tot 80 jaar. * Het leeftijdsbereik voor het percentage skeletspiermassa, de classificatie voor het percentage skeletspiermassa, het visceraal vetniveau, de classificatie voor het visceraal vetniveau en het basaal metabolisme is 18 tot 80 jaar.	
Overdrachtsprotocol	**Bluetooth®** energiezuinige technologie	
Draadloze communicatie	**Frequentiebereik:**	2,4 GHz (2.400 - 2.483,5 MHz)
	Modulatie:	GFSK
	Effectief uitgestraald vermogen:	<20 dBm
In te stellen onderdelen*	De volgende informatie kan voor maximaal 4 personen worden opgeslagen.	
	Meeteenheid	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Geboortedatum	1 januari 1900 tot 31 december 2045
	Geslacht	Man / Vrouw
	Lengte	100,0 tot 199,5 cm in stappen van 0,5 cm (3' 4" tot 6' 6 1/2" in stappen van 1/4")
	* Wanneer de lengte van een persoon minder dan 100,0 cm of meer dan 199,5 cm bedraagt: Meetresultaten voor BMI en lichaamssamenstelling zijn alleen ter referentie.	
Weegnauwkeurigheid	2,0 kg tot 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb tot 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb tot 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg tot 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb tot 330,0 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb tot 23 st 8,0 lb: ± 1%)	
Nauwkeurigheid (S.E.E.)	**Lichaamsvetpercentage:**	3,5%
	Percentage skeletspiermassa:	3,5%
	Visceraal vetniveau:	3 niveaus

Gebruiksduur	5 jaar
IP-classificatie	IP21* * IP-classificatie geeft de mate van bescherming weer die een behuizing biedt volgens IEC 60529. Dit apparaat is beveiligd tegen vaste voorwerpen met een diameter van 12,5 mm of groter, zoals een vinger. Dit apparaat is beveiligd tegen verticaal vallende waterdruppels die problemen kunnen veroorzaken bij normaal gebruik.
Voeding	4 AAA-alkalinebatterijen (LR03)
Levensduur batterijen	Ongeveer 6 maanden (wanneer AAA-alkalinebatterijen worden gebruikt voor vier metingen, vier gegevensoverdrachten en vier personen per dag en bij een kamertemperatuur van 23 °C)
Werkingstemperatuur/ vochtigheid/luchtdruk	+5 °C tot +40 °C, 30% tot 85% RV (zonder condensatie), 860 hPa tot 1.060 hPa
Temperatuur/ vochtigheid/luchtdruk bij opslag en vervoer	-20 °C tot +60 °C, 10% tot 95% RV (zonder condensatie), 860 hPa tot 1.060 hPa
Gewicht	Ongeveer 1,6 kg (inclusief batterijen)
Buitenafmetingen	Circa 285 (b)×28 (h)×280 (d) mm (Circa 11 1/5” (b)×1 1/10” (h)×11” (d))
Inhoud	Lichaamscompositiemeter, 4 AAA alkalinebatterijen (LR03), Set up instructies, gebruiksaanwijzing

Opmerking

- Technische wijzigingen kunnen zonder voorafgaande berichtgeving worden doorgevoerd.
- Meld alle ernstige voorvallen die zich in relatie tot dit apparaat hebben voorgedaan, bij de fabrikant en de bevoegde instantie van de lidstaat waarin u bent gevestigd.

CE 0197

Dit Product maakt gebruik van de niet-gelicentieerde ISM-band op 2,4 GHz. Wanneer dit Product wordt gebruikt in de buurt van andere draadloze apparaten, waaronder magnetrons en draadloze LANs, die gebruikmaken van dezelfde frequentieband als dit product, bestaat de mogelijkheid dat er storing optreedt tussen dit product en dergelijke andere apparaten. Als dergelijke storing optreedt, moet u deze andere apparaten uitschakelen of dit Product verplaatsen voordat u dit Product gebruikt, of moet u dit Product niet gebruiken in de buurt van andere draadloze apparaten.

Bluetooth®

Het woordmerk en de logo’s van **Bluetooth®** zijn gedeponeerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en enig gebruik hiervan door OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. geschiedt onder licentie.

Hierbij verklaart OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. dat de radioapparatuur van type VIVA (HBF-222T-EBK) voldoet aan de richtlijn 2014/53/EU.
De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het volgende internetadres: www.omron-healthcare.com.

Apple en het logo van Apple zijn handelsmerken van Apple Inc., die zijn gedeponeerd in de V.S. en in andere landen.
App Store is een dienstmerk van Apple Inc.
Android en het logo van Google Play zijn handelsmerken van Google Inc.

Belangrijke informatie met betrekking tot de elektromagnetische compatibiliteit (EMC)

HBF-222T-EBK gefabriceerd door OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. voldoet aan de norm EN60601-1-2:2015 voor elektromagnetische compatibiliteit (EMC). Meer documentatie met betrekking tot deze EMC-norm is verkrijgbaar bij OMRON HEALTHCARE EUROPE, op het adres dat in deze gebruiksaanwijzing staat vermeld of op www.omron-healthcare.com. Raadpleeg de EMC-informatie voor HBF-222T-EBK op de website.

Garantie

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. geeft op dit product een garantie van 3 jaar vanaf de datum van aankoop.
Batterij, verpakking en/of schade voortkomend uit verkeerd gebruik (zoals laten vallen of fysiek verkeerd gebruik) veroorzaakt door de gebruiker, vallen niet onder de garantie. Geclaimde producten worden alleen vervangen wanneer deze worden geretourneerd samen met de originele factuur/kassabon.

Correcte verwijdering van dit product (elektrische en elektronische afvalapparatuur)



Dit merkteken op het product of het bijbehorende informatiemateriaal duidt erop dat het niet met ander huishoudelijk afval verwijderd mag worden aan het einde van zijn gebruiksduur. Om mogelijke schade aan het milieu of de menselijke gezondheid door ongecontroleerde afvalverwijdering te voorkomen, moet u dit product van andere soorten afval scheiden en op een verantwoorde manier recyclen, zodat het duurzame hergebruik van materiaalbronnen wordt bevorderd.

Huishoudelijke gebruikers moeten contact opnemen met de winkel waar ze dit product hebben gekocht of met de gemeente waar ze wonen om te vernemen waar en hoe ze dit product milieuvriendelijk kunnen laten recyclen.

Zakelijke gebruikers moeten contact opnemen met hun leverancier en de algemene voorwaarden van de koopovereenkomsten nalezen. Dit product moet niet worden gemengd met ander bedrijfsafval voor verwijdering.

Dit product bevat geen schadelijke stoffen.
Afvoer en verwerking van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving hiervoor.

Beschrijving van symbolen die, afhankelijk van het model, kunnen worden gevonden op het product zelf, het verkooppakket van het product of de gebruiksaanwijzing.

	Toegepast onderdeel, type BF Beschermingsgraad tegen elektrische schokken (lekstroom)	SN	Serienummer
IP XX	Beschermingsgraad tegen binnendringing volgens IEC 60529		Temperatuurbegrenzing
CE	CE-merkteken		Vochtigheidsbegrenzing
	GOST-R-symbool		Luchtdrukbegrenzing
	Symbool van Euraziatische conformiteit	⎓	Gelijkstroom
	Noodzaak voor de gebruiker om de gebruiksaanwijzing te raadplegen		Dit product dient niet te worden gebruikt door personen met medische implantaten, zoals een pacemaker, een kunsthart, een kunstlong of andere elektronische bewakingsapparatuur.
MD	Medisch hulpmiddel		Datum van fabricage

17. Informatie over lichaamssamenstelling

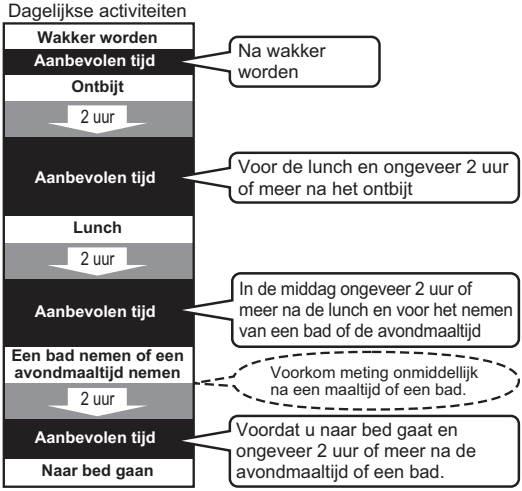
Principes van het berekenen van de lichaamssamenstelling

Lichaamsvet geleidt slecht

De VIVA bepaalt het lichaamsvetpercentage aan de hand van de bio-elektrische impedantie (BI-methode). Spieren, bloedvaten en bot zijn lichaamsweefsels die veel water bevatten en gemakkelijk elektriciteit geleiden. Lichaamsvet is een weefsel dat minder geleidend is. De VIVA stuurt een zeer zwakke elektrische stroom van 50 kHz en minder dan 500 μA door uw lichaam voor het meten van de hoeveelheid vetweefsel. Deze zwakke elektrische stroom voelt u niet tijdens het gebruik van de VIVA.
Voor het bepalen van uw lichaamssamenstelling wordt door het apparaat gebruikgemaakt van de elektrische impedantie en van uw gewicht, lengte, leeftijd en geslacht, voor het genereren van resultaten op basis van de gegevens van OMRON over de lichaamssamenstelling.

Aanbevolen meettijden

Begrip van de normale veranderingen in uw lichaamsvetpercentage kan u helpen bij het voorkomen of verminderen van obesitas (zwaarlijvigheid). Als u zich bewust wordt van de momenten waarop het lichaamsvetpercentage tijdens uw dagelijkse ritme verandert, kan dit u helpen een goed inzicht te krijgen in de ontwikkeling van uw lichaamsvet. Het wordt aanbevolen dit apparaat telkens in dezelfde omgeving en dagelijkse omstandigheden te gebruiken. (Zie tabel)



Voer geen metingen uit onder de volgende omstandigheden:

- Direct na een zware inspanning, na een bad of na een saunabezoek.
- Nadat u alcohol of een grote hoeveelheid water hebt gedronken of na een maaltijd (ongeveer 2 uur).

Als u onder de volgende omstandigheden een meting uitvoert, kan de berekende lichaamssamenstelling duidelijk afwijken van de werkelijke waarden, doordat de waterhoeveelheid in het lichaam verandert.

NL

Wat is BMI (Body Mass Index)?

De BMI wordt berekend met de onderstaande, eenvoudige formule voor de verhouding tussen het gewicht en de lengte van een persoon.

BMI = gewicht (kg) / lengte (m) / lengte (m)

De OMRON VIVA gebruikt voor het berekenen van de BMI-classificatie de lengte die onder het persoonlijke nummer is opgeslagen, of de in de gastmodus ingevoerde gegevens.
Als het vetgehalte dat door de BMI wordt aangegeven hoger is dan de internationale standaard, is er een verhoogde kans op een aantal veelvoorkomende ziekten. Niet alle soorten vet worden echter door de BMI aangetoond.

Wat is het lichaamsvetpercentage?

Het lichaamsvetpercentage is de hoeveelheid lichaamsvet als percentage van het totale lichaamsgewicht.

Lichaamsvetpercentage (%) = (hoeveelheid lichaamsvet (kg) / lichaamsgewicht (kg)) × 100

De VIVA gebruikt de BI-methode voor het schatten van het lichaamsvetpercentage.
Afhankelijk van de verdeling van het vet over het lichaam, wordt dit vet als visceraal of als onderhuids vet aangeduid.

Wat is het visceraal vetniveau?

Visceraal vet = vet rond de interne organen

Van een teveel aan visceraal vet wordt gedacht dat dit sterk gerelateerd is aan verhoogde vetniveaus in het bloed. Dit kan leiden tot veelvoorkomende ziekten zoals hyperlipidemie en suikerziekte. Deze aandoeningen verstoren de overdracht van energie uit het bloed naar de cellen. Voor het voorkomen of verlichten van veelvoorkomende ziekten is het belangrijk de hoeveelheid visceraal vet te verminderen tot een acceptabel niveau. Mensen met veel visceraal vet hebben vaak een grote maag. Dit is echter niet altijd het geval en hoge niveaus van visceraal vet kunnen leiden tot metabolische obesitas. Metabolische obesitas (viscerale obesitas met normaal gewicht) geeft vetniveaus die hoger zijn dan gemiddeld, zelfs als het gewicht op of onder het ideale gewicht voor de lengte ligt.

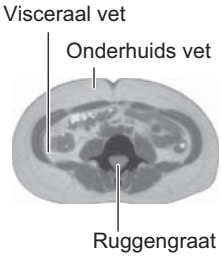


Voorbeeld van visceraal vet (MRI-beeld)

Wat is onderhuids vet?

Onderhuids vet = vet dat onder de huid ligt

Onderhuids vet verzamelt zich niet alleen rond de maag, maar ook rond de bovenarmen, heupen en dijen, en kan de verhoudingen van het lichaam verstoren. Hoewel het niet direct gekoppeld is aan verhoogde kans op ziekten, wordt het onder andere beschouwd als extra druk op het hart. Onderhuids vet wordt niet apart op dit apparaat weergegeven, maar is onderdeel van het lichaamsvetpercentage.



Voorbeeld van onderhuids vet (MRI-beeld)

Wat is skeletspiermassa?

Spieren worden in twee typen onderverdeeld: spieren van interne organen, zoals het hart, en skeletspieren die aan botten zijn gehecht en worden gebruikt om het lichaam te bewegen. De skeletspiermassa kan worden vergroot door oefening en andere activiteiten. Het vergroten van de skeletspiermassa ten opzichte van de lichaamsmassa betekent dat er gemakkelijker energie kan worden verbrand. Dit betekent dat het minder waarschijnlijk is dat er vet wordt aangemaakt en dat het gemakkelijker wordt een actieve levensstijl aan te houden.

Wat is ruststofwisseling?

Onafhankelijk van hoe actief u bent, is een minimale hoeveelheid calorieën nodig voor de dagelijkse functies van het lichaam. Deze zogenoemde ruststofwisseling geeft aan hoeveel calorieën u tot zich moet nemen om voldoende energie te leveren voor het functioneren van uw lichaam.

18. Interpretatiediagrammen voor meetresultaten

Interpretatie van lichaamsvetpercentage

	Leeftijd	- (laag)	0 (normaal)	+ (hoog)	++ (zeer hoog)
Vrouw	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Man	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy et al, in de International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 en door Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000 en geclassificeerd in vier niveaus door OMRON HEALTHCARE.

Interpretatie van visceraal vetniveau

Visceraal vetniveau	Classificatie
1 - 9	0 (normaal)
10 - 14	+ (hoog)
15 - 30	++ (zeer hoog)

Volgens cijfers van OMRON HEALTHCARE.

Het skeletspiermassapercentage interpreteren

	Leeftijd	- (laag)	0 (normaal)	+ (hoog)	++ (zeer hoog)
Vrouw	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Man	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

Volgens cijfers van OMRON HEALTHCARE.

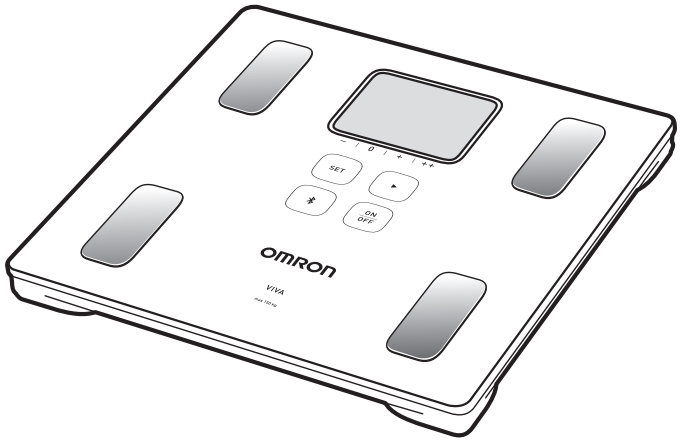
Interpretatie van BMI

BMI	BMI (aanduiding van WGO)
< 18,5	- (ondergewicht)
18,5 - 24,9	0 (normaal)
25 - 29,9	+ (overgewicht)
≧ 30	++ (obesitas)

Fabrikant 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
Vertegenwoordiging in de EU **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, NEDERLAND www.omron-healthcare.com
Importeur in de EU	
Productiefaciliteit	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, China
Dochterondernemingen	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importeur voor het Verenigd Koninkrijk en verantwoordelijke in het VK Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Uitgiftedatum: 2021-08-27 Geproduceerd in China

OMRON



Monitor for kroppskomposisjon

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Brukerveiledning

NO

Takk for kjøpet av OMRON monitor for kroppskomposisjon.
Før du bruker denne enheten, må du lese denne brukerveiledningen nøye for å forstå sikker og forsvarlig bruk.
Oppbevar denne brukerveiledningen for fremtidig bruk.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-NO-08-06/2021

VIVA
Monitor for kroppskomposisjon

Tiltenkt bruk

Takk for kjøpet av denne OMRON-monitoren for kroppskomposisjon. Denne enheten er beregnet til å måle og vise følgende kroppskomposisjonsparametere.

- Kroppsvekt
- Visceralt fettnivå (opp til 30 nivåer)
- Hvilemetabolisme (i kcal)
- Kroppsfett (i %)
- Skjelettmuskulatur (i %)
- BMI (Kroppsmasseindeks)

Denne enheten skal brukes av voksne som kan forstå denne brukerveiledningen. Den er ikke for profesjonell bruk på sykehus eller i andre medisinske institusjoner, den er kun tiltenkt for hjemmebruk.



Les denne brukerveiledningen nøye før apparatet brukes og for å få mer informasjon om de enkelte funksjonene.

Innhold

Før bruk av enheten 2

Merknader om sikkerhet 2
1. Bli kjent med måleren 4
2. Sette i og bytte batteriene 5
3. Pare enheten med smartenheten 6
4. Stille inn måleenheten, datoen og klokkeslettet 7
5. Registrere personlige data 8

Bruksanvisning 9

6. Slik tar du en nøyaktig måling 9
   6.1 Korrekte stillinger under målingen 9
   6.2 Om "0 kg correction" (0 kg-korreksjon) (forsiktighet for lagring) 10
   6.3 Slik implementerer du "0 kg correction" (0 kg-korreksjon) 10
7. Foreta en måling 10

Bruke minnefunksjonen 12

8. Vise måleresultatene på smartenheten 12

Når nødvendig 13

9. Velge det personlige nummeret ditt og ta en måling 13
10. Gjestemodus (uregistrert modus) 14
11. Måle kun vekt 15
12. Endre eller slette dine personlige data 16
13. Slett kommunikasjonsinnstillingen 17
14. Vedlikehold og oppbevaring 17
15. Problemløsing 18
16. Tekniske data 21

Informasjon om kroppskomposisjon 24

17. Informasjon om kroppskomposisjon 24
18. Måleresultater, tolkning av diagrammer 26

Før bruk av enheten

Merknader om sikkerhet

Symboler og definisjoner som brukes er følgende:

⚠**Fare:**	Feilaktig bruk kan føre til død eller alvorlig skade.
⚠**Advarsel:**	Feilaktig bruk kan føre til død eller alvorlig skade.
⚠**Forsiktig:**	Feilaktig bruk kan føre til skade eller ødeleggelser på utstyret.

⚠Fare:

• Ikke bruk denne enheten sammen med elektronisk medisinsk utstyr som:
(1) Elektromedisinske implantater, f.eks. pacemakere.
(2) Livsoppholdende elektroniske systemer, f.eks. en hjerte-lungemaskin.
(3) Bærbart, elektronisk medisinsk utstyr, som en elektrokardiograf.
Denne enheten kan føre til at utstyret ikke virker som det skal, og utsetter dermed brukere av dette utstyret for en betydelig helsefare.



⚠Advarsel:

- Hold enheten utenfor barns rekkevidde. Inneholder små deler som kan forårsake kvelningsfare ved svelging av spedbarn.
- Ikke bruk enheten på glatte overflater, som et vått gulv.
- Ikke hopp på enheten, eller hopp opp og ned på den.
- Ikke bruk dette apparatet når kroppen din og/eller føttene er våte, f.eks. etter et bad.
- Stå barbent på enheten. Det å stå på enheten med sokker på kan føre til at du glir og skader deg.
- Ikke tråkk på kanten eller på displayområdet på enheten.
- Uføre eller fysisk svake personer må alltid få hjelp av andre når de skal bruke denne enheten.
- Hvis du får batterivæske i øynene, må du umiddelbart skylle med rikelige mengder rent vann. Kontakt lege umiddelbart.
- Ikke bruk dette produktet på sykehus, fly eller i andre miljøer der bruken av radiobølger er begrenset.
- Dette produktet sender radiofrekvenser (RF) i 2,4 GHz-båndet. Ikke bruk dette produktet på steder der RF er begrenset, for eksempel på fly eller på sykehus.

NO

⚠Forsiktig:

- Enheten må ikke demonteres, repareres eller settes sammen igjen.
- Ikke begynn en vektreduksjon eller et treningsprogram uten først å konsultere en lege eller helsepersonell. Selvdiagnose kan skade helsen din.
- Under måling må du sørge for at ingen mobiltelefon eller andre elektriske enheter som sender elektromagnetiske felter befinner seg innenfor 30 cm fra denne enheten. Dette kan føre til feil bruk av enheten og/eller unøyaktig avlesing.
- Bruk batterier som er beregnet på denne enheten. Ikke sett inn batteriene med polaritetene i feil retning.
- Bytt umiddelbart ut brukte batterier med nye.
- Ikke kast batteriene i brennende materiale.

- Hvis du får batterivæske i øynene eller på klærne, skyll umiddelbart med rikelige mengder rent vann.
- Fjern batteriene fra apparatet hvis du ikke skal bruke det over en lengre periode (omtrent tre måneder eller mer).
- Ikke bruk forskjellige typer batterier samtidig.
- Ikke bruk gamle og nye batterier samtidig.
- Vask alltid føttene dine før du bruker enheten. Hvis du lider av en fotinfeksjon eller annen hudsykdom, kan du forårsake infeksjon hos andre mennesker.
- Når enheten skal brukes av flere personer, tørk enheten av med en fuktig klut fuktet med mildt rengjøringsmiddel etter bruk. Deretter tørk den helt tørr.
- Denne enheten skal ikke brukes til andre formål enn dem som er beskrevet i denne håndboken.
- Da denne enheten er et presisjonsinstrument, skal den ikke slippes, vibreres eller påføres sterkt støt.

Datatransmisjon

- Ikke bytt ut batteriet mens måleresultatet blir overført til smartenheten. Dette kan føre til feil bruk av monitoren og manglende overføring av måleresultatet.
- Ikke plasser integrerte kretskort, magneter, metallobjekter eller andre enheter som sender elektromagnetiske felter nær denne monitoren mens måleresultatet blir overført til smartenheten. Dette kan føre til feil bruk av enheten og manglende overføring av måleresultatet.

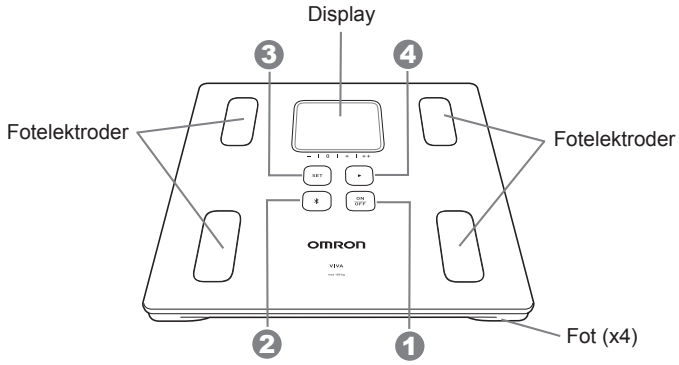
Feil måling

Feil måling kan oppstå for følgende brukere:
Eldre mennesker (over 81 år) / mennesker med feber / kroppsbyggere eller høyt trente idrettsutøvere / pasienter som behandles med dialyse / pasienter med osteoporose som har svært lav bentetthet / gravide kvinner / personer med hevelse.

- Fordi kroppskomposisjonen som kroppsvann kan avvike sterkt fra gjennomsnittsverdien.

1. Bli kjent med måleren

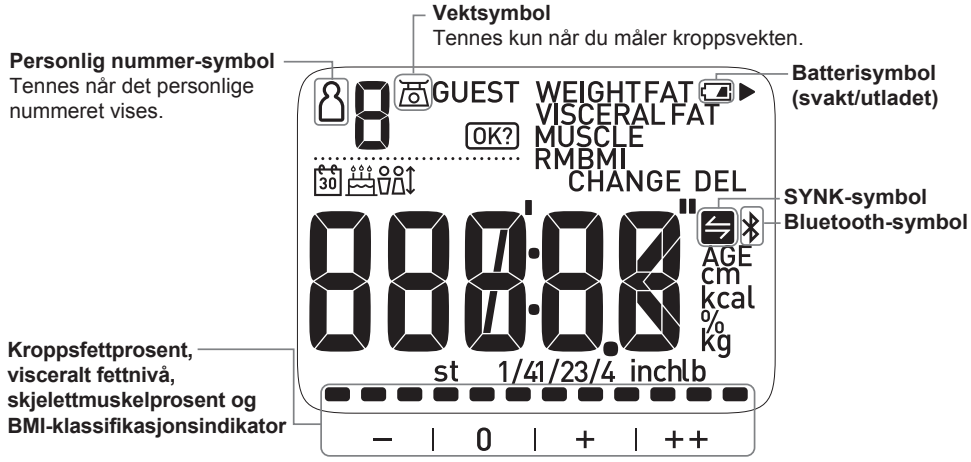
Hovedenhet



❶	ON/OFF	**AV/PÅ-knapp** • Trykk på denne knappen for å slå på strømmen. • Trykk denne knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.
❷	ᛒ	**Bluetooth-knapp** • Trykk på denne knappen for å overføre data manuelt. • Trykk denne knappen (2 sekunder eller lenger) for å pare enheten med smartenheten. ※ Denne knappen fungerer også når strømmen er av.
❸	SET	**SET-knapp (velg)** • Trykk på denne knappen for å stille inn eller bekrefte dataen.
❹	▶	**Fortsett-knapp** • Trykk på denne knappen for å gå videre. • Trykk og hold denne knappen nede for å gå raskt fram under innstilling av dato, klokkeslett og høyde.

NO

Display

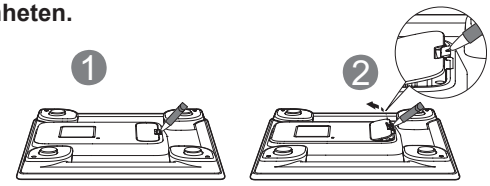


2. Sette i og bytte batteriene

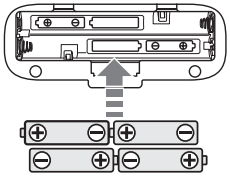
1. **Åpne batteridekselet på baksiden av enheten.**

Du kan bruke et hardt objekt som en penn.





2. **Sett inn batteriene med riktig polaritet som markert inne i batterirommet.**

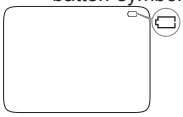


3. **Lukk batteridekselet.**

Batterienes levetid og skifte av batterier

- **Ca. 6 måneder (Når AAA-alkaliske batterier brukes i fire målinger, fire dataoverføringer og fire personer om dagen ved romtemperatur på 23 °C)**
  - Batteriene som følger med er kun ment til utprøvning; det er mulig de har kortere levetid.
- **Når batteriindikatoren for lavt batteri (▭) lyser på displayet, må alle de fire batteriene byttes ut med nye batterier.**
  - Bytt alle fire batterier med nye (samme type) samtidig.
  - Når batteriindikatoren for lavt batteri ▭ blinker, anbefaler vi at du bytter ut batteriene med nye på forhånd.

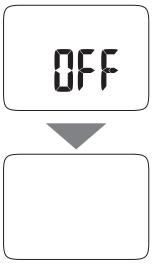
Utladet batteri-symbol



- **Bytt batteriene etter at du har slått av strømmen.**
  - Personlige data lagret i enheten blir ikke slettet selv om batteriene tas ut.
  - Brukte batterier skal kastes i samsvar med nasjonale bestemmelser for kassering av batterier.
- **Når batteriene er byttet ut, må du nullstille måleenheten, datoen og klokkeslettet. (Se avsnitt 4.)**
  - Hvis du allerede har paret med "OMRON connect"-appen, trykker du på ᛒ-knappen for å kommunisere med denne appen. Datoen og klokkeslettet blir da automatisk innstilt.

Om nedstengning-funksjonen

- **Trykk på ON/OFF-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.**



- **Strømmen slår seg automatisk av under følgende forhold.**
  - 10 sekunder etter at "Err" (Feil) vises.
  - Enheten brukes ikke i 1 minutt når "0,0 kg" vises.
  - Enheten brukes ikke i 3 minutter.

3. Pare enheten med smartenheten

1. Slå på Bluetooth på smartenheten.

2. Last ned og installer "OMRON connect"-appen på smartenheten.

Du kan velge en av følgende to metoder.

■ Skann QR-koden for å få tilgang til følgende adresse.

omronconnect.com/setup

QR-kode

■ Søk etter "OMRON connect"-appen fra "App Store" eller "Google Play".

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

NO

3. Åpne appen på smarttelefonen og følg oppsett- og pareinstruksjonene.

Hvis du allerede har OMRON connect-appen, går du til:

Menu (Meny) > Device (Enhet) > Add Device (Legg til enhet)

MERKNADER

- En smartenhet administrerer dataene til en bruker.
- Hvis en annen app enn "OMRON connect" brukes, vil dataene kanskje ikke bli overført riktig.
- Les bruksmetoden og bruksinstruksjonen i appen for detaljer.

4. Stille inn måleenheten, datoen og klokkeslettet

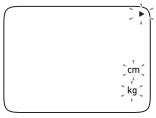
Innstilling av måleenhet, dato og klokkeslett er nødvendig før måling for første gang eller etter bytte av batteriene.

- Dato og klokkeslett kan også stilles inn fra "OMRON connect"-appen.

1. Trykk på (ON/OFF)-knappen for å slå på strømmen.

"kg&cm" (kg og cm) blinker på displayet.

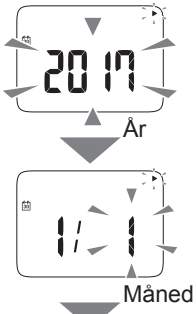
2. Still inn måleenheten.



Trykk på ▶-knappen for å justere og trykk på SET-knappen for å bekrefte.

- Standard måleenhet er "kg & cm" (kg og cm).
- Du kan stille inn måleenheten til "lb & inch" (pund og tomme) eller "st-lb & inch" (stone-pund og tomme).

3. Still inn enheten til korrekt dato og klokkeslett.



Trykk på ▶-knappen for å justere og trykk på SET-knappen for å bekrefte.

- Innstilling av årsområde: 2017 til 2045.
- Klokkeslettet er et 24-timers system.
- Under innstilling av år, dato, klokkeslett og minutt, hold nede ▶-knappen for å fortsette hurtig med intervaller på 10.

Etter at alle innstillingene for måleenheten, år, måned, dag, klokkeslett og minutt er vist i den sekvensen, slår strømmen seg av automatisk.

MERKNADER

- Hvis du gjør noe feil under innstillingen, trykk på (ON/OFF)-knappen for å slå av strømmen og start fra "Step 1" (Trinn 1) igjen.
- Strømmen slås av hvis enheten ikke brukes i 3 minutter. Still inn måleenhet, dato og klokkeslett på nytt.
- For å endre måleenhet, dato eller klokkeslett, fjern batteriene og vent i minst 20 sekunder. Sett deretter inn batteriene og tilbakestill på nytt.

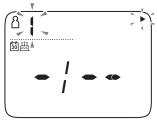
5. Registrere personlige data

For måling av kroppskomposisjon er det nødvendig å registrere de personlige opplysningene (fødselsdato, kjønn, høyde) dine. Registrerte data kan lagres for inntil fire personer.

- Personlige data kan også registreres fra "OMRON connect"-appen.

1. Trykk på (ON/OFF)-knappen for å slå på strømmen.

Strømmen slås på. Personlig nummer "1" blinker. Fødselsdato (- - / - -) vises.



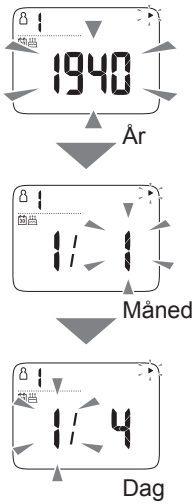
2. Velg og bekreft det personlige nummeret ditt.

Trykk på (▶)-knappen for å velge det personlige nummeret ditt og trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.

3. Still inn fødselsdato.

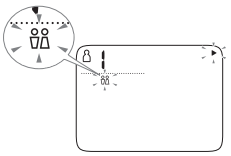
Trykk på (▶)-knappen for å stille inn fødselsdato og trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.

- Innstilling av årsområde: 1900 til 2045
- Under innstilling av år og dato, hold nede (▶)-knappen for å fortsette hurtig med intervaller på 10.



4. Still inn kjønn

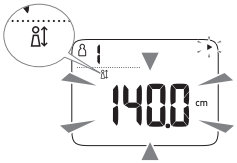
Trykk på (▶)-knappen for å stille inn kjønn ♂ (MALE) (MANN) eller ♀ (FEMALE) (KVINNE), og trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.



5. Still inn høyden.

Trykk på (▶)-knappen for å justere høyden og trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.

- Trykk kontinuerlig for å fortsette raskt med intervaller på 10 cm (eller 1 tomme).
- Etter at alle innstillingene vises for at du skal bekrefte dem, kommer "0,0 kg" opp på displayet.



NO

6. Gå opp på enheten for å måle når "0,0 kg" vises.

Dataene om kroppsvekt og kroppskomposisjon registreres i enheten for å støtte automatisk gjenkjenning.
Etter en stund er måleresultatene angitt som følger.



7. Gå av enheten etter at måleresultatene vises.

Registreringen av personlige data er fullført.

8. Trykk på (ON/OFF)-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.

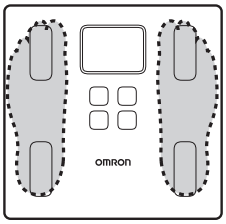
Hvis du vil legge til nye personlige data, start fra "Step 1" (Trinn 1).

Bruksanvisning

6. Slik tar du en nøyaktig måling

6.1 Korrekte stillinger under målingen

Gå opp på enheten med bare føtter. Plasser buene av føttene på midten av enheten.



Merk

- Det å gå opp på enheten med sokker eller sko på, vil resultere i en unøyaktig måling.



Ikke bøy knærne under målingen.

Ta mål på et hardt og plant gulv.

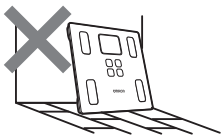
Merk

- En polstret gulvflate, som en matte eller teppe, kan resultere i en unøyaktig måling.

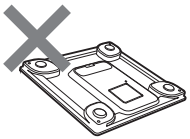
6.2 Om "0 kg correction" (0 kg-korreksjon) (forsiktighet for lagring)

Enheten korrigerer regelmessig nøyaktigheten automatisk når den ikke er i bruk.

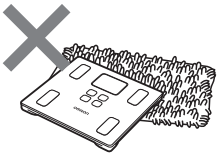
- Hvis enheten er plassert som vist nedenfor, virker ikke denne nøyaktighetskorreksjonsfunksjonen. Foreta "0 kg correction" (0 kg-korreksjonen) før du tar målingen.



Enheten lener seg mot veggen eller andre gjenstander



Enheten er plassert opp ned

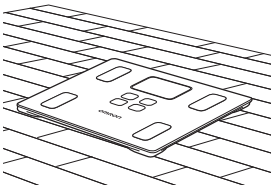


Enheten er plassert på en gjenstand



Et objekt er plassert på enheten

6.3 Slik implementerer du "0 kg correction" (0 kg-korreksjon)



1. **Sett enheten på et hardt og plant gulv.**

2. **Trykk på (ON/OFF)-knappen for å slå på strømmen.**

3. **Velg ditt personlige nummer eller "".**

Velg ditt personlige nummer eller "" med (▶)-knappen og trykk deretter på (SET)-knappen for å bekrefte.

4. **Når "0,0 kg" vises, trykk på (ON/OFF)-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.**

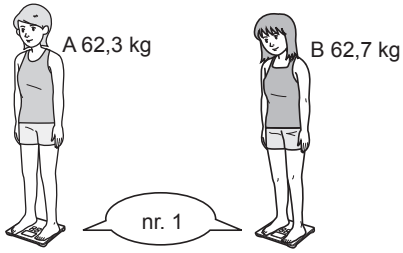
Dette fullfører "0 kg correction" (0 kg-korreksjonen). Vent i fem sekunder, og deretter ta en måling.

7. Foreta en måling

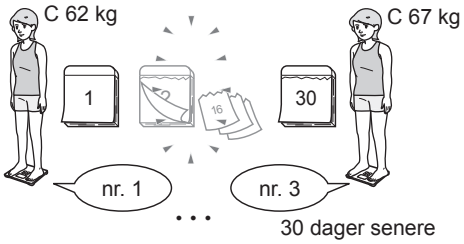
Når personen går opp på enheten, blir den slått på for å gjenkjenne det personlige nummeret automatisk og starte målingen.

Feil personlig nummer kan vises i følgende tilfeller.

- Brukere av lignende kroppstype og kroppsvekt måles.



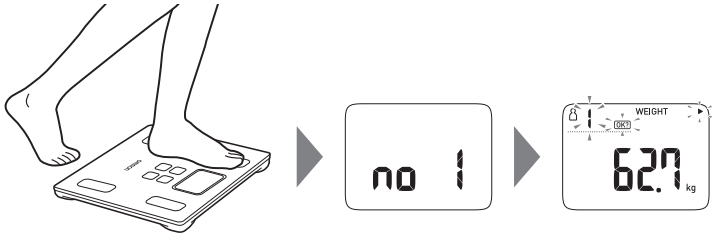
- Kroppsvekten din har endret seg siden siste måling.



Hvis unøyaktig gjenkjenning fortsetter, velger du det personlige nummeret ditt for å ta en måling. (Se avsnitt 9.)

1. Ta en måling når strømmen til enheten er slått av.

Når du går opp på enheten, slås strømmen automatisk på.



2. Når det personlige nummeret og måleresultatene vises, er målingen fullført.

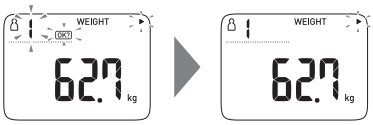
Gå av enheten.

3. Bekreft det personlige nummeret ditt.

■ Hvis det personlige nummeret ditt er korrekt …

Trykk på SET-knappen for å bekreft ditt personlige nummer. OK? forsvinner.

Selv om du slår av strømmen med OK? blinkende, registreres resultatene på enheten som måleverdi knyttet til det viste personlige nummeret.



■ Hvis det personlige nummeret ditt er feil …

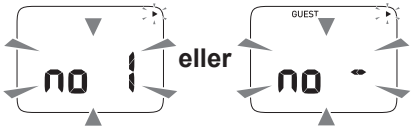
Før strømmen slås av, velg ditt personlige nummer eller med ▶-knappen og deretter trykk på SET-knappen for å bekrefte.



■ Hvis du bekreftet det personlige nummeret feil …

Før strømmen slås av, trykk på SET-knappen slik at du kan velge det personlige nummeret ditt igjen.

Hvis "no 1" (nr. 1) til "no 4" (nr. 4) blinker på displayet, eller GUEST (GJEST) vises, har dine personlige data ikke blitt registrert i enheten.
Registrer dine personlige data.
Du kan også bruke gjestemodus.



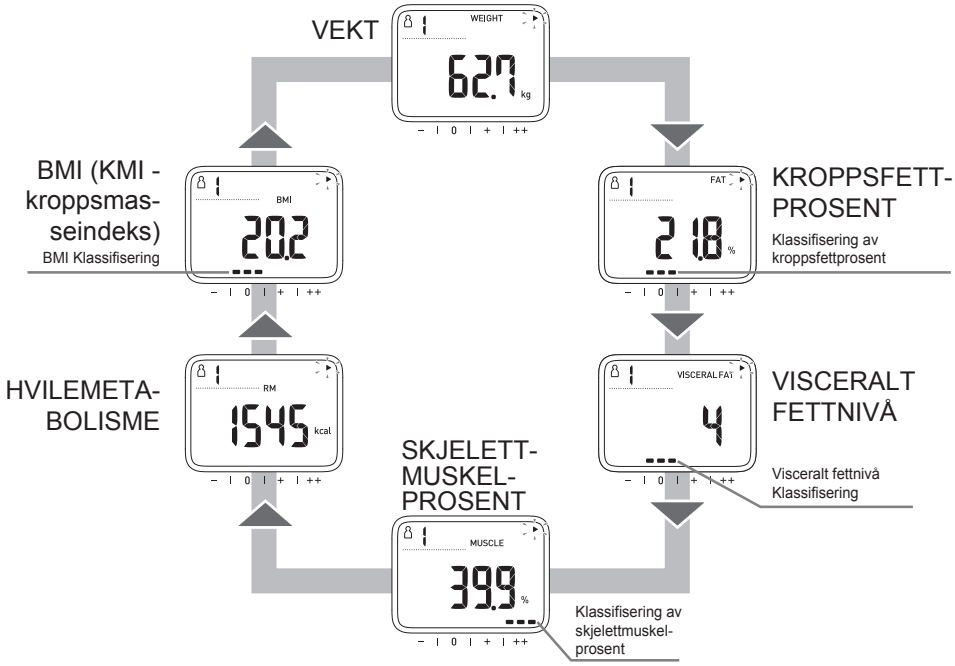
4. Kontroller måleresultatene.

Resultatdisplayet roteres automatisk som vist nedenfor.

Når du bekrefter det personlige nummeret ditt, kan du bytte til et måleresultat du ønsker å vise med (▶)-knappen.

Merk

- Bruk kroppsfettprosent, visceralt fettnivå, skjelettmuskelprosent og BMI-klassifikasjonsindikator som en veiledning for måling.
- For bedre å forstå måleresultatene dine, se informasjon og diagrammer i avsnitt 17 og 18.



NO

5. Trykk på (ON/OFF)-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.

Strømmen slås av hvis enheten ikke brukes i 3 minutter.

Bruke minnefunksjonen

8. Vise måleresultatene på smartenheten

Følg instruksjonene fra "OMRON connect"-appen for å se måleresultatene dine.
Deretter kan du bekrefte variasjonen av vekt- og kroppskomposisjonsparametrene på smartenheten.

Merk

- "OMRON connect"-appen må være installert på smartenheten. (Se avsnitt 3.)

Når nødvendig

9. Velge det personlige nummeret ditt og ta en måling

Hvis det personlige nummeret ditt ikke gjenkjennes ofte, kan du velge det personlige nummeret ditt og ta måling som følger.

1. Trykk på (ON/OFF)-knappen for å slå på strømmen.

Strømmen slås på. Personlig nummer "1" blinker.

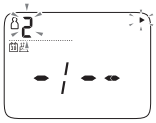


2. Velg det personlige nummeret ditt.

Velg det personlige nummeret ditt med (▶)-knappen.

Når fødselsdatoen (- / - -) vises,
Dine personlige data har ikke blitt registrert i ditt personlige nummer.

Registrer dine personlige data. (Se avsnitt 5.)

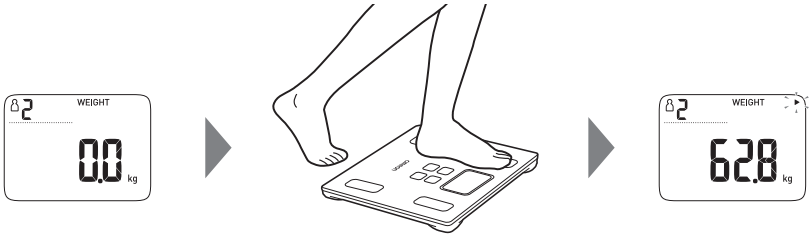


3. Trykk på (SET)-knappen for å bekrefte ditt personlige nummer.

"0,0 kg" vises.

4. Ta en måling når "0,0 kg" vises.

Gå opp på enheten.



5. Kontroller måleresultatene.

Resultatdisplayet roteres automatisk.

6. Trykk på (ON/OFF)-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.

Strømmen slås av hvis enheten ikke brukes i 3 minutter.

Når nødvendig

10. Gjestemodus (uregistrert modus)

Når denne modusen brukes, vil måleresultatene dine ikke registreres.

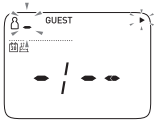
1. Trykk på (ON/OFF)-knappen for å slå på strømmen.

Strømmen slås på. Personlig nummer "1" blinker.



2. Velg og bekreft "".

Velg "GUEST" (GJEST) med (▶)-knappen og deretter trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.

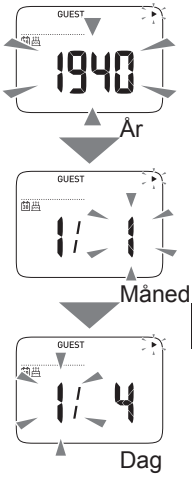


3. Angi personlig informasjon.

3.1 Still inn fødselsdato

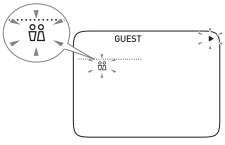
Trykk på (▶)-knappen for å stille inn fødselsdato og trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.

- Innstilling av årsområde: 1900 til 2045
- Under innstilling av år og dato, hold nede (▶)-knappen for å fortsette hurtig med intervaller på 10.



3.2 Still inn kjønn

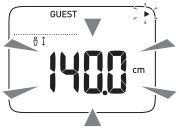
Trykk på (▶)-knappen for å stille inn kjønn (MALE) (MANN) eller (FEMALE) (KVINNE), og trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.



3.3 Still inn høyden

Trykk på (▶)-knappen for å stille inn høyden, og trykk på (SET)-knappen for å bekrefte.

- Trykk kontinuerlig for å fortsette raskt med intervaller på 10 cm (1 tomme).



Etter at alle innstillingene vises for at du skal bekrefte dem, kommer "0,0 kg" opp på displayet.
Strømmen slås av hvis enheten ikke brukes i ett minutt etter at "0,0 kg" vises.

NO

4. Start målingen når "0,0 kg" vises.

Gå opp på enheten.



5. Kontroller måleresultatene.

Resultatdisplayet roteres automatisk.

6. Trykk på ON/OFF-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.

Strømmen slås av hvis enheten ikke brukes i 3 minutter.

Når nødvendig

11. Måle kun vekt

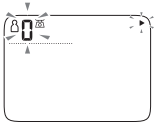
Når denne modusen brukes, vil måleresultatene dine ikke registreres.

1. Trykk på ON/OFF-knappen for å slå på strømmen.

Strømmen slås på. Personlig nummer "1" blinker.

2. Velg og bekreft "0".

Velg "0" med ▶-knappen, og trykk deretter på SET-knappen for å bekrefte.



3. Når displayet viser "0,0 kg", gå opp på enheten.



4. Kontroller måleresultatene.

Vekten din vises og blinker for å indikere at målingen er fullført.

5. Trykk på ON/OFF-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.

Strømmen slås av hvis enheten ikke brukes i 3 minutter.

Når nødvendig

12. Endre eller slette dine personlige data

1. Trykk på (ON OFF)-knappen for å slå på strømmen.
Strømmen slås på. Personlig nummer "1" blinker.



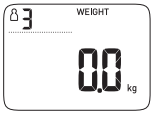
2. Velg det personlige nummeret ditt
Trykk på (▶)-knappen for å velge ditt personlige nummer.



Når fødselsdatoen (- - / - -) vises,

Dine personlige data er ikke registrert i ditt personlige nummer.
Registrer dine personlige data. (Se avsnitt 5.)





3. Trykk på (SET)-knappen for å bekrefte det personlige nummeret.
"0,0 kg" vises.

4. Trykk på (SET)-knappen.
"CHANGE" og "DEL" blinker.

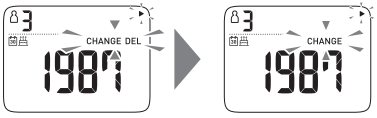


5. Velg å "CHANGE" (ENDRE) eller "DELETE" (SLETTE) de personlige dataene

- Selv om de personlige dataene endres, blir måleresultatene ikke endret eller slettet. Når du bruker det personlige nummeret som er brukt av en annen person, slett de personlige dataene og registrer deretter dataene på nytt.

Endre dine personlige data
(Måleresultatene vil ikke bli slettet)

1. Trykk på (▶)-knappen for å velge "CHANGE" (ENDRE)



2. Trykk på (SET)-knappen
Året blinker.

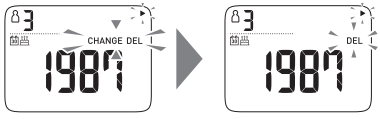


3. Endre "birth date" (fødselsdato), "gender" (kjønn) og "height" (høyde) med referanse fra trinn 3 til 5 i avsnitt 5.

- For å stoppe noen endring halvveis, trykk på (ON OFF)-knappen (2 sekunder eller lenger) for å slå av strømmen.
- De måleresultatene som ikke er overført vil ikke bli endret.

Slett dine personlige data
(Måleresultatene vil også bli slettet)

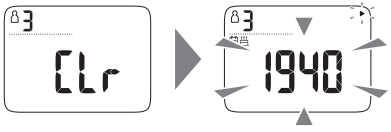
1. Trykk på (▶)-knappen for å velge "DEL" (SLETT)



2. Trykk på (SET)-knappen
(OK?) blinker.



3. Trykk på (SET)-knappen igjen



NO

Når nødvendig

13. Slett kommunikasjonsinnstillingen

Hvis du vil stoppe bruken av "OMRON connect"-appen eller slette kommunikasjonsinnstillingene fra smartenheten, må du betjene som følger. Alle kommunikasjonsinnstillingene som er registrert i enheten slettes.

1. **Trykk og hold (Bluetooth)-knappen i mer enn to sekunder.**

" P " og Bluetooth-symbolet blinker.



2. **Trykk og hold (Bluetooth)-knappen i mer enn to sekunder igjen.**

" OK? " og "CLr" blinker.



3. **Trykk på SET-knappen for å bekrefte.**

Strømmen slås av hvis enheten ikke brukes i ti sekunder etter at "CLr" vises.



Når nødvendig

14. Vedlikehold og oppbevaring

Hvordan rengjøre enheten

- Enheten må alltid være ren før bruk.
- Tørk hovedenheten med en myk, tørr klut. Hvis nødvendig kan du bruke en klut med vann eller vaskemiddel og vri godt opp før du tørker av enheten, og tørk med en tørr klut.
- Ikke bruk benzen eller tynner, eller andre flyktige løsningsmidler for å rengjøre enheten.
- Enheten må ikke vaskes med vann.

Stell og vedlikehold

- Ikke lagre enheten under følgende forhold:
  - Fuktighet, hvor fukt eller vann kan komme inn i enheten
  - Høye temperaturer, direkte sollys eller støvete steder
  - Steder hvor det er fare for plutselige støt eller vibrasjoner
  - Steder hvor det oppbevares kjemikalier, eller hvor det finnes korrosiv gass.
- Ikke foreta reparasjoner på egen hånd. Dette produktet er kalibrert på produksjonstidspunktet. Hvis du på noe punkt stiller spørsmål ved nøyaktigheten av målingene, ta kontakt med den autoriserte OMRON-distributøren din. Generelt anbefales det at enheten kontrolleres hvert 2. år for å sikre korrekt funksjon og nøyaktighet.

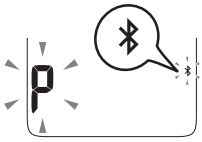
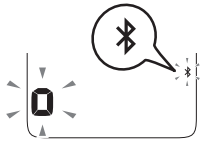
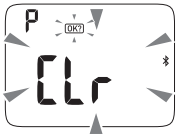
Når nødvendig

15. Problemløsing

I tilfelle noen av de følgende problemene oppstår under måling, må du først kontrollere at ingen annen elektrisk enhet befinner seg i 30 cm avstand fra den. Hvis problemet vedvarer, se tabellen nedenfor.

Feilmelding	Årsak	Løsning
Err 1	Du gikk av enheten under en måling av kroppskomposisjon.	Du må ikke gå av enheten før målingen av kroppskomposisjon er ferdig. (Se avsnitt 6.)
	Fotsålene dine er ikke i nær kontakt med elektrodene.	Forsikre deg om at du står på enheten riktig ved å plassere fotsålene godt i kontakt med elektrodene når du måler. (Se avsnitt 6.)
Err2	Stillingen for måling er feil, fotsålene dine er ikke i fast kontakt med elektrodene, eller fotsålene dine er tørre.	Stå med knærne og ryggen rett. Hold føttene godt plassert på elektrodene og ikke beveg føttene når du måler. (Se avsnitt 6.) Fukt fotsålene lett med et fuktig håndkle, og prøv igjen.
Err5	Etter at dato og klokkeslett ble stilt inn, ble enheten ble berørt eller brukt før ble skjermen automatisk slått AV.	Ta ut batteriet og sett det inn igjen. Start enheten på nytt med utgangspunkt i "Pare enheten med smartenheten". (Se avsnitt 3.) • Når datoen og klokkeslettet vises, må du la enheten stå uten tilsyn før strømmen slås av automatisk.
	Enhetsfeil.	Ta ut batteriet og sett det inn igjen. Når dette er fullført, starter du enheten på nytt. Hvis denne feilen fortsetter å vises, kan du kontakte OMRON-servicerepresentanten.
Err6	Kommunikasjonsfeil.	Slå av strømmen og prøv å kommunisere igjen. Hvis denne feilen vises igjen, kan du kontakte OMRON-servicerepresentanten.
Err	Du beveget deg under en måling.	Stå stille under en måling.
	Kroppsvekten din var utenfor måleområdet.	
Err	Kommunikasjonsfeil.	Bekreft displayet på smartenheten, og følg instruksjonene i "OMRON connect"-appen. Se "Help" (Hjelp) fra "OMRON connect"-appen.
	Batteriene er svake.	Vi anbefaler å bytte ut batteriene med nye på forhånd. (Se avsnitt 2.)
	Batteriene er utladet.	Bytt ut batteriene. (Se avsnitt 2.)

NO

Problem	Årsak	Løsning
 blinker	24–29 sett med måleresultater har blitt lagret.	Overfør måleresultatene til "OMRON connect"-appen, og da forsvinner symbolet.
	30 sett med måleresultater har blitt lagret.	Hvis tallet overskrider 30, slettes de eldste resultatene. Overfør måleresultatene til "OMRON connect"-appen, og da forsvinner symbolet.
	Du trykket og holdt -knappen i mer enn to sekunder.	Dette vises når du parer enheten med smartenheten. Følg instruksjonene på "OMRON connect"-appen. Trykk på -knappen (2 sekunder eller lenger) for å stoppe paringen.
	Du trykket på -knappen.	Dette vises når dataen overføres til smartenheten. Følg instruksjonene på "OMRON connect"-appen. Trykk på -knappen (2 sekunder eller lenger) for å stoppe overføringen.
	Du trykte på og holdt inn -knappen i mer enn to sekunder når " " og Bluetooth-symbolet blinket.	Dette vises når du sletter kommunikasjonsinnstillingen. (Se avsnitt 13.) Trykk på -knappen (2 sekunder eller lenger) for å stoppe operasjonen.
Selv om du slår på strømmen, vises ingenting. Selv om du går opp på enheten, vises ingenting.	Ingen batterier er satt inn.	Sett inn batteriene.
	Batteriene er satt inn i feil retning.	Sett inn batteriene i riktig retning.
	Batteriene er utbrukte.	Bytt ut alle de fire batteriene med nye.
Etter at batteriene er byttet ut, vises ingenting når du går opp på enheten.	Du har ikke stilt inn måleenheten, datoen og klokkeslettet etter at du har byttet batteriene.	Still inn måleenheten, datoen og klokkeslettet. (Se avsnitt 4.)
	Kroppsvekten din er for lav. (Mindre enn 12 kg).	Velg det personlige nummeret før du tar en måling.
"- - - - -" vises for noen resultater.	De registrerte dataene eller kroppskomposisjonsverdiene var utenfor målbar rekkevidde.	Kontroller om innstillingene for fødselsdato, kjønn og høyde er korrekte. Selv om disse innstillingene er korrekte, vises "- - - - -" hvis de er utenfor det visbare eller støttede aldersområdet.

Problem	Årsak	Løsning
Måleresultatet er høyere eller lavere enn det faktiske resultatet. Resultatet varierer mye for hver måling.	Holdningen din er feil under en måling.	Ta mål med riktig holdning.
	Du måler på et teppe eller en polstret gulvflate, eller et ujevnt gulv.	Ta mål på et hardt og plant gulv.
	Fotsålene og kroppen din er kald, noe som svekker blodsirkulasjonen.	Varm opp kroppen din for å få blodsirkulasjonen tilbake til normalt før du tar en måling.
	Fotelektrodene er veldig kalde.	La enheten stå i et varmt rom en stund før du tar en måling.
	Fotsålene dine er tørre.	Fukt fotsålene lett med et fuktig håndkle før du tar en måling.
	"0 kg correction" (0 kg-korreksjonen) ble ikke implementert riktig.	Implementer "0 kg correction" (0 kg-korreksjonen). (Se avsnitt 6.3.)
Du blir ikke gjenkjent på riktig måte.	Kroppsvekten din har endret seg mye siden siste måling.	Velg det personlige nummeret før du tar en måling. (Se avsnitt 9.)
	Kroppstypen din ligner på en annen registrert person.	
	Måleresultatene fra en annen bruker har blitt registrert.	
Du vil måle kroppskomposisjonen, men bare kroppsvekten vises.	Det personlige nummeret eller GUEST (GJEST) er ikke valgt. (Det personlige nummeret eller GUEST (GJEST) vises ikke).	Velg det personlige nummeret eller GUEST (GJEST) før du tar en måling.
En knapp responderer ikke.	Du trykket på en knapp når du stod på enheten.	Gå av enheten, og trykk deretter på en knapp.
	Knappen er våt eller forurenset.	Tørk av vannet eller flekken før du tar en måling.
	Du har trykket to eller flere knapper samtidig.	Trykk en knapp av gangen.
Selv om du ikke foretar deg noe, slår strømmen seg av.	Se "Om nedstengning-funksjonen". (Se avsnitt 2.)	
Kunne ikke sende data	Se "Hjelp" (Hjelp) i "OMRON connect"-appen.	

Når nødvendig

16. Tekniske data

Produktkategori	**Analysator for kroppskomposisjon**	
Produktbeskrivelse	**Monitor for kroppskomposisjon**	
Modell (kode)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Display*	**Kroppsvekt:**	2,0 til 150,0 kg i trinn på 0,1 kg (4,4–330,0 lb i trinn på 0,2 lb) (0 st 4,4 lb til 23 st 8,0 lb i trinn på 0,2 lb)
	Kroppsfettprosent:	5,0– 60,0 % i trinn på 0,1 %
	Skjelettmuskelprosent:	5,0– 50,0 % i trinn på 0,1 %
	BMI (KMI - kroppsmasseindeks):	7,0–90,0 i trinn på 0,1
	Hvilemetabolisme:	385–3999 kcal i trinn på 1 kcal
	Visceralt fettnivå:	30 nivåer med en trinnvis økning på 1 nivå
	Kroppsfettprosent, skjelettmuskelprosent og BMI-klassifikasjon: – (Lav) / 0 (Normal) / + (Høy) / ++ (Svært høy) 4 nivåer	
	Klassifisering av visceralt fettnivå: 0 (Normal) / + (Høy) / ++ (Svært høy) 3 nivåer * Aldersområdet for kroppsfettprosent og klassifisering av kroppsfettprosent er 10 til 80 år. * Aldersomfanget for skjelettmuskelprosent, klassifisering av skjelettmuskelprosent, og visceralt fettnivå, klassifisering av visceralt fett og hvilende metabolisme er 18 til 80 år.	
Overføringsprotokoll	**Bluetooth®** lavenergiteknologi	
Trådløs kommunikasjon	**Frekvensområde:**	2,4 GHz (2400–2483,5 MHz)
	Modulasjon:	GFSK
	Effektiv utstrålet effekt:	< 20 dBm
Stille inn elementer*	Følgende data kan lagres for inntil fire personer.	
	Måleenhet	kg&cm (kg og cm) / lb&inch (pund og tomme) / st-lb&inch (stein-pund og tomme)
	Fødselsdato	1. januar, 1900 til 31. desember 2045
	Kjønn	Mann/kvinne
	Høyde	100,0 til 199,5 cm med en økning på 0,5 cm (3' 4" til 6' 6 1/2" med en økning på 1/4")
	* Når høyden på en person er mindre enn 100,0 cm eller mer enn 199,5 cm: Måleresultatene for BMI og kroppskomposisjon er til referanse.	
Veienøyaktighet	2,0 kg til 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb til 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb til 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg til 150,0 kg: ± 1 % (88,2 lb til 330,0 lb: ± 1 %) (6 st 4,2 lb til 23 st 8,0 lb: ± 1 %)	
Nøyaktighet (S.E.E.)	**Kroppsfettprosent:**	3,5 %
	Skjelettmuskelprosent:	3,5 %
	Visceralt fettnivå:	3 nivåer

Levetid	5 år
IP-klassifisering	IP21* * IP-klassifisering er graden av beskyttelse gitt av innkapsling i samsvar med IEC 60529. Denne enheten er beskyttet mot faste fremmedlegemer på 12,5 mm diameter og større, for eksempel en finger. Denne enheten er beskyttet mot vertikalt fallende vanndråper som kan forårsake problemer under normal drift.
Strømtilførsel	4 AAA-alkaliske batterier (LR03)
Batterienes levetid	Ca. 6 måneder (Når AAA-alkaliske batterier brukes i fire målinger, fire dataoverføringer og fire personer om dagen ved romtemperatur på 23 °C)
Lagringstemperatur/ Fuktighet/Lufttrykk	+5 °C til +40 °C, 30 % til 85 % relativ fuktighet (ikke-kondenserende), 860 hPa–1060 hPa
Lagrings- og transporttemperatur/ Fuktighet/Lufttrykk	-20 °C til +60 °C, 10 % til 95 % relativ fuktighet (ikke-kondenserende), 860 hPa–1060 hPa
Vekt	Omtrent 1,6 kg (inkludert batterier)
Utvendige mål	Cirka 285 (B) × 28 (H) × 280 (D) mm (Cirka 11 1/5" (B) × 1 1/10" (H) × 11" (D))
Innhold	Monitor for kroppskomposisjon, 4 AAA-alkaliske batterier (LR03), oppsettinstruksjoner, brukerveiledning

Merk

- Med forbehold om at den tekniske informasjonen kan endres uten forutgående varsel.
- Meld fra til produsenten og den kompetente myndigheten i medlemslandet hvor du holder til, dersom det oppstår alvorlige hendelser i forbindelse med denne enheten.

CE 0197

Dette produktet opererer i det ulisensierte ISM-båndet på 2,4 GHz. Hvis dette produktet brukes rundt de andre trådløse enhetene, inkludert mikrobølgeovn og trådløst LAN, som bruker samme frekvensbånd som dette produktet, er det en mulighet for at det oppstår forstyrrelser mellom dette produktet og slike andre enheter. Hvis slike forstyrrelser oppstår, må du stoppe driften av andre enheter eller flytte dette produktet før du bruker det, eller ikke bruke dette produktet rundt de andre trådløse enhetene.

NO

Bluetooth® og dets logoer er registrerte varemerker som tilhører Bluetooth SIG, Inc. og noen bruk av slike varemerker av OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. er under lisens.

Hermed erklærer OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. at radioutstyrstypen VIVA (HBF-222T-EBK) er i samsvar med direktiv 2014/53/EF.
Den fulle teksten til EU-samsvarserklæringen er tilgjengelig på følgende Internett-adresse: www omron-healthcare.com.

Apple og Apple-logoen er varemerker som tilhører Apple Inc., registrert i USA og andre land.
App Store er et servicmerke som tilhører Apple Inc.
Android, Google Play-logoen er et varemerke som tilhører Google Inc.

Viktig informasjon om elektromagnetisk kompatibilitet (EMK)

HBF-222T-EBK produsert av OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. er i overensstemmelse med EN60601-1-2:2015 Elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)-standarden. Ytterligere dokumentasjon i samsvar med denne EMC-standarden kan fås ved å kontakte OMRON HEALTHCARE EUROPE på adressen som er angitt i denne brukerveiledningen eller på www.omron-healthcare.com
Se EMC-informasjonen for HBF-222T-EBK på nettstedet.

Garanti

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garanterer for dette produktet i 3 år etter kjøpsdatoen. Garantien omfatter ikke batterier, emballasje og/eller skade av noen art som skyldes at brukeren har brukt enheten feil (f.eks. at enheten er mistet i gulvet eller annen fysisk feilbruk). Reklamerte produkter vil bare bli erstattet når de returneres sammen med den opprinnelige fakturaen/ kassalappen.

Riktig kassering av dette produktet
(Kassering av elektrisk og elektronisk utstyr)



Når produktet er merket med dette symbolet, eller symbolet er angitt i dokumentasjonen for det, betyr det at produktet ikke må kasseres sammen med husholdningsavfall etter at levetiden er over. For å hindre potensiell skade på miljøet eller menneskelig helse på grunn av ukontrollert kassering av avfall, må produkt kasseres atskilt fra andre typer avfall og gjenvinnes på en ansvarlig måte som fremmer varig gjenbruk av materialressurser.

Private brukere må enten kontakte forhandleren de kjøpte produktet av, eller vedkommende lokale myndigheter for å få vite hvor og hvordan de kan innlevere produktet for miljøvennlig og sikker gjenvinning.

Institusjoner må kontakte sin leverandør og kontrollere vilkårene i kjøpskontrakten. Produktet må ikke kasseres sammen med annet kommersielt avfall.

Dette produktet inneholder ingen farlige stoffer.
Brukte batterier skal kastes i samsvar med nasjonale bestemmelser for kassering av batterier.

Beskrivelse av symboler som, avhengig av modellen, finnes på selve produktet, produktsalgspakken eller brukerveiledningen.

	Anvendt del – Type BF Graden av beskyttelse mot elektrisk støt (lekkasjestrøm)	SN	Serienummer
IP XX	Beskyttelsesgrad for innsiv levert av IEC 60529		Temperaturbegrensning
CE	CE-merking		Fuktighetsbegrensning
	GOST-R-symbol		Atmosfærisk trykkbegrensning
	Symbol for euroasisk samsvar	⎓	Likestrøm
	Brukeren må se bruksanvisningen		Dette produktet skal ikke brukes av personer med medisinske implantater, f.eks. hjertepacemakere, kunstig hjerte, lunge eller andre elektroniske livsstøttesystemer.
MD	Medisinsk enhet		Produksjonsdato

17. Informasjon om kroppskomposisjon

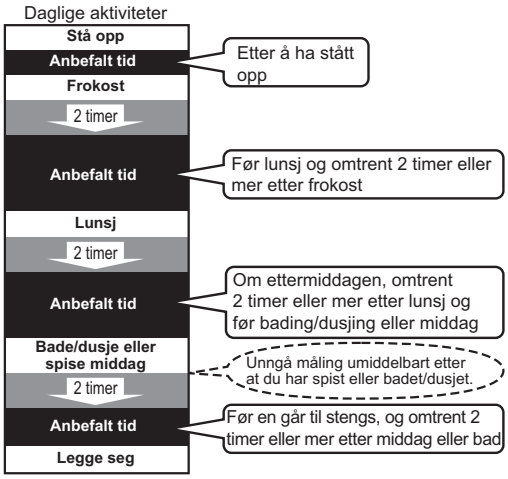
Prinsippet som ligger til grunn for utregningen av kroppskomposisjonen

Kroppsfett har lav elektrisk ledeevne

VIVA beregner kroppsfettprosenten ved hjelp av en metode kalt bioelektrisk impedans (BI). Muskler, blodkar og skjelett er kroppsvev som inneholder mye vann, og som lett leder strøm. Kroppsfett er vev med liten elektrisk ledeevne. VIVA sender en veldig svak elektrisk strøm på 50 kHz og mindre enn 500 μA gjennom kroppen din for å bestemme mengden av fett vev. Denne svake elektriske strømmen merkes ikke når du bruker VIVA.
For at vekten skal kunne fastsette kroppskomposisjonen, bruker den elektrisk impedans, sammen med opplysninger om høyde, vekt, alder og kjønn for å få resultatene basert på OMRONs data om kroppskomposisjon.

Anbefalte måletidspunkter

Hvis du forstår de normale endringene i kroppsfettprosenten din, kan det være lettere å forebygge eller redusere fedme. Hvis du vet når på dagen kroppsfettprosenten varierer, er det lettere å oppnå en nøyaktig måling av hvor mye kroppsfett du har.
Vi anbefaler at du bruker dette apparatet i samme omgivelser og under samme forhold hver dag. (Se oversikten.)



Unngå å måle under følgende forhold:

- Rett etter hard trening, et bad eller etter at du har vært i badstue.
- Etter at du har drukket alkohol, store mengder vann eller etter et måltid (cirka 2 timer).

Hvis du tar en måling under disse fysiske forholdene, kan kroppsfettprosenten som regnes ut, variere kraftig fra den faktiske prosenten fordi vanninnholdet i kroppen er endret.

Hva er BMI (kroppsmasseindeks)?

BMI bruker følgende enkle formel for å regne ut forholdet mellom en persons vekt og høyde.

BMI = vekt (kg)/høyde (m)/høyde (m)

OMRON VIVA bruker opplysninger om høyde lagret under ditt personlige nummer eller ved å legge inn informasjon i Guest Mode (Gjestmodus) for å beregne BMI-klassifikasjonen din.
Hvis BMI leser av et fettnivå som er høyere enn internasjonal standard, er det en økt sannsynlighet for vanlige sykdommer. Men ikke alle typer fett kan oppdages av BMI.

Hva er kroppsfettprosent?

Kroppsfettprosenten er mengden kroppsfett i forhold til den totale kroppsvekten uttrykt i prosent.

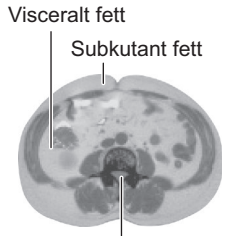
Kroppsfettprosent (%) = {kroppsfettmasse (kg) / kroppsvekt (kg)} × 100

VIVA bruker BI-metode for å estimere kroppsfettprosenten din.
Avhengig av hvor fettet er fordelt i kroppen, klassifiseres det som visceral fett (fett rundt de indre organer), eller subkutant fett.

Hva er visceralt fettnivå?

Visceralt fett = fett rundt de interne organene

Man tror at for mye visceralt fett er tett forbundet med økte nivå av fett i blodstrømmen, som kan føre til vanlige sykdommer som hyperlipidemi og diabetes, noe som svekker insulinens evne til å overføre energi fra blodstrømmen og bruke det i cellene. For å forebygge eller forbedre forhodene til vanlige sykdommer, er det viktig å forsøke og redusere viscerale fettnivå til et akseptabelt nivå. Personer med høye nivåer av visceralt fett har en tendens til å ha store mager. Men dette er ikke alltid tilfellet, og høye nivåer av visceralt fett kan føre til metabolsk obesitet. Metabolsk obesitet (visceral obesitet med normal velt) representerer fettnivå som er høyere enn gjennomsnittet, selv om en persons vekt er lik eller lavere enn det som er standard for høyden deres.

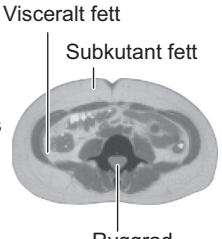


Stikkprøve av visceralt fett (MR-bilde)

Hva er subkutant fett?

Subkutant fett = fett under huden

Subkutant fett samler seg ikke bare rundt magen, men også rundt overarmene, hoftene og lårene, og kan føre til en distorsjon av kroppens proporsjoner. Selv om det ikke er direkte forbundet med økt fare for sykdom, tror man at det øker trykket på hjertet og andre komplikasjoner. Subkutant fett vises ikke på dette apparatet, men det er inkludert i kroppsfettprosenten.



Stikkprøve av subkutant fett (MR-bilde)

Hva er skjelettmuskulatur?

Muskler er delt inn i to typer, muskel i interne organer, som hjertet, og skjelettmuskel festet til ben som brukes til å bevege kroppen. Skjelettmuskulaturen kan bli større ved trening og annen aktivitet. Å øke skjelettmuskulaturforholdet betyr at kroppen lettere kan forbrenne energi, noe som betyr at det er mindre sannsynlig at den omdannes til fett, og gjør det lettere å føre en aktiv livsstil.

Hva er hvilemetabolisme?

Uavhengig av aktivitetsnivået ditt, er det nødvendig med et minimumsnivå av kaloriinntak for å opprettholde kroppens hverdagsfunksjoner. Kjent som hvilemetabolisme, dette indikerer hvor mange kalorier du må innta for å gi nok energi for at kroppen din skal kunne fungere.

18. Måleresultater, tolkning av diagrammer

Tolke resultatene av kroppsfettprosentene

	Alder	- (Lav)	0 (Normal)	+ (Høy)	++ (Svært høy)
Kvinne	10	< 16,1 %	16,1–32,2 %	32,3–35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3–33,1 %	33,2–36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4–33,5 %	33,6–36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4–33,8 %	33,9–36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3–34,0 %	34,1–36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1–34,2 %	34,3–36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8–34,5 %	34,6–37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4–34,7 %	34,8–37,3 %	≧ 37,4 %
	18–39	< 21,0 %	21,0–32,9 %	33,0–38,9 %	≧ 39,0 %
	40–59	< 23,0 %	23,0–33,9 %	34,0–39,9 %	≧ 40,0 %
	60–80	< 24,0 %	24,0–35,9 %	36,0–41,9 %	≧ 42,0 %
Mann	10	< 12,8 %	12,8–27,9 %	28,0–31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6–28,5 %	28,6–32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3–28,2 %	28,3–32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6–27,5 %	27,6–31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1–26,4 %	26,5–30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8–25,4 %	25,5–28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4–24,7 %	24,8–27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1–24,2 %	24,3–26,8 %	≧ 26,9 %
	18–39	< 8,0 %	8,0–19,9 %	20,0–24,9 %	≧ 25,0 %
	40–59	< 11,0 %	11,0–21,9 %	22,0–27,9 %	≧ 28,0 %
	60–80	< 13,0 %	13,0–24,9 %	25,0–29,9 %	≧ 30,0 %

HD McCarthy et al, in the International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, og av Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, og klassifisert i fire nivåer av OMRON HEALTHCARE.

Tolke resultatene av visceralt fettnivå

Visceralt fettnivå	Nivåklassifikasjon
1–9	0 (Normal)
10–14	+ (Høy)
15–30	++ (Svært høy)

I henhold til tall fra OMRON HEALTHCARE.

Tolke resultatene av skjelettmuskelprosent

	Alder	- (Lav)	0 (Normal)	+ (Høy)	++ (Svært høy)
Kvinne	18–39	< 24,3 %	24,3–30,3 %	30,4–35,3 %	≧ 35,4 %
	40–59	< 24,1 %	24,1–30,1 %	30,2–35,1 %	≧ 35,2 %
	60–80	< 23,9 %	23,9–29,9 %	30,0–34,9 %	≧ 35,0 %
Mann	18–39	< 33,3 %	33,3–39,3 %	39,4–44,0 %	≧ 44,1 %
	40–59	< 33,1 %	33,1–39,1 %	39,2–43,8 %	≧ 43,9 %
	60–80	< 32,9 %	32,9–38,9 %	39,0–43,6 %	≧ 43,7 %

I henhold til tall fra OMRON HEALTHCARE.

Tolke BMI-resultatene

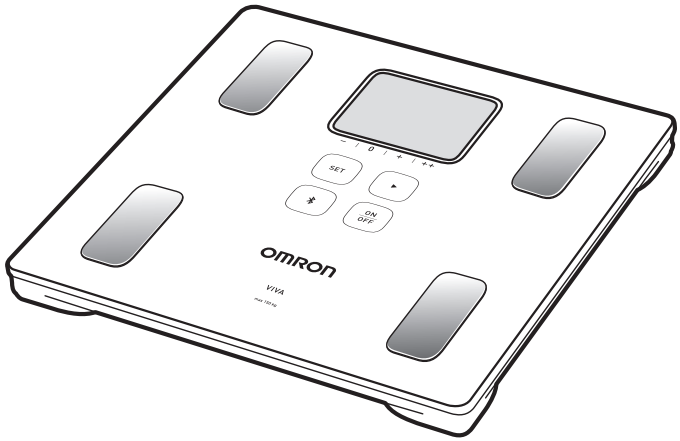
BMI (KMI - kroppsmasseindeks)	BMI (Definert av WHO)
< 18,5	- (Undervektig)
18,5–24,9	0 (Normal)
25–29,9	+ (Overvektig)
≧ 30	++ (Overvektig)

NO

Produsent 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EU-representant EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, NEDERLAND www.omron-healthcare.com
Importør i EU	
Produksjonsanlegg	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Kina
Filialer	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importør i Storbritannia og ansvarlig person i Storbritannia Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Utstedelsesdato: 2021-08-27 **Produsert i Kina**

OMRON



Body Composition Monitor

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Instrukcja obsługi

PL

Dziękujemy za zakup analizatora składu ciała OMRON Body Composition Monitor.
Przed przystąpieniem do użytkowania tego urządzenia należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi w celu zrozumienia zasad bezpiecznego, prawidłowego korzystania z urządzenia.
Instrukcję należy zachować na przyszłość.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-PL-08-06/2021

21F1343

VIVA
Body Composition Monitor

Przeznaczenie

Dziękujemy za zakup urządzenia OMRON Body Composition Monitor. Urządzenie służy do pomiaru i wyświetlania wymienionych niżej parametrów składu ciała.

- Masa ciała
- Tłuszcz trzewny (do 30 poziomów)
- Metabolizm spoczynkowy (w kcal)
- Tkanka tłuszczowa w ciele (in %)
- Mięśnie szkieletowe (w %)
- BMI (wskaźnik masy ciała)

Urządzenie jest przeznaczone do obsługi przez osoby dorosłe, które są w stanie zrozumieć treść niniejszej instrukcji obsługi. Nie jest ono przeznaczone do zastosowań profesjonalnych w szpitalach ani innych placówkach medycznych; jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego.

Przed użyciem i w celu uzyskania szczegółowych informacji na temat poszczególnych funkcji należy dokładnie przeczytać tę instrukcję obsługi.

Spis treści

Przed użyciem urządzenia 2

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa 2
1. Budowa urządzenia 4
2. Wkładanie i wymiana baterii 5
3. Parowanie analizatora z urządzeniem typu smart 6
4. Ustawianie jednostki pomiaru, daty i godziny 7
5. Zapisywanie danych prywatnych 8

Instrukcja obsługi 9

6. Dokonywanie dokładnego pomiaru 9
   6.1 Prawidłowa postawa podczas pomiaru 9
   6.2 Korekcja 0 kg (dot. przechowywania) 10
   6.3 Włączanie funkcji Korekcja 0 kg 10
7. Wykonywanie pomiaru 10

Korzystanie z funkcji pamięci 12

8. Wyświetlanie wyników pomiaru na urządzeniu smart 12

W razie konieczności 13

9. Wybierz swój numer osobisty i dokonaj pomiaru 13
10. Tryb Guest (Gość) (tryb Bez zapisywania) 14
11. Pomiar wyłącznie masy ciała 15
12. Zmiana lub usuwanie danych prywatnych 16
13. Usuń ustawienie połączenia 17
14. Konserwacja i przechowywanie 17
15. Rozwiązywanie problemów 18
16. Dane techniczne 21

Informacje na temat składu ciała 24

17. Informacje na temat składu ciała 24
18. Wykresy interpretacji wyników pomiaru 26

Przed użyciem urządzenia

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

Poniżej znajduje się lista symboli i ich definicje:

⚠**Niebezpieczeństwo:**	Nieprawidłowe użycie może być przyczyną śmierci lub poważnych obrażeń.
⚠**Ostrzeżenie:**	Nieprawidłowe użycie grozi śmiercią lub poważnymi obrażeniami ciała.
⚠**Przestroga:**	Nieprawidłowe użycie może spowodować obrażenia ciała lub uszkodzenie mienia.

⚠Niebezpieczeństwo:

• Nigdy nie wolno stosować urządzenia razem z elektronicznymi urządzeniami medycznymi, takimi jak:
(1) Medyczne implanty elektroniczne, np. rozruszniki serca;
(2) Elektroniczna aparatura podtrzymująca życie, jak np. sztuczne serce/płuco;
(3) Przenośne elektroniczne urządzenia medyczne, takie jak elektrokardiograf.
Urządzenie może zakłócić działanie tych urządzeń, powodując zagrożenie dla zdrowia osób z nich korzystających.



⚠Ostrzeżenie:

- Urządzenie należy chronić przed dziećmi. Zawiera drobne części, które po połknięciu przez niemowlęta mogą grozić zadławieniem.
- Urządzenia nie należy używać na śliskich powierzchniach, takich jak mokra podłoga.
- Nie należy skakać po analizatorze ani w niego uderzać.
- Nie należy używać urządzenia, kiedy całe ciało lub stopy są mokre, np. po kąpieli.
- Na urządzeniu należy stawać boso. Stawanie w skarpetkach na urządzeniu może prowadzić do poślizgnięcia się i urazu.
- Nie należy stawać na krawędzi ani na wyświetlaczu analizatora.
- Ludzie niepełnosprawni lub słabi fizycznie powinni korzystać z urządzenia w asyście innej osoby.
- Jeśli płyn z baterii dostanie się do oczu, należy natychmiast przepłukać je dużą ilością czystej wody. Należy natychmiast udać się do lekarza.
- Analizatora nie należy używać w szpitalach, na pokładach samolotów ani w żadnym innym środowisku, w którym korzystanie z fal radiowych jest ograniczone lub zakazane.
- Urządzenie emituje częstotliwości radiowe (RF) w paśmie 2,4 GHz. Analizatora nie należy używać w miejscach, w których częstotliwości radiowe (RF) są zakazane, na przykład na pokładzie samolotu lub w szpitalach.

PL

⚠Przestroga:

- Nie należy rozmontowywać, naprawiać lub modyfikować urządzenia.
- Nie należy przystępować do redukcji masy ciała lub programu ćwiczeń bez uprzedniej konsultacji z lekarzem. Próby samodzielnej oceny własnego stanu zdrowia mogą szkodzić zdrowiu.
- W trakcie pomiaru należy upewnić się, że telefon komórkowy i inne urządzenia elektryczne wytwarzające pole elektromagnetyczne znajdują się w odległości co najmniej 30 cm od urządzenia. W przeciwnym razie mogą one wpływać niekorzystnie na działanie analizatora i/lub powodować jego nieprawidłowe odczyty.
- Należy używać baterii o typie wskazanym dla tego urządzenia. Baterie należy wkładać zgodnie z podaną biegunowością.
- Zużyte baterie należy bezzwłocznie wymienić na nowe.
- Nie wrzucać baterii do ognia.

- Jeśli płyn z baterii dostanie się na skórę lub ubranie, należy natychmiast spłukać go dużą ilością czystej wody.
- Jeśli urządzenie nie będzie używane przez dłuższy czas (w przybliżeniu 3 miesiące lub dłużej), należy wyjąć z niego baterie.
- Nie należy korzystać jednocześnie z różnych rodzajów baterii.
- Nie używać nowych i zużytych baterii jednocześnie.
- Przed użyciem analizatora każdorazowo należy umyć stopy. W przypadku infekcji stóp lub innej choroby skóry istnieje ryzyko przeniesienia zakażenia na innych.
- Jeżeli z urządzenia będzie korzystać kilka osób, po każdym użyciu należy przetrzeć je ściereczką zanurzoną w łagodnym roztworze detergentu. Następnie wyczyszczone powierzchnie wytrzeć do sucha.
- Urządzenia nie należy wykorzystywać w celach innych niż opisane w instrukcji.
- Ponieważ urządzenie służy do pomiarów precyzyjnych, nie należy go upuszczać, wstrząsać ani w nie uderzać.

Transmisja danych

- Nie należy wymieniać baterii w trakcie transmisji wyniku pomiaru do urządzenia smart. Może to powodować zakłóceniami pracy urządzenia i niepowodzeniem transmisji wyniku pomiaru.
- Nie należy umieszczać kart ze zintegrowanym obwodem, magnesów, przedmiotów metalowych ani innych urządzeń, które wytwarzają pole elektromagnetyczne w pobliżu analizatora w trakcie transmisji wyników do urządzenia smart. Może to powodować nieprawidłowe działanie urządzenia i uniemożliwić przesył wyników pomiaru.

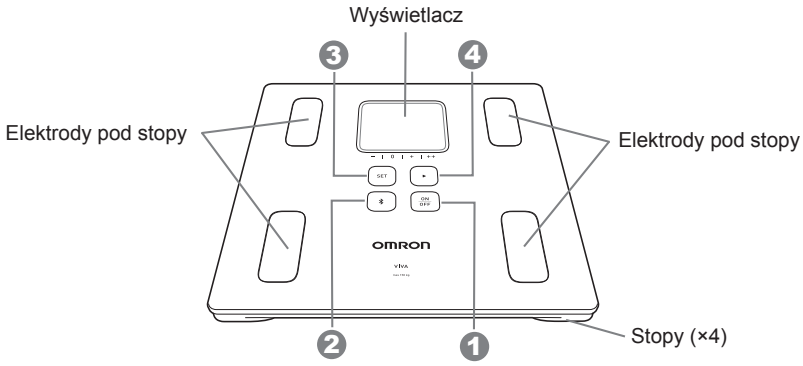
Nieprawidłowy pomiar

Do nieprawidłowego pomiaru może dojść w przypadku niżej wymienionych użytkowników: osób starszych (w wieku ponad 81 lat) / osób gorączkujących / kulturystów lub osób intensywnie trenujących / pacjentów poddawanych dializie / pacjentów z osteoporozą mających bardzo niską gęstość kości / kobiet w ciąży / osób z obrzękiem.

- Dzieje się tak, ponieważ skład ciała, np ilość zawartej w nim wody, może ulegać znaczącym odchyleniom od wartości przeciętnych.

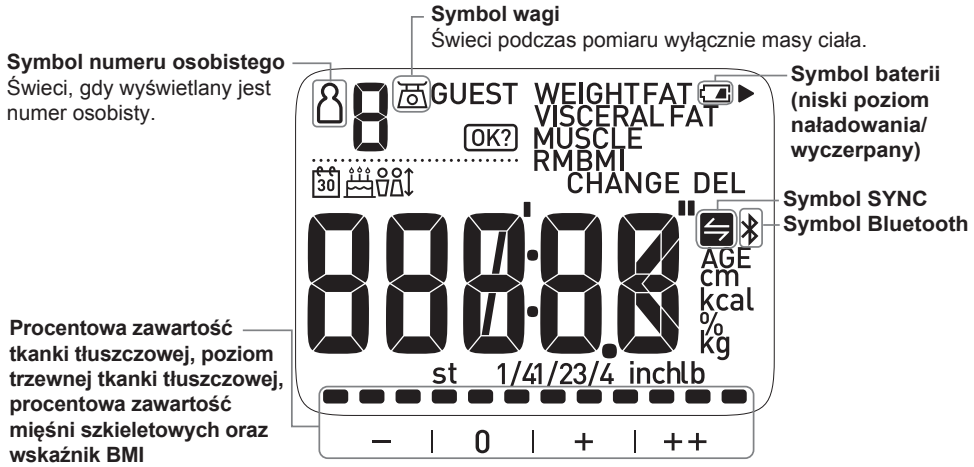
1. Budowa urządzenia

Jednostka główna



❶	ON/OFF	**Przycisk ON/OFF (Wł./Wył.)** • Naciśnij ten przycisk, aby włączyć analizator. • Naciśnij ten przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.
❷	ᛒ	**Przycisk Bluetooth** • Naciśnij ten przycisk, aby przesłać dane ręcznie. • Naciśnij ten przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby sparować analizator z urządzeniem smart. ※ Z tego przycisku można korzystać także w przypadku wyłączonego zasilania.
❸	SET	**Przycisk SET (Ustaw)** • Naciśnij ten przycisk, aby skonfigurować ustawienia lub zatwierdzić dane.
❹	▶	**Przycisk Advance (Przejdź dalej)** • Naciśnij ten przycisk, aby przejść dalej. • Naciśnij i przytrzymaj ten przycisk, aby szybko przechodzić pomiędzy ustawieniami daty, godziny i wzrostu.

Wyświetlacz



PL

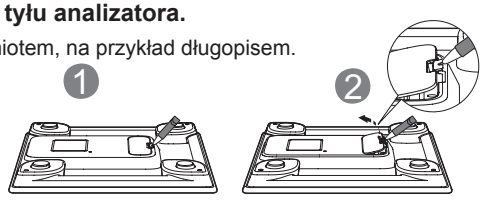
Przed użyciem urządzenia

2. Wkładanie i wymiana baterii

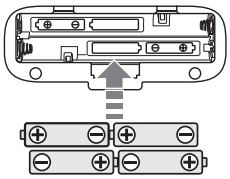
1. **Otwórz pokrywę baterii znajdującą się z tyłu analizatora.**

Można w tym celu posłużyć się twardym przedmiotem, na przykład długopisem.





2. **Zainstaluj baterie w poprawnym położeniu, zgodnie z oznaczeniami wewnątrz komory na baterie.**



3. **Zamknij pokrywę baterii.**

Żywotność i wymiana baterii

- **Ok. 6 miesięcy (w przypadku baterii alkalicznych AAA używanych do czterech pomiarów, czterech przesyłów danych i czterech osób dziennie w pomieszczeniu o temperaturze 23°C)**
  - Ponieważ dostarczane baterie służą jedynie do stosowania przez okres próbny, ich żywotność może być krótsza.
- **Po pojawieniu się na wyświetlaczu symbolu wyczerpanej baterii należy wymienić wszystkie cztery baterie na nowe.**
  - Wszystkie cztery baterie należy wymieniać na nowe (tego samego typu) w tym samym czasie.
  - Jeżeli miga symbol niskiego poziomu naładowania baterii, zaleca się wcześniejszą wymianę baterii.

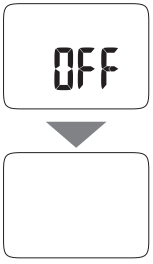
Symbol wyczerpanych baterii



- **Przed wymianą baterii należy wyłączyć urządzenie.**
  - Dane prywatne przechowywane w pamięci analizatora pozostają zapisane nawet po wyjęciu baterii.
  - Zużyte baterie należy usunąć zgodnie z krajowymi przepisami dotyczącymi ich utylizacji.
- **W przypadku wymiany baterii należy zresetować jednostkę pomiaru, datę i godzinę. (Patrz część 4).**
  - W przypadku dokonanego sparowania za pomocą aplikacji OMRON connect naciśnij przycisk , aby nawiązać połączenie z tą aplikacją; data i godzina zostaną ustawione automatycznie.

Funkcja wyłączania zasilania

- **Naciśnij przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.**



- **Zasilanie wyłączy się automatycznie w przypadku spełnienia jednego z następujących warunków:**
  - Upłynęło 10 sekund po wyświetleniu komunikatu „Err” (Błąd),
  - Analizator nie był używany przez 1 minutę po wyświetleniu wartości „0,0 kg”,
  - Analizator nie był używany przez 3 minuty.

3. Parowanie analizatora z urządzeniem typu smart

1. **Włącz funkcję Bluetooth w urządzeniu smart.**

2. **Pobierz i zainstaluj aplikację OMRON connect w urządzeniu smart.**

Masz do wyboru 2 metody.

■ **Zeskanowanie kodu QR w celu uzyskania dostępu do następującego adresu.**

omronconnect.com/setup

Kod QR

■ **Wyszukanie aplikacji OMRON connect w sklepach App Store lub Google Play.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

PL

3. **Otwórz aplikację w urządzeniu smart i wykonaj instrukcję konfiguracji i parowania.**

Jeżeli masz już aplikację OMRON connect, wybierz kolejno opcje:

Menu (Menu) >Device (Urządzenie) >Add Device (Dodaj urządzenie).

UWAGI

- Jedno urządzenia smart zarządza danymi jednego użytkownika.
- W przypadku korzystania z aplikacji innej niż OMRON connect przesył danych może przebiegać nieprawidłowo.
- Aby dowiedzieć się więcej, zapoznaj się z informacjami na temat metody i instrukcji użytkowania w aplikacji.

4. Ustawianie jednostki pomiaru, daty i godziny

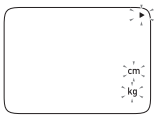
Ustawienie jednostki pomiaru, daty i godziny jest konieczne przed przystąpieniem do pierwszego pomiaru oraz po każdej wymianie baterii.

- Datę i godzinę można również ustawić za pomocą aplikacji OMRON connect.

1. Naciśnij przycisk (ON/OFF), aby włączyć analizator.

Na wyświetlaczu zacznie migać komunikat „kg & cm” (kg i cm).

2. Ustaw jednostkę pomiaru.



Naciśnij przycisk (▶), aby zmienić ustawienie, a następnie naciśnij przycisk (SET), aby je potwierdzić.

- Domyślną jednostką pomiaru jest „kg & cm” (kg i cm).
- Istnieje możliwość ustawienia jednostki „lb & inch” (funty i cale) lub „st-lb & inch” (kamienie-funty i cale).

3. Ustaw w analizatorze prawidłową datę i godzinę.



Naciśnij przycisk (▶), aby zmienić ustawienie, a następnie naciśnij przycisk (SET), aby je potwierdzić.

- Wybór roku z zakresu: od 2017 do 2045.
- Czas podawany jest w formacie 24-godzinnym.
- W czasie ustawiania roku, daty, godziny i minuty przytrzymaj przycisk (▶), aby szybko zmieniać wartości w przedziale co 10.

Po wyświetleniu wszystkich ustawień dla jednostki pomiaru, roku, miesiąca, dnia, godziny i minuty w podanej kolejności nastąpi automatyczne wyłączenie analizatora.

UWAGI

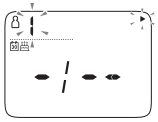
- Jeżeli w trakcie wprowadzania ustawień popełnisz błąd, naciśnij przycisk (ON/OFF), aby wyłączyć analizator, po czym wykonaj ponownie procedurę, zaczynając od kroku 1.
- Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia. Ustaw od nowa jednostkę pomiaru, datę i godzinę.
- Aby zmodyfikować jednostkę pomiaru, datę lub godzinę, wyjmij baterie i poczekaj co najmniej 20 sekund. Następnie włóż baterie i ponownie ustaw parametry.

5. Zapisywanie danych prywatnych

W przypadku pomiaru składu ciała konieczne jest zapisanie danych prywatnych (data urodzenia, płeć, wzrost). Urządzenie oferuje możliwość zapisania danych dla maksymalnie 4 osób.

- Dane prywatne można zarejestrować także z poziomu aplikacji OMRON connect.

1. Naciśnij przycisk (ON/OFF), aby włączyć analizator.



Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”. Nastąpi wyświetlenie daty urodzenia (- - / - -).

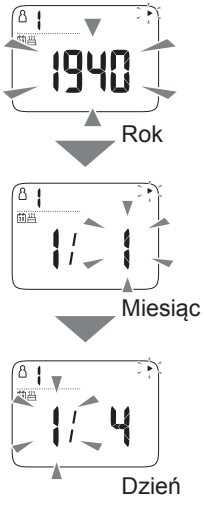
2. Wybierz i potwierdź swój numer osobisty.

Naciśnij przycisk ▶, aby wybrać swój numer osobisty, a następnie naciśnij przycisk SET, aby potwierdzić wybór.

3. Ustaw datę urodzenia.

Naciśnij przycisk ▶, aby ustawić datę urodzenia, a następnie naciśnij przycisk SET, aby potwierdzić wybór.

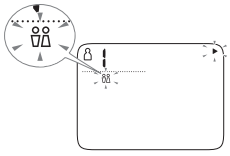
- Wybór roku z zakresu: od 1900 do 2045
- W czasie ustawiania daty i roku przytrzymaj przycisk ▶, aby szybko zmieniać wartości co 10.



PL

4. Ustaw płeć

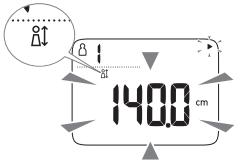
Naciśnij przycisk ▶, aby ustawić płeć (MALE) (Mężczyzna) lub (FEMALE) (Kobieta)), a następnie naciśnij przycisk SET, aby potwierdzić.



5. Ustaw wzrost.

Naciśnij przycisk ▶, aby ustawić wzrost, a następnie naciśnij przycisk SET, aby je potwierdzić.

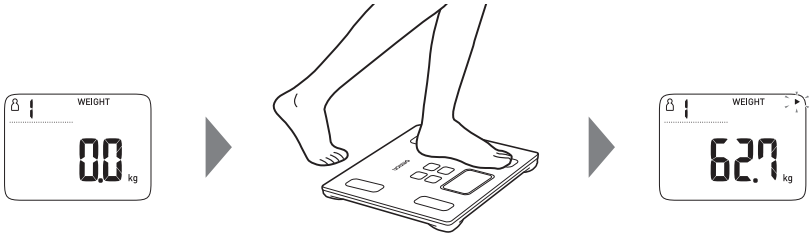
- Naciskaj stale przycisk, aby szybko zmieniać wartości co 10 cm (lub 1 cal).
- Po wyświetleniu wszystkich ustawień w celu ich potwierdzenia, na wyświetlaczu pojawi się wartość „0,0 kg”.



6. Aby dokonać pomiaru, wejdź na analizator w czasie wyświetlania wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

Dane dotyczące masy i składu ciała są zapisywane w urządzeniu, co ułatwia automatyczne rozpoznawanie.

Po chwili pojawią się wyniki pomiaru.



7. Po wyświetleniu wyników pomiaru zejdź z analizatora.

Rejestracja danych prywatnych dobiegła końca.

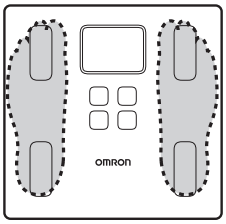
8. Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Aby dodać nowe dane prywatne, zacznij procedurę od kroku 1.

6. Dokonywanie dokładnego pomiaru

6.1 Prawidłowa postawa podczas pomiaru

Wejdź na analizator bosymi stopami. Ustaw łuki stóp pośrodku analizatora.



Uwaga

- Stawanie na analizatorze w skarpetkach lub obuwiu powoduje niedokładne odczyty.



Podczas pomiaru nie uginaj kolan.

Pomiaru należy dokonywać na twardym, płaskim podłożu.

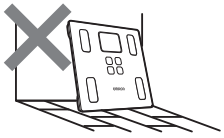
Uwaga

- Miękkie, wyścielane podłoże, np. mata lub dywan, może być przyczyną niedokładnych pomiarów.

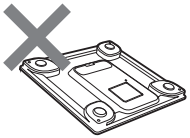
6.2 Korekcja 0 kg (dot. przechowywania)

Analizator regularnie koryguje dokładność w sposób automatyczny, gdy nie jest używany.

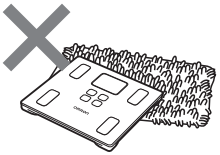
- Jeżeli jest ustawiony w sposób opisany poniżej, funkcja korekcji dokładności nie działa i przed przystąpieniem do pomiaru należy użyć funkcji Korekcja 0 kg.



Urządzenie jest oparte o ścianę lub inne obiekty.



Urządzenie leży spodem do góry.

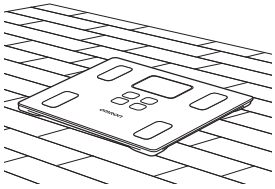


Urządzenie jest umieszczone na innym obiekcie.



Na urządzeniu znajduje się inny przedmiot.

6.3 Włączanie funkcji Korekcja 0 kg



1. **Umieść analizator na twardym, płaskim podłożu.**

2. **Naciśnij przycisk (ON/OFF), aby włączyć analizator.**

3. **Wybierz swój numer osobisty lub „👤”.**

Wybierz swój numer lub „👤” za pomocą przycisku (▶), a następnie naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić wybór.

4. **Po wyświetleniu wartości „0,0 kg” (0,0 kg) naciśnij (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.**

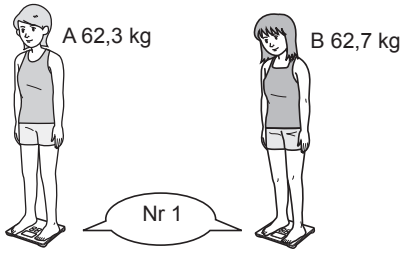
Ta czynność kończy procedurę korekcji 0 kg. Poczekaj 5 sekund, a następnie przystąp do pomiaru.

7. Wykonywanie pomiaru

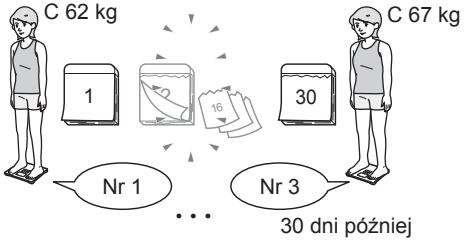
Po wejściu osoby na analizator urządzenie włączy się, aby automatycznie rozpoznać numer tej osoby i rozpocząć pomiar.

Błędny numer osobisty może wyświetlać się w podanych niżej przypadkach:

- Pomiary dokonywane są u użytkowników o zbliżonym typie budowy i masie ciała,



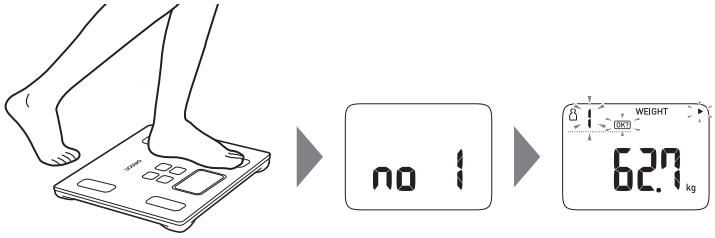
- Masa ciała uległa zmianie od czasu ostatniego pomiaru,



Jeżeli problem z nieprawidłowym rozpoznawaniem utrzymuje się, wybierz swój numer, aby dokonać pomiaru. (Patrz część 9).

1. Wykonaj pomiar po wyłączeniu zasilania analizatora.

Po wejściu na analizator urządzenia automatycznie się włączy.



2. Po wyświetleniu numeru danej osoby i wyników pomiaru pomiar jest zakończony.

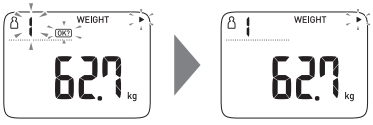
Zejdź z analizatora.

3. Potwierdź swój numer.

■ Jeżeli numer jest prawidłowy…

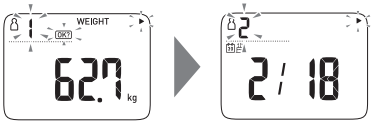
Naciśnij przycisk SET, aby potwierdzić swój numer. OK? znika.

Nawet jeżeli wyłączysz urządzenie i na wyświetlaczu będzie migać OK? , wyniki zostaną zapisane w analizatorze jako wartość pomiaru przypisana do wyświetlanego numeru osobistego.



■ Jeżeli numer jest nieprawidłowy...

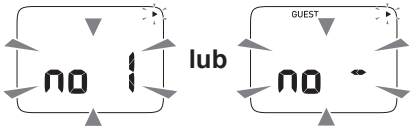
Przed wyłączeniem analizatora wybierz swój numer za pomocą przycisku ▶ i naciśnij przycisk SET, aby potwierdzić wybór.



■ Jeżeli potwierdzono nieprawidłowy numer...

Przed wyłączeniem analizatora naciśnij przycisk SET w celu ponownego wyboru numeru osobistego.

Jeżeli na wyświetlaczu miga jeden z komunikatów od „no 1” (Nr 1) do „no 4” (Nr 4) lub pojawia się komunikat GUEST (Gość), oznacza to, że dane osobowe nie zostały zapisane w urządzeniu.
Zarejestruj swoje dane prywatne.
Możesz też skorzystać z trybu Guest (Gość).



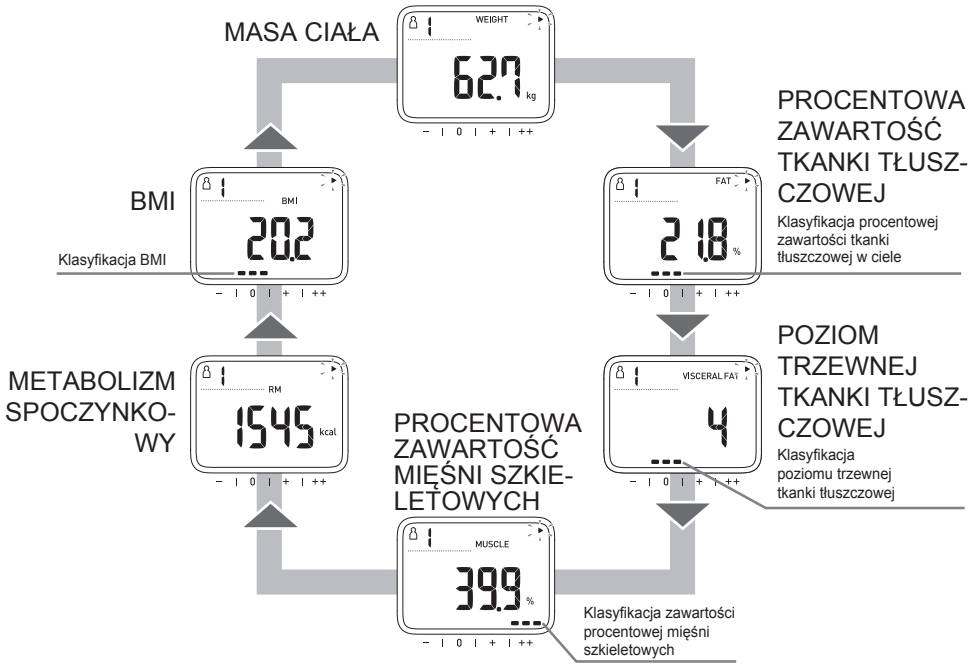
4. Sprawdź wyniki pomiaru.

Wyświetlane wartości zmieniają się cyklicznie, jak przedstawiono na ilustracji poniżej.

Po potwierdzeniu numeru osobistego możesz przejść do wyniku pomiaru, który chcesz wyświetlić, korzystając z przycisku (▶).

Uwaga

- Jako przewodnik po pomiarach mogą posłużyć wskaźniki klasyfikacji Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej, Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej, Procentowa ilość mięśni szkieletowych oraz BMI.
- Aby lepiej zrozumieć wyniki pomiaru, zapoznaj się z informacjami i wykresami w częściach 17 i 18.



PL

5. Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.

Korzystanie z funkcji pamięci

8. Wyświetlanie wyników pomiaru na urządzeniu smart

Aby wyświetlić wyniki pomiarów, postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect.

Następnie możesz potwierdzić zmianę swoich parametrów masy i składu ciała w urządzeniu smart.

Uwaga

- Aplikacja OMRON connect musi być zainstalowana na urządzeniu smart. (Patrz część 3).

W razie konieczności

9. Wybierz swój numer osobisty i dokonaj pomiaru

Jeżeli często dochodzi do nierozpoznawania numeru osobistego, możesz samodzielnie wybrać numer i dokonać pomiaru w sposób opisany poniżej.

1. Naciśnij przycisk (ON/OFF), aby włączyć analizator.

Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.

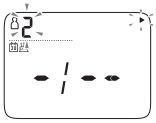


2. Wybierz swój numer osobisty.

Wybierz swój numer za pomocą przycisku (▶).

Po wyświetleniu daty urodzenia (- / - -)
Twoje osobiste dane nie zostały zarejestrowane w powiązaniu z numerem osobistym.

Zarejestruj swoje dane prywatne. (Patrz część 5).

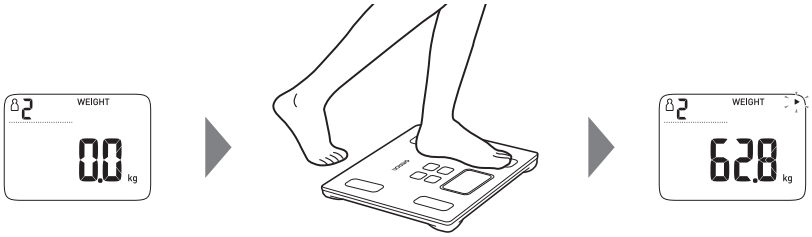


3. Naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić swój numer.

Nastąpi wyświetlenie wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

4. Dokonaj pomiaru, gdy wyświetlana jest wartość „0,0 kg” (0,0 kg).

Wejdź na urządzenie.



5. Sprawdź wyniki pomiaru.

Wyświetlane wartości zmieniają się cyklicznie w sposób automatyczny.

6. Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.

W razie konieczności

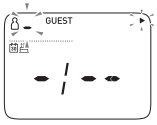
10. Tryb Guest (Gość) (tryb Bez zapisywania)

W przypadku tego trybu wyniki pomiaru nie będą zapisywane.



1. Naciśnij przycisk (ON/OFF), aby włączyć analizator.

Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.



2. Wybierz „ – ” i zatwierdź wybór.

Wybierz opcję GUEST (Gość) za pomocą przycisku (▶) i naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić wybór.

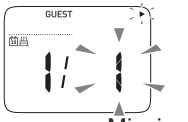


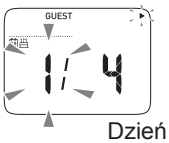
3. Wprowadź dane prywatne.

3.1 Ustaw datę urodzenia.

Naciśnij przycisk (▶), aby ustawić datę urodzenia, a następnie naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić wybór.

- Wybór roku z zakresu: od 1900 do 2045
- W czasie ustawiania daty i roku przytrzymaj przycisk (▶), aby szybko zmieniać wartości co 10.

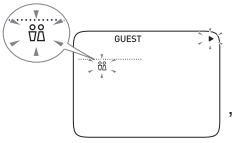




PL

3.2 Ustaw płeć

Naciśnij przycisk (▶), aby ustawić płeć ♂ ((MALE) (Mężczyzna) lub ♀ (FEMALE) (Kobieta)), a następnie naciśnij przycisk (SET) aby potwierdzić.



3.3 Ustaw wzrost.

Naciśnij przycisk (▶), aby ustawić wzrost, po czym naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić.

- Naciskaj ciągle, aby szybko zmieniać wartości co 10 cm (lub 1 cal).



Po wyświetleniu wszystkich ustawień w celu ich potwierdzenia, na wyświetlaczu pojawi się wartość „0,0 kg”.

Analizator wyłączy się, jeżeli nie będzie używany przez 1 minutę po wyświetleniu wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

4. Pomiar rozpocznij po wyświetleniu wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

Wejdź na urządzenie.



5. Sprawdź wyniki pomiaru.

Wyświetlane wartości zmieniają się cyklicznie w sposób automatyczny.

6. Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.

W razie konieczności

11. Pomiar wyłącznie masy ciała

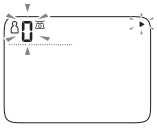
W tym trybie wynik pomiaru nie jest zapisywany.

1. Naciśnij przycisk (ON/OFF), aby włączyć analizator.

Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.

2. Wybierz „⚖” i zatwierdź wybór.

Wybierz „⚖” za pomocą przycisku (▶), a następnie naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić wybór.



3. Po pojawieniu się na wyświetlaczu wartości „0,0 kg” stań na urządzeniu.



4. Sprawdź wynik pomiaru.

Wyświetlona zostanie masa ciała, która zamiga, co wskazuje na zakończenie pomiaru.

5. Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.

W razie konieczności

12. Zmiana lub usuwanie danych prywatnych



1. **Naciśnij przycisk (ON/OFF), aby włączyć analizator.**
Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.



2. **Wybierz swój numer osobisty.**
Naciśnij przycisk ▶, aby wybrać numer osobisty.

Po wyświetleniu daty urodzenia (- / - -)

Twoje dane prywatne nie są rejestrowane w powiązaniu z numerem osobistym.
Zarejestruj swoje dane prywatne. (Patrz część 5).





3. **Naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić numer osobisty.**
Nastąpi wyświetlenie wartości „0,0 kg” (0,0 kg).



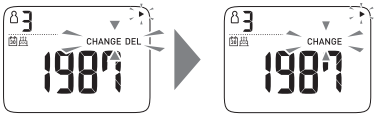
4. **Naciśnij przycisk (SET).**
Na wyświetlaczu miga komunikat CHANGE (Zmień) i DEL (Usuń).

5. **Wybierz opcję CHANGE (Zmień) lub DELETE (Usuń) w odniesieniu do danych prywatnych.**

- Nawet w przypadku zmiany danych prywatnych wyniki pomiarów nie ulegną zmianie ani nie zostaną usunięte. W razie użycia numeru osobistego, który został użyty przez inną osobę, usuń dane prywatne i zarejestruj je ponownie.

Zmień dane prywatne
(Wyniki pomiaru nie zostaną usunięte)

1. **Naciśnij przycisk ▶, aby wybrać opcję CHANGE (Zmień).**



2. **Naciśnij przycisk (SET).**
Na wyświetlaczu zacznie migać rok.

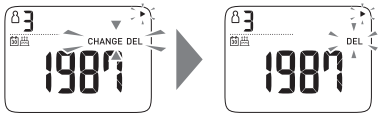


3. **Zmień datę urodzenia, płeć i wzrost w sposób opisany w krokach 3-5 części 5.**

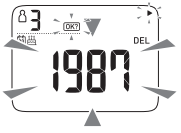
- Aby przerwać dokonywanie w trakcie ich wprowadzania, naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć analizator.
- Nieprzesłane wyniki pomiarów nie zostaną zmienione.

Usuń dane prywatne
(Wyniki pomiaru zostaną usunięte)

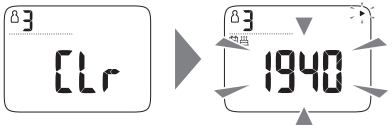
1. **Naciśnij przycisk ▶, aby wybrać opcję DEL (Usuń).**



2. **Naciśnij przycisk (SET).**
OK? zacznie migać.



3. **Naciśnij ponownie przycisk (SET).**



PL

W razie konieczności

13. Usuń ustawienie połączenia

Jeżeli chcesz przerwać korzystanie z aplikacji OMRON connect lub usunąć ustawienia połączenia z urządzenia smart, wykonaj poniższe czynności. Wszystkie zapisane ustawienia połączenia w analizatorze zostaną usunięte.

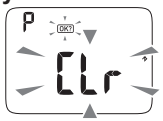
1. Naciśnij i przytrzymaj przycisk (ᛒ) przez ponad 2 sekundy.

Na wyświetlaczu zacznie migać „P” oraz symbol Bluetooth.



2. Ponownie naciśnij i przytrzymaj przycisk (ᛒ) przez ponad 2 sekundy.

Na wyświetlaczu zacznie migać „OK?” i komunikat „CLr”.



3. Naciśnij przycisk (SET), aby potwierdzić.

Analizator wyłączy się, jeżeli nie będzie używany przez 10 sekund po wyświetleniu komunikatu „CLr”.



W razie konieczności

14. Konserwacja i przechowywanie

Jak czyścić urządzenie

- Przed użyciem należy zawsze upewnić się, że urządzenie jest czyste.
- Wytrzyj urządzenie miękką, suchą szmatką. W razie potrzeby należy użyć szmatki zwilżonej wodą i detergentem, dokładnie ją wyciskając przed przetarciem urządzenia, a następnie wytrzeć suchą szmatką.
- Do czyszczenia analizatora nie używaj benzyny, rozcieńczalnika ani żadnych innych lotnych rozpuszczalników.
- Do czyszczenia analizatora nie używaj wody.

Konserwacja i przechowywanie

- Urządzenia nie należy przechowywać:
  — W warunkach wilgotnych, gdzie wilgoć lub woda mogą przedostać się do urządzenia;
  — W warunkach wysokich temperatur, w miejscach nasłonecznionych i zakurzonych;
  — W warunkach zwiększonego ryzyka nagłych wstrząsów lub wibracji;
  — W miejscach przechowywania chemikaliów lub gazów o właściwościach żrących.
- Nie należy przeprowadzać samodzielnych napraw. To urządzenie zostało skalibrowane w czasie produkcji. Jeżeli użytkownik w dowolnym momencie podda w wątpliwość dokładność pomiarów, prosimy o kontakt z autoryzowanym dystrybutorem firmy OMRON. Ogólnie zaleca się kontrolę urządzenia co 2 lata w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania i dokładności.

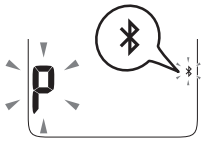
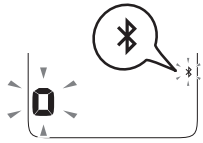
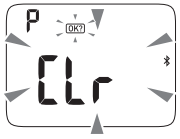
W razie konieczności

15. Rozwiązywanie problemów

W razie wystąpienia podczas pomiarów jakichkolwiek niżej wymienionych problemów, sprawdź najpierw, czy w promieniu 30 cm od analizatora nie znajdują się jakieś urządzenia elektryczne. Jeżeli problem się utrzymuje, skorzystaj z podanej niżej tabeli.

Prezentacja błędu	Przyczyna	Działanie korygujące
Err 1	Zszedłeś(-aś) z analizatora w trakcie pomiaru składu ciała.	Nie należy schodzić z urządzenia, dopóki nie zakończy się pomiar. (Patrz część 6).
	Podeszwy stóp nie przylegają dokładnie do elektrod.	Sprawdź, czy prawidłowo stoisz na analizatorze. W trakcie pomiaru stopy muszą dokładnie przylegać do elektrod. (Patrz część 6).
Err2	Pozycja w trakcie pomiaru jest nieprawidłowa, stopy nie przylegają dokładnie do elektrod lub są suche.	Kolana i plecy powinny być wyprostowane. Stopy powinny być dokładnie ustawione na elektrodach. Nie należy poruszać stopami podczas pomiaru. (Patrz część 6). Zwilż lekko stopy mokrym ręcznikiem i spróbuj ponownie.
Err5	Po ustawieniu daty i godziny, kiedy urządzenie zostało dotknięte lub wykorzystane przed automatycznym WYŁĄCZENIEM wyświetlacza.	Wyjmij i ponownie włóż baterię. Włącz ponownie urządzenie, zaczynając od polecenia „Pair the Unit with Your Smart Device” (Parowanie analizatora z urządzeniem typu smart). (Patrz część 3). • Po wyświetleniu daty i godziny pozostaw urządzenie nieużywane do chwili, w której zasilanie wyłączy się automatycznie.
	Błąd urządzenia.	Wyjmij i ponownie włóż baterię. Po wykonaniu powyższych czynności uruchom ponownie urządzenie. Jeżeli komunikat o błędzie utrzymuje się, skontaktuj się z przedstawicielem serwisu firmy OMRON.
Err6	Błąd połączenia.	Wyłącz analizator i spróbuj ponownie ustanowić połączenie. Jeżeli komunikat o błędzie wyświetli się ponownie, skontaktuj się z przedstawicielem serwisu firmy OMRON.
Err	Poruszyłeś(-aś) się w trakcie pomiaru.	Podczas pomiaru należy stać bez ruchu.
	Twoja masa ciała jest poza zakresem pomiaru urządzenia.	
Err	Błąd połączenia.	Sprawdź wyświetlacz urządzenia smart i postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect. Wybierz opcję „Help” (Pomoc) z aplikacji OMRON connect.
	Niski poziom naładowania baterii.	Wymień baterie, zanim całkowicie się rozładują. (Patrz część 2).
	Baterie są wyczerpane.	Wymień baterie. (Patrz część 2).

PL

Problem	Przyczyna	Działanie korygujące
 miga	Zapisano 24-29 zestawów wyników pomiaru.	Po przesłaniu wyników pomiaru do aplikacji OMRON connect symbol zniknie.
	Zapisano 30 zestawów wyników pomiaru.	Jeżeli liczba przekroczy 30, najstarsze wyniki zostaną usunięte. Po przesłaniu wyników pomiaru do aplikacji OMRON connect symbol zniknie.
	Nacisnąłeś(-aś) i przytrzymałeś(-aś) przycisk (*) przez ponad 2 sekundy.	Komunikat ten wyświetla się podczas parowania analizatora z urządzeniem smart. Postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect. Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby zatrzymać parowanie.
	Nacisnąłeś(-ęłaś) przycisk (*).	Ten błąd wyświetlany jest w czasie przesyłu danych do urządzenia smart. Postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect. Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby zatrzymać przesył.
	Naciśnięto i przytrzymano przycisk (*) przez co najmniej 2 sekundy, gdy migały „P” i symbol Bluetooth.	Ten błąd wyświetla się w przypadku usunięcia ustawienia połączenia. (Patrz część 13). Naciśnij przycisk (ON/OFF) (przez co najmniej 2 sekundy), aby zatrzymać pracę.
Nawet po włączeniu zasilania na wyświetlaczu nic się nie pojawia. Nawet po wejściu na analizator na wyświetlaczu nic się nie pojawia.	Nie zainstalowano baterii.	Włóż baterie.
	Baterie ułożone są w niewłaściwą stronę.	Włóż baterie w prawidłowy sposób, zachowując wymaganą orientację.
	Baterie są wyczerpane.	Wymień wszystkie cztery baterie na nowe.
Pomimo wymiany baterii nic na wyświetlaczu się nie pojawia po wejściu na analizator.	Po wymianie baterii nie ustawiono jednostki pomiaru, daty i godziny.	Ustaw jednostkę pomiaru, datę i godzinę. (Patrz część 4).
	Masa ciała jest zbyt niska. (poniżej 12 kg).	Wybierz numer osobisty przed przystąpieniem do pomiaru.
W przypadku niektórych wyników wyświetla się „- - - - -”.	Zapisane dane lub wartości składu ciała znajdowały się poza zakresem pomiaru.	Sprawdź, czy ustawienia daty urodzenia, płci i wzrostu są prawidłowe. Nawet jeżeli są prawidłowe, na wyświetlaczu pojawia się „- - - - -”, jeśli znajdują się one poza zakresem wyświetlania lub zakresem obsługiwanego wieku użytkownika.

Problem	Przyczyna	Działanie korygujące
Wynik pomiaru jest wyższy lub niższy od stanu faktycznego. Wynik uzyskany w przypadku poszczególnych pomiarów różni się znacząco.	Postawa ciała podczas pomiaru jest nieprawidłowa.	Dokonaj pomiaru, zachowując prawidłową postawę ciała.
	Pomiar jest dokonywany na urządzeniu ustawionym na dywanie, wykładzinie lub na nierównym podłożu.	Pomiaru należy dokonywać na twardym, płaskim podłożu.
	Podeszwy stóp i ciało są zimne, co oznacza osłabione krążenie krwi.	Przed pomiarem rozgrzej ciało, aby przywrócić normalne krążenie krwi.
	Elektrody, na których stawia się stopy, są bardzo zimne.	Pozostaw analizator na chwilę w ciepłym pomieszczeniu, zanim przystąpisz do pomiaru.
	Stopy są suche.	Przed pomiarem lekko zwilż podeszwy stóp mokrym ręcznikiem.
	Nie wykonano prawidłowo funkcji korekcji 0 kg.	Wykonaj funkcję korekcji 0 kg. (Patrz część 6,3).
Nie zostałeś(-aś) prawidłowo rozpoznany(-a) przez urządzenie.	Twoja masa ciała znacząco się zmieniła od ostatniego pomiaru.	Wybierz numer osobisty przed przystąpieniem do pomiaru. (Patrz część 9).
	Twój typ budowy ciała jest podobny do innej zarejestrowanej osoby.	
	Zarejestrowano wyniki pomiarów innego użytkownika.	
Chcesz zmierzyć skład ciała, ale wyświetlana jest tylko jego masa.	Nie wybrano numeru osobistego albo trybu GUEST (Gość). (Numer osobisty lub komunikat GUEST (Gość) nie wyświetlają się).	Przed przystąpieniem do pomiaru wybierz numer osobisty lub tryb GUEST (Gość).
Przycisk nie odpowiada.	Nacisnąłeś(-aś) przycisk, stojąc na analizatorze.	Zejdź z urządzenia i naciśnij przycisk.
	Przycisk jest mokry lub zanieczyszczony.	Zetrzyj wodę lub zanieczyszczenie przed rozpoczęciem pomiaru.
	Nacisnąłeś(-ęłaś) dwa lub więcej przycisków równocześnie.	Jednorazowo można nacisnąć tylko jeden przycisk.
Nawet jeżeli nie wykonano żadnej czynności, urządzenie wyłącza się.	Przejdź do punktu „Funkcja wyłączania zasilania”. (Patrz część 2).	
Niepowodzenia wysyłania danych	Wybierz opcję „Help” w aplikacji „OMRON connect”.	

16. Dane techniczne

Kategoria produktu	**Analizatory składu ciała**	
Opis produktu	**Body Composition Monitor**	
Model (kod)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Wyświetlacz*	**Masa ciała:**	od 2,0 do 150,0 kg z dokładnością do 0,1 kg (od 4,4 do 330,0 funtów z dokładnością do 0,2 funta) (od 4,4 funta do 23 kamieni 8,0 funtów z dokładnością do 0,2 funta)
	Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej:	od 5,0 do 60,0% z dokładnością do 0,1%
	Procentowa zawartość mięśni szkieletowych:	od 5,0 do 50,0% z dokładnością do 0,1%
	BMI:	od 7,0 do 90,0 z dokładnością do 0,1
	Metabolizm spoczynkowy:	od 385 do 3999 kcal z dokładnością do 1 kcal
	Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej:	30 poziomów z dokładnością do 1 poziomu
	Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej, procentowa zawartość mięśni szkieletowych i wskaźnik BMI: – (Niski) / 0 (Normalny) / + (Wysoki) / ++ (Bardzo wysoki) 4 poziomy	
	Klasyfikacja poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej 0 (Normalny) / + (Wysoki) / ++ (Bardzo wysoki) 3 poziomy *Zakres wieku dla zawartości procentowej tkanki tłuszczowej i klasyfikacji procentowej zawartości tkanki tłuszczowej: od 10 do 80 lat.	
	*Zakres wieku dla zawartości procentowej mięśni szkieletowych, klasyfikacji zawartości procentowej mięśni szkieletowych, poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej, klasyfikacji poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej i metabolizmu spoczynkowego: od 18 do 80 lat.	
Protokół transmisji	**Technologia energooszczędna Bluetooth®**	
Komunikacja bezprzewodowa	**Zakres częstotliwości:** **Modulacja:** **Efektywna moc wypromieniowana:**	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Ustawiane parametry*	Niżej wymienione informacje można zapisywać w pamięci urządzenia dla maksymalnie 4 osób.	
	Jednostka miary	kg&cm (kg i cm) / lb&inch (funty i cale) / st-lb&inch (kamienie i funty oraz cale)
	Data urodzenia	do 1. stycznia 1900 do 31. grudnia 2045
	Płeć	Mężczyzna/kobieta
	Wzrost	od 100,0 do 199,5 cm z dokładnością do 0,5 cm (od 3' 4" do 6' 6 1/2" z dokładnością do 1/4")
	* W przypadku wzrostu niższego niż 100,0 cm lub wyższego niż 199,5 cm: obliczony wskaźnik BMI i wyniki składu ciała są referencyjne.	
Dokładność pomiaru masy ciała	od 2,0 kg do 40,0 kg: ± 0,4 kg (od 4,4 funta do 88,2 funta: ± 0,88 funta) (od 4,4 funta do 6 kamieni 4,2 funta: ± 0,88 funta)	
	od 40,0 kg do 150,0 kg: ± 1% (od 88,2 funta do 330,0 funta: ± 1%) (od 6 kamieni 4,2 funta do 23 kamieni 8,0 funtów: ± 1%)	
Dokładność (S.E.E.)	**Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej:**	3,5%
	Procentowa zawartość mięśni szkieletowych:	3,5%
	Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej:	3 poziomy

Okres trwania	5 lat
Klasyfikacja IP	IP21* *Klasyfikacja IP odzwierciedla stopnie ochrony zapewniane przez obudowy zgodnie z normą IEC 60529. Urządzenie jest zabezpieczone przed przedostawaniem się przez obudowę obcych ciał stałych o średnicy 12,5 mm lub większych, np. palca. Urządzenie jest zabezpieczone przed pionowo padającymi kroplami wody, które mogą powodować problemy podczas normalnej pracy urządzenia.
Zasilanie	4 baterie alkaliczne AAA (LR03)
Okres użytkowania baterii	Ok. 6 miesięcy (w przypadku baterii alkalicznych AAA używanych do czterech pomiarów, czterech przesyłów danych i czterech osób dziennie w pomieszczeniu o temperaturze 23°C)
Temperatura / wilgotność / ciśnienie powietrza robocze	od +5°C do +40°C, od 30% do 85% wilgotności względnej, 860–1060 hPa
Temperatura / wilgotność /ciśnienie przechowywania i transportu	od -20°C do +60°C, od 10% do 95% wilgotności względnej, 860–1060 hPa
Masa ciała	Ok. 1.6 kg (łącznie z bateriami)
Wymiary zewnętrzne	Ok. 285 (szer.) x 28 (wys.) x 280 (gł.) mm (ok. 11 1/5" (szer.) × 1 1/10" (wys.) × 11" (gł.))
Spis treści	Analizator składu ciała, 4 baterie alkaliczne AAA (LR03), instrukcja konfiguracji, podręcznik obsługi

Uwaga

- Produkt może podlegać modyfikacjom technicznym bez wcześniejszego powiadomienia.
- Każde poważne zdarzenie, które wystąpiło w związku z urządzeniem, prosimy zgłaszać producentowi i kompetentnemu organowi państwa członkowskiego, w którym znajduje się użytkownik.

CE 0197

Niniejsze urządzenie działa w nielicencjonowanym paśmie ISM o częstotliwości 2,4 GHz. Jeżeli niniejsze urządzenie wykorzystywane jest w pobliżu innych urządzeń bezprzewodowych, w tym kuchenek mikrofalowych oraz bezprzewodowych sieci LAN, które działają w oparciu o to samo pasmo częstotliwości, istnieje możliwość wystąpienia zakłóceń pomiędzy niniejszym urządzeniem oraz innymi takimi urządzeniami. Jeżeli do takich zakłóceń dojdzie, należy przerwać pracę innych urządzeń i lub przenieść niniejsze urządzenie przed przystąpieniem do jego użytkowania lub nie używać go w pobliżu innych urządzeń bezprzewodowych.

PL

Bluetooth®

Nazwa i logotypy **Bluetooth®** są zarejestrowanymi znakami towarowymi będącymi własnością firmy Bluetooth SIG, Inc. Wszelkie użycie tych znaków przez firmę OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. podlega licencji.

Niniejszym firma OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. oświadcza, że sprzęt radiowy VIVA (HBF-222T-EBK) jest zgodny z dyrektywą 2014/53/UE.
Pełny tekst deklaracji zgodności jest dostępny na stronie internetowej www.omron-healthcare.com.

Logo Apple i Apple są znakami towarowymi firmy Apple Inc. zarejestrowanymi w Stanach Zjednoczonych i innych krajach.
App Store jest znakiem usługowym firmy Apple Inc.
Logo Android, Google Play są znakami towarowymi firmy Google Inc.

Ważne informacje dotyczące zgodności elektromagnetycznej (ang. Electro Magnetic Compatibility, EMC)

HBF-222T-EBK produsert av OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. er i overensstemmelse med EN60601-1-2:2015 Elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)-standarden. Ytterligere dokumentasjon i samsvar med denne EMC-standarden kan fås ved å kontakte OMRON HEALTHCARE EUROPE på adressen som er angitt i denne brukerveiledningen eller på www.omron-healthcare.com Se EMC-informasjonen for HBF-222T-EBK på nettstedet.

Gwarancja

Firma OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. udziela gwarancji na ten produkt w ciągu 3 lat od daty zakupu.
Gwarancja nie obejmuje baterii, opakowania i/lub uszkodzeń jakiegokolwiek rodzaju związanych z nieprawidłowym stosowaniem (jak upuszczenie lub niewłaściwe posługiwanie się) spowodowanych przez użytkownika. Reklamowane produkty zostaną wymienione wyłącznie po zwróceniu ich z oryginalną fakturą/paragonem.

Prawidłowa utylizacja produktu (Zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny)



To oznaczenie, znajdujące się na produkcie lub w literaturze dotyczącej go, wskazuje, że po zużyciu nie należy utylizować go razem z innymi odpadami domowymi. Aby zapobiec możliwemu skażeniu środowiska lub szkodom dla zdrowia ludzkiego wynikłym z niekontrolowanej utylizacji odpadów, należy oddzielić je od innych typów odpadów i przetwarzać w odpowiedzialny sposób, działając na rzecz ponownego wykorzystania zasobów materiałowych.

Użytkownicy korzystający z urządzenia w domu powinni skontaktować się ze sprzedawcą detalicznym, u którego kupili produkt lub z lokalnym urzędem, aby uzyskać szczegółowe informacje na temat gdzie i w jaki sposób można zutylizować produkt w sposób bezpieczny dla środowiska.

Użytkownicy komercyjni powinni skontaktować się z dostawcą i sprawdzić warunki oraz zasady umowy zakupu. Produktu nie należy łączyć z innymi odpadami handlowymi w celu utylizacji.

Produkt nie zawiera żadnych niebezpiecznych substancji.
Zużyte baterie należy usunąć zgodnie z krajowymi przepisami dotyczącymi ich utylizacji.

Opis symboli, które w zależności od modelu można znaleźć na samym urządzeniu, opakowaniu sprzedażowym lub IM.

	Część wchodząca w kontakt z ciałem użytkownika — typ BF Stopień ochrony przed porażeniem prądem (prąd upływu)	SN	Numer seryjny
IP XX	Stopień ochrony przed przedostaniem się wody do wnętrza urządzenia: IEC 60529		Zakres temperatury
CE	Oznaczenie CE		Zakres wilgotności
	Symbol GOST-R		Zakres ciśnienia atmosferycznego
	Symbol Zgodności Euroazjatyckiej	⎓	Prąd stały
	Sprawdzić w instrukcji obsługi		Niniejsze urządzenie nie powinno być używane przez osoby z implantami medycznymi, np. stymulatorami pracy serca, sztucznym sercem, płucem lub innymi elektronicznymi systemami podtrzymywania życia.
MD	Wyrób medyczny		Data produkcji

17. Informacje na temat składu ciała

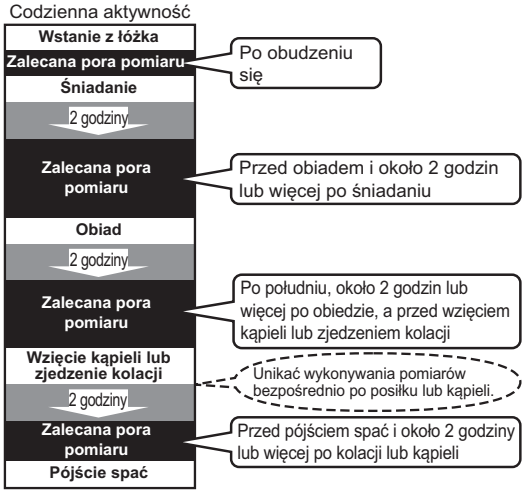
Podstawy obliczeń składu ciała

Tłuszcz w organizmie ma niewielkie przewodnictwo elektryczne

Urządzenie VIVA służy do pomiaru procentowej zawartości tkanki tłuszczowej metodą impedancji bioelektrycznej (ang. bioelectrical impedance, BI). Mięśnie, naczynia krwionośne i kości są tkankami o dużej zawartości wody, która łatwo przewodzi prąd elektryczny. Tłuszcz jest tkanką o słabej przewodności elektrycznej. Aby określić ilość tkanki tłuszczowej, urządzenie VIVA kieruje przez ciało bardzo słaby prąd elektryczny o częstotliwości 50 kHz i natężeniu mniejszym niż 500 μA. Prąd ten jest na tyle słaby, że nie odczuwa się go podczas korzystania z urządzenia VIVA.
W celu obliczenia składu ciała analizator wykorzystuje impedancję elektryczną wraz z informacjami o wzroście, masie ciała, wieku i płci, po czym oblicza wyniki na podstawie danych firmy OMRON dotyczących składu ciała.

Zalecane czasy pomiarów

Zrozumienie normalnych zmian zachodzących w procentowej zawartości tkanki tłuszczowej może pomóc w zapobieganiu otyłości lub jej zmniejszeniu. Wiedząc, kiedy procentowa zawartość tkanki tłuszczowej zmienia się w ciągu dnia, można uzyskać dokładne tendencje zmian ilości tkanki tłuszczowej. Zaleca się stosowanie urządzenia w takim samym środowisku i codziennych warunkach. (Patrz wykres)



PL

Należy unikać wykonywania pomiarów w następujących stanach i okolicznościach:

— tuż po intensywnym wysiłku fizycznym, po kąpieli lub przebywaniu w saunie,
— po wypiciu dużej ilości alkoholu lub wody oraz po posiłku (do 2 godzin).
Jeśli pomiar jest wykonywany w tych warunkach fizycznych, obliczony skład ciała może znacznie różnić się od rzeczywistego, ponieważ zawartość wody w organizmie uległa zmianie.

Co to jest BMI (Body Mass Index)?

Wartość BMI obliczana jest przy pomocy prostego wzoru, w celu wyznaczenia stosunku między ciężarem i masą ciała osoby.

BMI = masa ciała (kg) / wzrost (m) / wzrost (m)

W celu wyznaczenia wskaźnika BMI urządzenie OMRON VIVA wykorzystuje dane na temat wzrostu danej osoby zapisane w powiązaniu z numerem osobistym lub dane wprowadzone w trybie gościa. Jeśli poziom tkanki tłuszczowej określony przez BMI przekracza standard międzynarodowy, istnieje zwiększone ryzyko wystąpienia częstych chorób. BMI nie ujawnia jednak wszystkich rodzajów tkanki tłuszczowej.

Co to jest procentowa zawartość tkanki tłuszczowej?

Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej to masa tkanki tłuszczowej w odniesieniu do całkowitej masy ciała wyrażona w procentach.

Procent zawartości tkanki tłuszczowej w ciele (%) = {masa tkanki tłuszczowej (kg) / masę ciała (kg)} × 100

Urządzenie VIVA korzysta z metody BI do oszacowania procentowej zawartości tkanki tłuszczowej w ciele. W zależności od umiejscowienia, tkankę tłuszczową określa się mianem tkanki trzewnej lub podskórnej.

Czym jest poziom trzewnej tkanki tłuszczowej?

Trzewna tkanka tłuszczowa = tkanka tłuszczowaotaczająca organy wewnętrzne

Przypuszcza się, że zbyt duże ilości trzewnej tkanki tłuszczowej są powiązane ze zwiększoną ilością tłuszczów w krwiobiegu, co w efekcie prowadzi do często spotykanych chorób, takich jak hiperlipidemia i cukrzyca, ograniczająca zdolność insuliny do przenoszenia energii z krwiobiegu i wykorzystywania jej w komórkach. W celu uniknięcia lub poprawy stanu niektórych często spotykanych chorób, ważne jest obniżenie poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej. Osoby o wysokim poziomie trzewnej tkanki tłuszczowej mają tendencję do posiadania dużych żołądków. Jednak nie dzieje się tak zawsze; duże ilości trzewnej tkanki tłuszczowej mogą prowadzić do otyłości metabolicznej.



Przykładowa trzewna tkanka tłuszczowa (obraz uzyskany za pomocą rezonansu magnetycznego)

Otyłość metaboliczna (otyłość trzewna przy normalnej masie ciała) oznacza ilości tkanki tłuszczowej przekraczające normę, przy czym masa ciała danej osoby mieści się w standardzie dla jej wzrostu lub jest poniżej niego.

Czym jest podskórna tkanka tłuszczowa?

Podskórna tkanka tłuszczowa = tkanka tłuszczowa znajdująca się pod skórą

Podskórna tkanka tłuszczowa odkłada się nie tylko wokół żołądka, ale również dookoła ramion, bioder i ud, i może spowodować zniekształcanie proporcji ciała. Mimo że tkanka ta nie jest bezpośrednio związana ze zwiększonym ryzykiem chorób, przypuszcza się, że zwiększa ona nacisk na serce i może prowadzić do innych komplikacji. Urządzenie to nie wyświetla zawartości podskórnej tkanki tłuszczowej, ale jest ona uwzględniana w obliczeniach procentowej zawartości tkanki tłuszczowej w ciele.



Przykładowa podskórna tkanka tłuszczowa (obraz uzyskany za pomocą rezonansu magnetycznego)

Czym są mięśnie szkieletowe?

Mięśnie dzielą się na dwie kategorie. Mięśnie w narządach, takich jak serce, oraz mięśnie szkieletowe, połączone z kośćmi, służące do poruszania częściami ciała. Masę mięśni szkieletowych można zwiększać poprzez ćwiczenia i inne czynności. Zwiększenie masy mięśni szkieletowych oznacza, że ciało będzie w stanie łatwiej spalać energię, a to z kolei mniejsze prawdopodobieństwo, iż zostanie ona przekształcona w tkankę tłuszczową, co ułatwia prowadzenie energetycznego trybu życia.

Czym jest metabolizm spoczynkowy?

Bez względu na stopień aktywności, do podtrzymania codziennych funkcji organizmu potrzebna jest pewna minimalna podaż kalorii. Wskaźnik ten, znany jako metabolizm spoczynkowy, informuje, ile kalorii potrzebuje dana osoba, aby dostarczyć organizmowi odpowiedniej ilości energii niezbędnej do funkcjonowania.

Informacje na temat składu ciała

18. Wykresy interpretacji wyników pomiaru

Interpretacja wyniku procentowej zawartości tkanki tłuszczowej w ciele

	Wiek	- (Niska)	0 (Normalna)	+ (Wysoka)	++ (Bardzo wysoka)
Kobieta	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Mężczyzna	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy et al, w International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, i przez Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, i przypisane do czterech poziomów przez OMRON HEALTHCARE.

Interpretacja wyniku poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej

Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej	Klasyfikacja poziomu
1 - 9	0 (Normalna)
10 - 14	+ (Wysoka)
15 - 30	++ (Bardzo wysoka)

Zgodnie z danymi liczbowymi firmy OMRON HEALTHCARE.

PL

Interpretacja wyniku pomiaru procentu mięśni szkieletowych

	Wiek	- (Niska)	0 (Normalna)	+ (Wysoka)	++ (Bardzo wysoka)
Kobieta	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Mężczyzna	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

Zgodnie z danymi liczbowymi firmy OMRON HEALTHCARE.

Interpretacja wyników BMI

BMI	BMI (Uznane przez WHO)
< 18,5	- (Niedowaga)
18,5 - 24,9	0 (Normalna)
25 - 29,9	+ (Nadwaga)
≧ 30	++ (Otyłość)

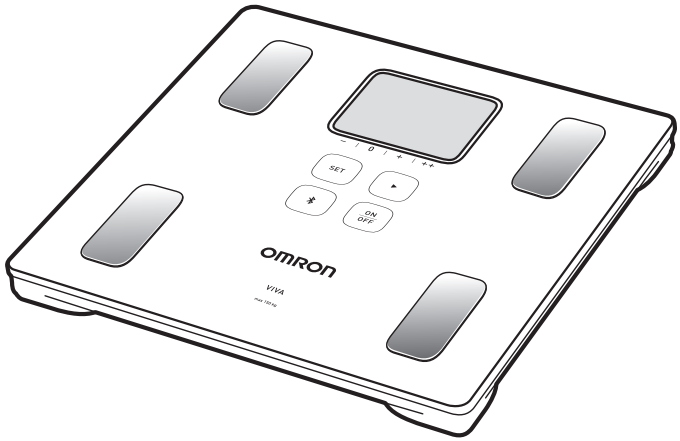
PL

Producent 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONIA
Przedstawiciel handlowy w UE **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLANDIA www.omron-healthcare.com
Importer na terenie UE	
Siedziba produkcji	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Chiny
Filie	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importer i osoba odpowiedzialna na terenie Wielkiej Brytanii Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Data publikacji: 2021-08-27

Wyprodukowano w Chinach

OMRON



Monitor de composição corporal

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Manual de instruções

PT

Obrigado por ter adquirido o monitor de composição corporal da OMRON.
Antes de utilizar o monitor, certifique-se de que lê cuidadosamente este manual de instruções para assegurar uma utilização segura e adequada.
Guarde cuidadosamente este manual de instruções para consulta futura.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-PT-08-06/2021

VIVA
Monitor de composição corporal

Uso previsto
Obrigado por ter adquirido este monitor de composição corporal da OMRON. Este monitor destina-se à medição e apresentação dos seguintes parâmetros de composição corporal.

- Peso do corpo
- Gordura visceral (até 30 níveis)
- Metabolismo em repouso (em kcal)
- Gordura corporal (em %)
- Músculos esqueléticos (em %)
- IMC (Índice de massa corporal)

Este monitor deve ser utilizado por adultos que compreendem este manual de instruções. Este monitor destina-se apenas à utilização doméstica e não à utilização profissional em hospitais ou outras instalações médicas.

Leia cuidadosamente este manual de instruções antes da utilização e para obter mais informações sobre funções individuais.

Índice

Antes de utilizar o monitor 2

Notas sobre segurança 2
1. Conheça o seu monitor 4
2. Inserir e substituir as pilhas 5
3. Emparelhar o monitor com o seu dispositivo inteligente 6
4. Definir a unidade de medida, a data e a hora 7
5. Registar dados pessoais 8

Instruções de funcionamento 9

6. Como efetuar medições com precisão 9
   6.1 Posturas corretas a ter durante a medição 9
   6.2 Sobre a "correção para 0 kg" (Cuidados a ter relativamente à colocação) 10
   6.3 Como implementar a "correção para 0 kg" 10
7. Efetuar uma medição 10

Utilizar a função de memória 12

8. Visualizar os resultados da medição no dispositivo inteligente 12

Quando necessário 13

9. Selecionar o número pessoal e efetuar uma medição 13
10. Modo Guest (Modo não registado) 14
11. Medir apenas o peso 15
12. Alterar ou eliminar os dados pessoais 16
13. Eliminar as definições de comunicação 17
14. Manutenção e arrumação 17
15. Resolução de problemas 18
16. Dados técnicos 21

Informações sobre a composição corporal 24

17. Informações sobre a composição corporal 24
18. Diagramas de interpretação dos resultados da medição 26

Antes de utilizar o monitor

Notas sobre segurança

Os símbolos utilizados e as respetivas definições são os seguintes:

⚠ **Perigo:**	A utilização inadequada poderá ser perigosa e resultar em morte ou danos físicos graves.
⚠ **Advertência:**	A utilização inadequada poderá resultar em morte ou danos físicos graves.
⚠ **Cuidado:**	A utilização inadequada poderá resultar em danos físicos ou materiais.

⚠ Perigo:

• Nunca utilize este monitor em conjunto com os dispositivos médicos eletrónicos seguintes:
(1) Implantes médicos eletrónicos, como pacemakers;
(2) Sistemas de suporte vital eletrónicos, como um coração/pulmão artificial;
(3) Dispositivos médicos eletrónicos portáteis, como um eletrocardiógrafo.
Este monitor poderá provocar o mau funcionamento desses dispositivos e constituir um risco de saúde sério para os seus utilizadores.



⚠ Advertência:

- Mantenha o monitor fora do alcance das crianças. Este monitor contém peças pequenas que podem constituir um risco de asfixia se ingeridas por crianças.
- Não utilize o monitor em superfícies escorregadias, como chão molhado.
- Não salte para cima do monitor, nem pule em cima dele.
- Não utilize o monitor quando tiver o corpo e/ou os pés molhados, como depois de tomar banho.
- Coloque-se no monitor descalço. Pode escorregar e sofrer ferimentos se se colocar no monitor com meias calçadas.
- Não coloque os pés no bordo ou na área do visor do monitor.
- As pessoas com incapacidades ou debilidades físicas devem ser sempre assistidas por outra pessoa ao utilizar o monitor.
- Se o fluido das pilhas entrar em contacto com os olhos, lave-os imediatamente com bastante água limpa. Consulte um médico de imediato.
- Não utilize este produto em hospitais, aviões ou noutros ambientes onde a utilização de ondas de rádio é restrita.
- Este produto emite frequências de rádio (RF) na banda de 2,4 GHz. Não utilize este produto em locais onde a utilização de RF é restrita, como aviões ou hospitais.

PT

⚠ Cuidado:

- Não desmonte, repare ou remodele o monitor.
- Não inicie um programa de redução de peso ou de exercício sem consultar primeiro um médico ou especialista em cuidados de saúde. O autodiagnóstico pode prejudicar a sua saúde.
- Durante a medição, certifique-se de que não se encontra nenhum telemóvel ou qualquer outro dispositivo elétrico que emita campos eletromagnéticos a 30 cm deste dispositivo. Estes campos podem dar origem ao funcionamento incorreto do dispositivo e/ou à apresentação de leituras incorretas.
- Utilize pilhas especificadas para este monitor. Não insira as pilhas com a polaridade invertida.
- Substitua imediatamente as pilhas usadas por novas.
- Não elimine as pilhas queimando-as.

- Se o fluido das pilhas entrar em contacto com a pele ou a roupa, lave-os imediatamente com bastante água limpa.
- Quando não for utilizar o monitor durante um longo período de tempo (aproximadamente três meses ou mais), retire as pilhas.
- Não use pilhas de tipos diferentes ao mesmo tempo.
- Não use pilhas usadas e novas ao mesmo tempo.
- Lave sempre os pés antes de utilizar o monitor. Se estiver a sofrer de uma infeção nos pés ou outra doença de pele, pode transmiti-la a outras pessoas.
- Se o monitor for utilizado por várias pessoas, limpe-o com um pano molhado em detergente neutro após a sua utilização. Depois de o limpar, seque-o.
- Não utilize este monitor para outros fins que os mencionados no presente manual.
- Uma vez que o monitor é um instrumento de precisão, não o deixe cair nem o sujeite a vibrações ou choques violentos.

Transmissão de dados

- Não substitua a pilha enquanto o resultado da medição estiver a ser transferido para o seu dispositivo inteligente. A substituição da pilha pode dar origem ao funcionamento incorreto do monitor e à não transferência do resultado da medição.
- Não coloque cartões de circuitos integrados, ímanes, objetos metálicos ou outros dispositivos que emitam campos eletromagnéticos perto deste monitor enquanto o resultado da medição estiver a ser transferido para o seu dispositivo inteligente. Fazê-lo pode dar origem ao funcionamento incorreto do monitor e à não transferência do resultado da medição.

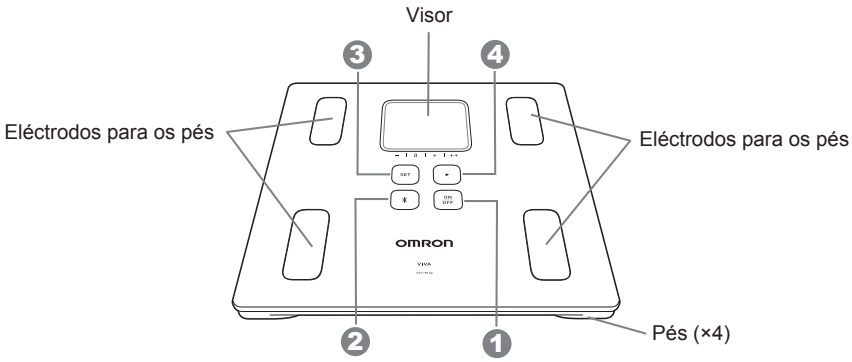
Medição incorreta

A medição incorreta pode ocorrer nos seguintes utilizadores:
Idosos (mais de 81 anos)/pessoas com febre/praticantes de musculação ou atletas de competição/ pacientes sujeitos a tratamentos de diálise/pacientes com osteoporose com densidade óssea muito reduzida/grávidas/pessoas com edema.

- A composição corporal, como a água corporal, pode desviar-se consideravelmente do valor médio.

1. Conheça o seu monitor

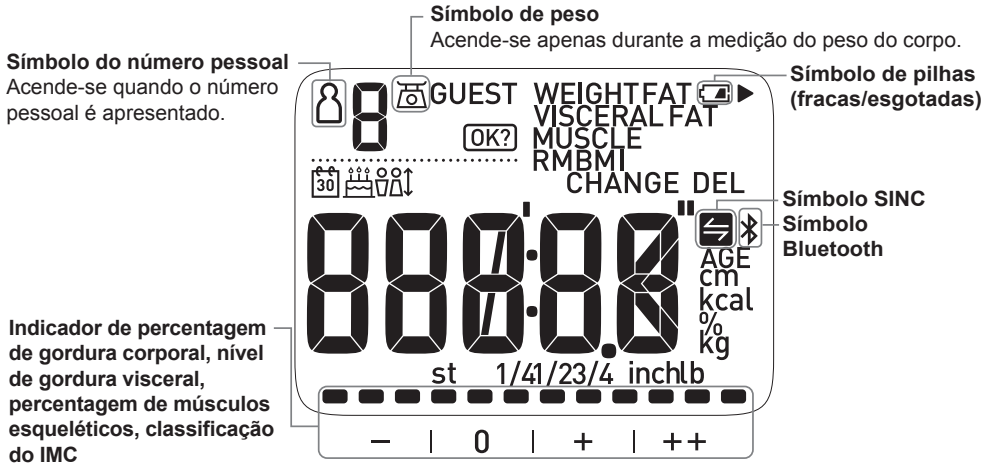
Unidade principal



❶	ON/OFF	**Botão ON/OFF** • Prima este botão para ligar o monitor. • Prima este botão (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.
❷	ᛒ	**Botão Bluetooth** • Prima este botão para transferir manualmente os dados. • Prima este botão (durante 2 ou mais segundos) para emparelhar o monitor com o seu dispositivo inteligente. ※ Este botão também pode ser utilizado com o monitor desligado.
❸	SET	**Botão SET** • Prima este botão para definir ou confirmar os dados.
❹	▶	**Botão de aumento** • Prima este botão para aumentar o valor. • Mantenha premido este botão para aumentar rapidamente o valor enquanto define a data, a hora e a altura.

PT

Visor

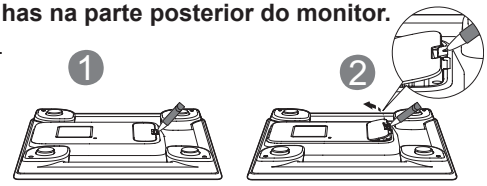


2. Inserir e substituir as pilhas

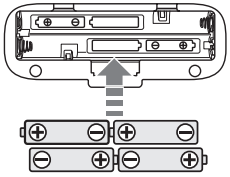
1. Abra a tampa do compartimento das pilhas na parte posterior do monitor.

Pode utilizar um objeto duro, como uma caneta.





2. Coloque as pilhas com a polaridade correta, conforme marcado no compartimento das pilhas.



3. Feche a tampa do compartimento das pilhas.

Vida útil e substituição das pilhas

- **Aproximadamente 6 meses (se forem utilizadas pilhas alcalinas AAA a um ritmo de quatro medições, quatro transferências de dados e quatro pessoas por dia a uma temperatura ambiente de 23 °C)**
  - As pilhas fornecidas destinam-se apenas para testar o monitor e podem ter um período de vida útil mais curto.
- **Quando o símbolo de pilhas esgotadas aparecer no visor, substitua as quatro pilhas por outras novas.**
  - Substitua em simultâneo as quatro pilhas por outras novas (do mesmo tipo).
  - Quando o símbolo de pilhas fracas piscar, recomendamos que substitua antecipadamente as pilhas por outras novas.

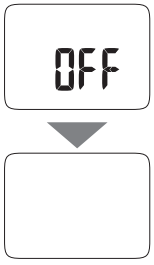
Símbolo de pilhas esgotadas



- **Substitua as pilhas com o monitor desligado.**
  - Os dados pessoais guardados no monitor são mantidos mesmo quando as pilhas são retiradas.
  - A eliminação de pilhas usadas deve ser efetuada em conformidade com a legislação nacional para a eliminação de pilhas.
- **Quando as pilhas são substituídas, deve definir novamente a unidade de medida, a data e a hora. (Consulte a secção 4.)**
  - Se já emparelhou o equipamento com a aplicação "OMRON connect", prima o botão para comunicar com esta aplicação e para que a data e a hora sejam definidas automaticamente.

Sobre a função de desconexão da alimentação

- **Prima o botão (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.**



- **O monitor desliga-se automaticamente nas seguintes condições.**
  - 10 segundos após a apresentação de "Err".
  - O equipamento não é utilizado durante 1 minuto após a apresentação de "0,0 kg".
  - O monitor não é utilizado durante 3 minutos.

3. Emparelhar o monitor com o seu dispositivo inteligente

1. **Ligue a funcionalidade Bluetooth do seu dispositivo inteligente.**

2. **Transfira e instale a aplicação "OMRON connect" no seu telemóvel.**

Pode optar por um dos 2 seguintes métodos.

■ **Digitalize o código QR para aceder ao seguinte endereço.**

omronconnect.com/setup

Código QR

■ **Procure a aplicação "OMRON connect" na "App Store" ou no "Google Play".**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

PT

3. **Abra a aplicação no seu dispositivo inteligente e siga as instruções de configuração e emparelhamento.**

Se já tiver a aplicação OMRON connect, vá para:

Menu>Device>Add Device

NOTAS

- Um único dispositivo inteligente gere os dados de um único utilizador.
- Se utilizar outra aplicação que não a "OMRON connect", os dados podem não ser transferidos corretamente.
- Para obter mais informações, leia as instruções e o método de utilização na aplicação.

4. Definir a unidade de medida, a data e a hora

Antes de efetuar pela primeira vez medições ou após a substituição das pilhas, é necessário definir a unidade de medida, a data e a hora.

- A data e a hora também podem ser definidas através da aplicação "OMRON connect".

1. Prima o botão (ON/OFF) para ligar o monitor.

"kg & cm" pisca no visor.

2. Defina a unidade de medida.

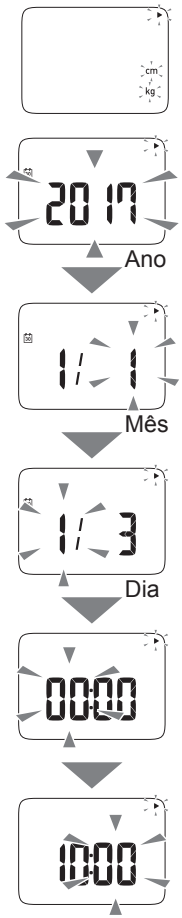
Prima o botão (▶) para ajustar e prima o botão (SET) para confirmar.

- A unidade de medida predefinida é "kg & cm".
- Pode definir a unidade de medida para "lb & inch" ou "st-lb & inch".

3. Defina o monitor para a data e hora corretas.

Prima o botão (▶) para ajustar e prima o botão (SET) para confirmar.

- Intervalo de definição do ano: 2017 a 2045.
- A hora consiste no sistema de 24 horas.
- Enquanto define o ano, a data, a hora e os minutos, mantenha premido o botão (▶) para aumentar rapidamente o valor em incrementos de 10.



Depois de todas as definições para a unidade de medida, ano, mês, dia, hora e minutos serem indicadas nesta sequência, o monitor é automaticamente desligado.

NOTAS

- Se se enganar durante a definição, prima o botão (ON/OFF) para desligar o equipamento e comece novamente a partir do "Passo 1".
- A alimentação é desligada se o monitor não for utilizado durante 3 minutos. Defina novamente a unidade de medida, a data e a hora.
- Para modificar a unidade de medida, a data ou a hora, retire as pilhas e aguarde pelo menos 20 segundos. Insira em seguida as pilhas e defina novamente.

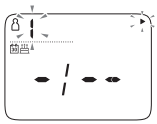
5. Registar dados pessoais

Para a medição da composição corporal, é necessário registar os seus dados pessoais (data de nascimento, sexo, altura). Podem ser guardados dados registados de até 4 pessoas.

• Os dados pessoais também podem ser registados através da aplicação "OMRON connect".

1. Prima o botão (ON/OFF) para ligar o monitor.

O monitor liga-se. O número pessoal "1" pisca. A data de nascimento (- - / - -) é apresentada.



2. Selecione e confirme o seu número pessoal.

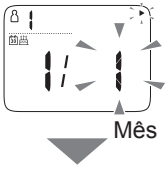
Prima o botão (▶) para selecionar o seu número pessoal e prima o botão (SET) para confirmar.

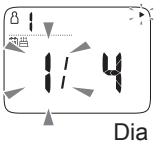
3. Defina a data de nascimento.

Prima o botão (▶) para definir a data de nascimento e prima o botão (SET) para confirmar.

- Intervalo de definição do ano: 1900 a 2045
- Enquanto define o ano e a data, mantenha premido o botão (▶) para aumentar rapidamente o valor em incrementos de 10.

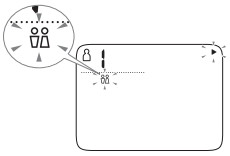






4. Defina o sexo

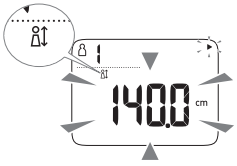
Prima o botão (▶) para definir o sexo (HOMEM) ou (MULHER) e prima o botão (SET) para confirmar.



5. Defina a altura.

Prima o botão (▶) para ajustar a altura e prima o botão (SET) para confirmar.

- Mantenha premido o botão para aumentar rapidamente o valor em incrementos de 10 cm (ou 1 polegada).
- Depois de serem apresentadas todas as definições para serem confirmadas, aparece "0,0 kg" no visor.



PT

6. Coloque-se no equipamento para efetuar uma medição quando aparecer "0,0 kg".

Os dados de peso do corpo e composição corporal ficam registados no monitor para reconhecimento automático.

Após um curto período de tempo, os resultados da medição são indicados da seguinte forma.



7. Saia do monitor após a apresentação dos resultados da medição.

O registo dos dados pessoais está concluído.

8. Prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.

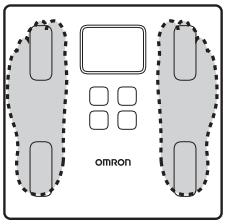
Para adicionar novos dados pessoais, comece a partir do "Passo 1".

Instruções de funcionamento

6. Como efetuar medições com precisão

6.1 Posturas corretas a ter durante a medição

Coloque-se no monitor com os pés descalços. Coloque os arcos dos pés no centro do monitor.



Nota

- O monitor fornece medições imprecisas se se colocar neste com meias ou sapatos.



Não dobre os joelhos durante a medição.

Efetue a medição num pavimento firme e plano.

Nota

- O monitor pode fornecer medições imprecisas se estiver colocado sobre um pavimento almofadado, como um tapete ou alcatifa.

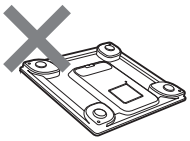
6.2 Sobre a "correção para 0 kg" (Cuidados a ter relativamente à colocação)

O monitor corrige com regularidade e de modo automático a precisão quando não está a ser utilizado.

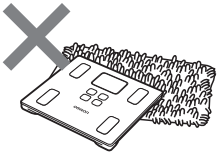
- Esta função de correção da precisão não funciona se o equipamento for colocado conforme ilustrado abaixo. Implemente a "correção para 0 kg" antes de efetuar medições.



O monitor está encostado à parede ou a outros objetos



O monitor está virado do avesso

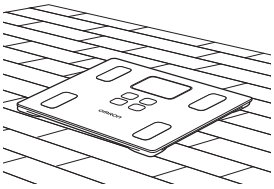


O monitor está colocado sobre um objeto



Um objeto está colocado sobre o monitor

6.3 Como implementar a "correção para 0 kg"



1. **Coloque o monitor num pavimento firme e plano.**

2. **Prima o botão (ON/OFF) para ligar o monitor.**

3. **Selecione o seu número pessoal ou "".**

Selecione o seu número pessoal ou "" com o botão (▶) e prima o botão (SET) para confirmar.

4. **Quando aparecer "0,0 kg", prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para desligar o equipamento.**

Este passo conclui a "correção para 0 kg". Aguarde 5 segundos e efetue em seguida a medição.

Instruções de funcionamento

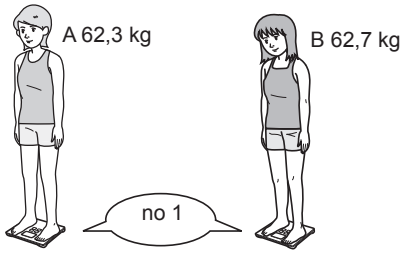
PT

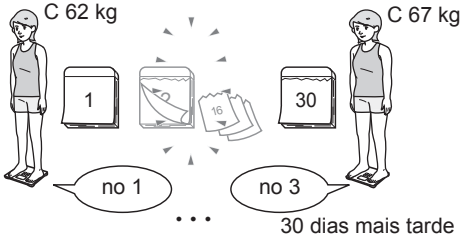
7. Efetuar uma medição

O monitor liga-se, reconhece automaticamente o número pessoal e efetua a medição assim que a pessoa se coloca nele.

Um número pessoal incorreto pode ser apresentado nos seguintes casos.

- São medidos utilizadores com um peso e tipo de corpo semelhantes.
- O seu peso mudou desde a última medição.

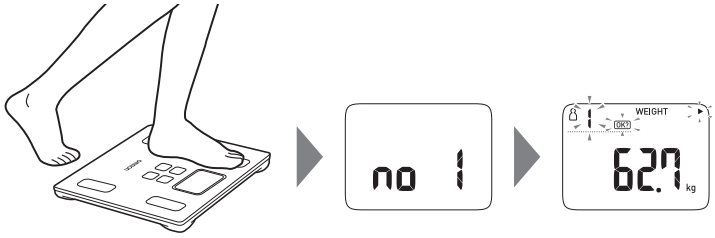




Se o reconhecimento impreciso continuar, selecione o seu número pessoal para efetuar a medição. (Consulte a secção 9.)

1. Efetuar uma medição com o monitor desligado.

O monitor liga-se automaticamente quando se coloca nele.



2. A medição está concluída quando o número pessoal e os resultados da medição são apresentados.

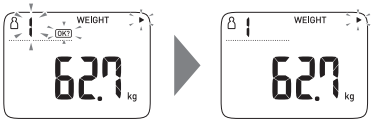
Saia do monitor.

3. Confirme o seu número pessoal.

■ Se o seu número pessoal estiver correto…

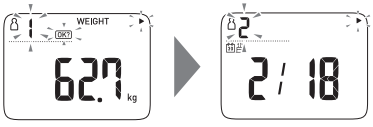
Prima o botão (SET) para confirmar o seu número pessoal. OK? desaparece.

Mesmo se desligar o monitor com OK? a piscar, os resultados ficam registados, bem como o valor de medição associado ao número pessoal apresentado.



■ Se o seu número pessoal estiver incorreto…

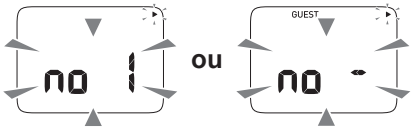
Antes que o monitor se desligue, selecione o seu número pessoal com o botão (▶) e prima o botão (SET) para confirmar.



■ Se confirmou incorretamente o seu número pessoal…

Antes que o monitor se desligue, prima o botão (SET) para que possa selecionar novamente o seu número pessoal.

Se "no 1" a "no 4" piscar no visor, ou GUEST for apresentado, os seus dados pessoais não foram registados no monitor.
Registe os seus dados pessoais.
Pode também utilizar o modo Guest.



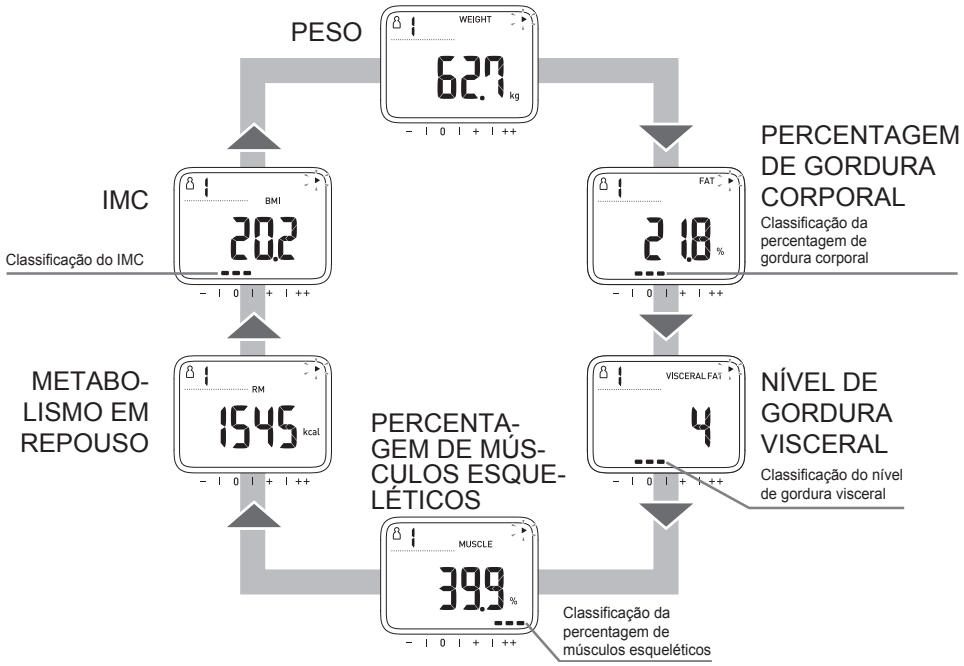
4. Verifique os resultados da medição.

A apresentação dos resultados vai rodando automaticamente conforme ilustrado abaixo.

Depois de confirmar o seu número pessoal, pode passar para o resultado da medição que pretende visualizar com o botão ▶.

Nota

- Utilize o indicador de percentagem de gordura corporal, nível de gordura visceral, percentagem de músculos esqueléticos e classificação do IMC como um guia para as medições.
- Para compreender melhor os resultados da medição, consulte as informações e os diagramas nas secções 17 e 18.



PT

5. Prima o botão (ON OFF) (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.

A alimentação é desligada se o monitor não for utilizado durante 3 minutos.

Utilizar a função de memória

8. Visualizar os resultados da medição no dispositivo inteligente

Siga as instruções na aplicação "OMRON connect" para visualizar os resultados da medição.

Deste modo, pode consultar a sua variação de peso e os parâmetros de composição corporal no seu dispositivo inteligente.

Nota

- A aplicação "OMRON connect" deve estar instalada no seu telemóvel . (Consulte a secção 3.)

Quando necessário

9. Selecionar o número pessoal e efetuar uma medição

Se o seu número pessoal não for reconhecido frequentemente, pode selecioná-lo e efetuar a medição da seguinte forma.

1. **Prima o botão (ON/OFF) para ligar o monitor.**

O monitor liga-se. O número pessoal "1" pisca.

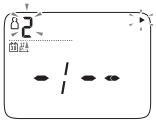


2. **Selecione o seu número pessoal.**

Selecione o seu número pessoal com o botão (▶).

Quando a data de nascimento (- / - -) é apresentada, os seus dados pessoais não foram registados no seu número pessoal.

Registe os seus dados pessoais. (Consulte a secção 5.)

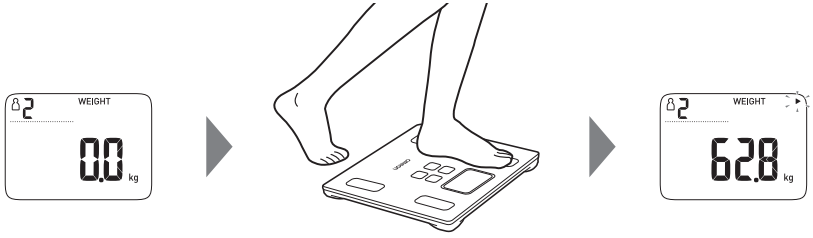


3. **Prima o botão (SET) para confirmar o seu número pessoal.**

"0,0 kg" é apresentado.

4. **Efetue uma medição quando "0,0 kg" aparecer.**

Coloque-se no monitor.



5. **Verifique os resultados da medição.**

A apresentação dos resultados vai rodando automaticamente.

6. **Prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.**

A alimentação é desligada se o monitor não for utilizado durante 3 minutos.

Quando necessário

10. Modo Guest (Modo não registado)

Quando este modo é utilizado, os resultados da medição não são registados.

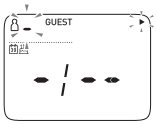
1. Prima o botão (ON OFF) para ligar o monitor.

O monitor liga-se. O número pessoal "1" pisca.



2. Selecione e confirme "".

Selecione "GUEST" com o botão (▶) e, em seguida, prima o botão (SET) para confirmar.

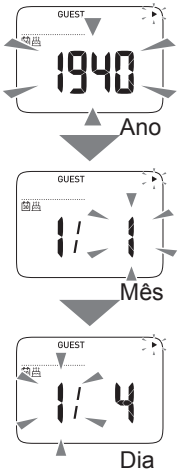


3. Introduza os dados pessoais.

3.1 Defina a data de nascimento

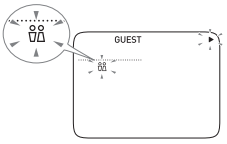
Prima o botão (▶) para definir a data de nascimento e prima o botão (SET) para confirmar.

- Intervalo de definição do ano: 1900 a 2045
- Enquanto define o ano e a data, mantenha premido o botão (▶) para aumentar rapidamente o valor em incrementos de 10.



3.2 Defina o sexo

Prima o botão (▶) para definir o sexo (HOMEM) ou (MULHER) e prima o botão (SET) para confirmar.



3.3 Defina a altura

Prima o botão (▶) para definir a altura e prima o botão (SET) para confirmar.

- Mantenha premido o botão para aumentar rapidamente o valor em incrementos de 10 cm (1 polegada).



Depois de serem apresentadas todas as definições para serem confirmadas, aparece "0,0 kg" no visor.

A alimentação é desligada se o equipamento não for utilizado durante 1 minuto depois de "0,0 kg" ter sido apresentado.

PT

4. Efetue uma medição quando "0,0 kg" for apresentado.

Coloque-se no monitor.



5. Verifique os resultados da medição.

A apresentação dos resultados vai rodando automaticamente.

6. Prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.

A alimentação é desligada se o monitor não for utilizado durante 3 minutos.

Quando necessário

11. Medir apenas o peso

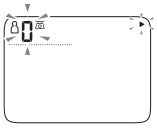
Quando este modo é utilizado, o resultado da medição não é registado.

1. Prima o botão (ON/OFF) para ligar o monitor.

O monitor liga-se. O número pessoal "1" pisca.

2. Selecione e confirme "⛄0".

Selecione "⛄0" com o botão (▶) e, em seguida, prima o botão (SET) para confirmar.



3. Quando aparecer "0,0 kg", coloque-se sobre o monitor.



4. Verifique o resultado da medição.

O peso aparece no visor e pisca indicando que a medição está concluída.

5. Prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.

A alimentação é desligada se o monitor não for utilizado durante 3 minutos.

Quando necessário

12. Alterar ou eliminar os dados pessoais

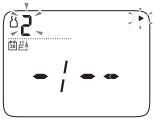


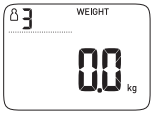
1. Prima o botão (ON/OFF) para ligar o monitor.
O monitor liga-se. O número pessoal "1" pisca.



2. Selecione o seu número pessoal
Prima o botão (▶) para selecionar o número pessoal.

Quando a data de nascimento (- - / - -) é apresentada,
os seus dados pessoais não estão registados no seu número pessoal.
Registe os seus dados pessoais. (Consulte a secção 5.)





3. Prima o botão (SET) para confirmar o número pessoal.
"0,0 kg" é apresentado.



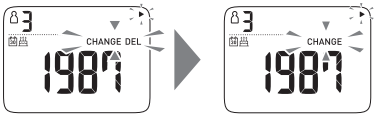
4. Prima o botão (SET).
"CHANGE" e "DEL" piscam.

5. Selecione "CHANGE" ou "DELETE" para alterar ou eliminar os dados pessoais

- Mesmo se os dados pessoais forem alterados, os resultados da medição não serão alterados nem eliminados. Se utilizar o número pessoal que foi utilizado por outra pessoa, elimine os dados pessoais e registe-os novamente.

Altere os seus dados pessoais
(Os resultados da medição não serão eliminados)

1. Prima o botão (▶) para selecionar "CHANGE"



2. Prima o botão (SET)
O ano pisca.

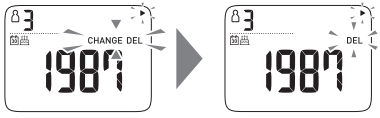


3. Altere a "data de nascimento", o "sexo" e a "altura" de acordo com o passo 3 ~passo 5 da secção 5.

- Para interromper uma alteração em curso, prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para desligar o monitor.
- Os resultados da medição não transferidos não são alterados.

Elimine os seus dados pessoais
(Os resultados da medição serão também eliminados)

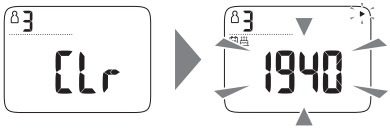
1. Prima o botão (▶) para selecionar "DEL"



2. Prima o botão (SET)
OK? pisca.



3. Prima novamente o botão (SET)



PT

Quando necessário

13. Eliminar as definições de comunicação

Se quiser deixar de utilizar a aplicação "OMRON connect" ou eliminar as definições de comunicação do seu telemóvel , efetue o seguinte procedimento. Todas as definições de comunicação registadas no monitor serão eliminadas.

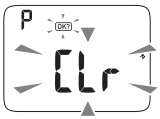
1. **Mantenha premido o botão (Bluetooth) durante mais de 2 segundos.**

" P " e o símbolo Bluetooth piscam.



2. **Mantenha premido novamente o botão (Bluetooth) durante mais de 2 segundos.**

" OK? " e "CLr" piscam.



3. **Prima o botão (SET) para confirmar.**

A alimentação é desligada se o equipamento não for utilizado durante 10 segundos depois de "CLr" ter sido apresentado.



Quando necessário

14. Manutenção e arrumação

Como limpar o monitor

- Mantenha sempre o monitor limpo antes de o usar.
- Limpe o monitor com um pano macio seco. Se for necessário, utilize um pano molhado em água ou detergente e esprema-o bem antes de limpar o monitor, esfregando-o em seguida com um pano seco.
- Não utilize benzeno ou diluente ou outros solventes voláteis para limpar o monitor.
- Não lave o monitor com água.

Cuidado e arrumação

- Não guarde o monitor nas seguintes condições:
  - Em locais húmidos onde água ou condensação possa entrar no monitor
  - Em locais com temperaturas elevadas, luz direta do sol ou muito pó
  - Em locais onde haja risco de choques repentinos ou vibrações
  - Em locais onde sejam guardados químicos ou haja presença de gás corrosivo.
- Não efetue qualquer tipo de reparação. Este produto foi calibrado no momento do fabrico. Se a qualquer momento questionar a precisão das medições, contacte o seu distribuidor autorizado da OMRON. De modo geral, recomendamos que o dispositivo seja inspecionado de 2 em 2 anos para garantir um funcionamento e precisão corretos.

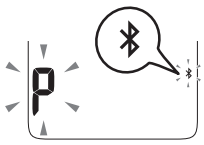
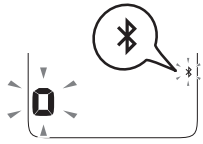
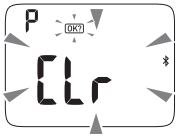
Quando necessário

15. Resolução de problemas

Se ocorrer qualquer um dos seguintes problemas durante a medição, certifique-se primeiro de que não se encontra nenhum outro dispositivo elétrico a 30 cm do monitor. Se o problema persistir, consulte a seguinte tabela.

Mensagem de erro	Causa	Correção
Err 1	Saiu do monitor durante a medição da composição corporal.	Não saia do monitor até a medição da composição corporal estar concluída. (Consulte a secção 6.)
	As plantas dos pés não estão a estabelecer o devido contacto com os elétrodos.	Certifique-se de que está colocado corretamente no monitor com as plantas dos pés em devido contacto com os elétrodos quando efetuar a medição. (Consulte a secção 6.)
Err2	A postura está incorreta, as plantas dos pés não estão em devido contacto com os elétrodos ou estão secas.	Coloque-se no monitor com os joelhos e as costas direitos. Mantenha os pés em devido contacto com os elétrodos e não os mova durante a medição. (Consulte a secção 6.) Humedeça ligeiramente as plantas dos pés com uma toalha molhada e volte a tentar.
Err5	Depois de definir a data e hora em que o equipamento foi utilizado pela ultima vez, o visor desliga-se automaticamente.	Retire e volte a inserir a pilha. Reinicie o dispositivo a partir de "Emparelhar o equipamento com o seu telemóvel". (Consulte a secção 3.) • Quando a data e hora forem apresentadas, não faça nada ao equipamento até que este se desligue automaticamente.
	Erro do dispositivo.	Retire e volte a inserir a pilha. Assim que tiver concluído, reinicie o equipamento. Se este erro persistir, consulte o representante da OMRON.
Err6	Falha de comunicação.	Desligue o monitor e tente estabelecer novamente a comunicação. Se este erro persistir, contacte o representante da OMRON.
Err	Moveu-se durante a medição.	Permaneça quieto durante a medição.
	O seu peso está fora do intervalo mensurável.	
Err	Falha de comunicação.	Consulte o visor do seu telemóvel e siga as instruções na aplicação "OMRON connect". Consulte "Help" (Ajuda) na aplicação "OMRON connect".
	As pilhas estão fracas.	Recomendamos que substitua antecipadamente as pilhas por outras novas. (Consulte a secção 2.)
	As pilhas estão esgotadas.	Substitua as pilhas. (Consulte a secção 2.)

PT

Problema	Causa	Correção
 pisca	Foram guardados 24-29 conjuntos de resultados da medição.	Transfira os resultados da medição para a aplicação "OMRON connect"; o símbolo desaparece em seguida.
	Foram guardados 30 conjuntos de resultados da medição.	Se o número for superior a 30, os resultados mais antigos serão eliminados. Transfira os resultados da medição para a aplicação "OMRON connect"; o símbolo desaparece em seguida.
	Manteve premido o botão (*) durante mais de 2 segundos.	Isto é apresentado quando emparelha o monitor com o seu dispositivo inteligente. Siga as instruções na aplicação "OMRON connect". Prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para interromper o emparelhamento.
	Premiu o botão (*).	Isto é apresentado quando os dados são transferidos para o seu dispositivo inteligente. Siga as instruções na aplicação "OMRON connect". Prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para interromper a transmissão.
	Manteve premido o botão (*) durante mais de 2 segundos enquanto "P" e o símbolo Bluetooth estiveram a piscar.	Isto é apresentado quando elimina as definições de comunicação. (Consulte a secção 13.) Prima o botão (ON/OFF) (durante 2 ou mais segundos) para interromper a operação.
Nada é apresentado mesmo quando o monitor é ligado. Nada é apresentado mesmo quando se coloca no monitor.	Não estão inseridas nenhumas pilhas.	Insira as pilhas.
	As pilhas estão inseridas na direção errada.	Insira as pilhas na direção correta.
	As pilhas estão gastas.	Substitua as quatro pilhas por outras novas.
Depois de substituir as pilhas, nada é apresentado quando se coloca no monitor.	Não definiu a unidade de medida, a data e a hora depois de ter substituído as pilhas.	Defina a unidade de medida, a data e a hora. (Consulte a secção 4.)
	O seu peso é demasiado baixo. (Menos de 12 kg.)	Selecione o número pessoal antes de efetuar a medição.
"- - - - -" é apresentado em alguns resultados.	Os dados ou valores de composição corporal registados estão fora do intervalo mensurável.	Verifique se as definições de data de nascimento, sexo e altura estão corretas. Mesmo se estas definições estiverem corretas, "- - - - -" é apresentado se estiverem fora do intervalo de idade apresentável ou suportado.

Problema	Causa	Correção
O resultado da medição é superior ou inferior ao resultado real. O resultado varia bastante em cada medição.	A sua postura está incorreta durante a medição.	Efetue a medição com uma postura correta.
	Efetuou a medição sobre um tapete ou um pavimento almofadado ou irregular.	Efetue a medição num pavimento firme e plano.
	As plantas dos pés e o corpo estão frios, prejudicando a circulação sanguínea.	Antes de efetuar a medição, aqueça o corpo para que a circulação sanguínea volte à normalidade.
	Os elétrodos para os pés estão muito frios.	Deixe o monitor numa divisão quente durante um determinado período de tempo antes de efetuar a medição.
	As suas plantas dos pés estão secas.	Humedeça ligeiramente as plantas dos pés com uma toalha molhada antes de efetuar a medição.
	A "correção para 0 kg" não foi implementada corretamente.	Implemente a "correção para 0 kg". (Consulte a secção 6,3.)
Não é reconhecido corretamente.	O seu peso mudou bastante desde a última medição.	Selecione o número pessoal antes de efetuar a medição. (Consulte a secção 9.)
	O seu tipo de corpo é semelhante ao de outra pessoa registada.	
	Os resultados da medição de outro utilizador foram registados.	
Pretende medir a composição corporal, mas apenas o peso do corpo é apresentado.	O número pessoal ou GUEST não está selecionado. (O número pessoal ou GUEST não é apresentado.)	Selecione o número pessoal ou GUEST antes de efetuar a medição.
Um dos botões não responde.	Premiu um dos botões enquanto se encontrava no monitor.	Saia do monitor e, em seguida, prima um dos botões.
	O botão está molhado ou contaminado.	Limpe a água ou mancha antes de efetuar a medição.
	Premiu dois ou mais botões em simultâneo.	Prima um botão de cada vez.
O monitor desliga-se mesmo se não fizer nada.	Consulte "Sobre a função de Power OFF". (Consulte a secção 2.)	
Os dados não são enviados	Consulte "Help" (Ajuda) na aplicação "OMRON connect".	

Quando necessário

16. Dados técnicos

Categoria do produto	**Analisadores de composição corporal**	
Descrição do produto	**Monitor de composição corporal**	
Modelo (código)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Visor*	**Peso do corpo:**	2 a 150 kg com um incremento de 0,1 kg (4,4 a 330 lb com um incremento de 0,2 lb) (0 st 4,4 lb a 23 st 8 lb com um incremento de 0,2 lb)
	Percentagem de gordura corporal:	5 a 60% com um incremento de 0,1%
	Percentagem de músculos esqueléticos:	5 a 50% com um incremento de 0,1%
	IMC:	7 a 90 com um incremento de 0,1
	Metabolismo em repouso:	385 a 3999 kcal com um incremento de 1 kcal
	Nível de gordura visceral:	30 níveis com um incremento de 1 nível
	Percentagem de gordura corporal, percentagem de músculos esqueléticos e classificação do IMC: – (Baixa) / 0 (Normal) / + (Alta) / ++ (Muito alta) 4 níveis	
	Classificação do nível de gordura visceral: 0 (Normal) / + (Alta) / ++ (Muito alta) 3 níveis * O intervalo da idade para a percentagem de gordura corporal e a classificação da percentagem de gordura corporal é de 10 a 80 anos. * O intervalo da idade para a Percentagem de Músculos Esqueléticos, Classificação da Percentagem de Músculos Esqueléticos, Nível de Gordura Visceral, Classificação do Nível de Gordura Visceral e Metabolismo em Repouso é de 18 a 80 anos.	
Protocolo de transmissão	**Tecnologia Bluetooth®** de baixo consumo energético	
Comunicação sem fios	**Intervalo de frequência:** **Modulação:** **Potência efetiva radiada:**	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Itens de definição*	As seguintes informações podem ser guardadas para até 4 pessoas.	
	Unidade de medida	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Data de nascimento	1 de Janeiro de 1900 a 31 de Dezembro de 2045
	Sexo	Homem/Mulher
	Altura	100,0 a 199,5 cm com um incremento de 0,5 cm (3' 4" a 6' 6 1/2" com um incremento de 1/4")
	* Quando a altura de uma pessoa é inferior a 100 cm ou superior a 199,5 cm: Os resultados da medição do IMC e composição corporal servem apenas como referência.	
Precisão do peso	2 kg a 40 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb a 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb a 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40 kg a 150 kg: ± 1% (88,2 lb a 330 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb a 23 st 8 lb: ± 1%)	
Precisão (erro padrão do cálculo)	**Percentagem de gordura corporal:**	3,5%
	Percentagem de músculos esqueléticos:	3,5%
	Nível de gordura visceral:	3 níveis
Tempo de vida útil	5 anos	

Classificação IP	IP21* * A classificação IP são os graus de protecção que o corpo do equipamento oferece em conformidade com a norma IEC 60529. Este dispositivo está protegido contra objetos sólidos estranhos com 12,5 mm ou mais de diâmetro e do tamanho de um dedo. Este dispositivo está protegido contra a queda vertical de gotas de água que podem causar problemas durante um funcionamento normal.
Fonte de alimentação	4 pilhas alcalinas AAA (LR03)
Vida útil das pilhas	Aproximadamente 6 meses (se forem utilizadas pilhas alcalinas AAA a um ritmo de quatro medições, quatro transferências de dados e quatro pessoas por dia a uma temperatura ambiente de 23 °C)
Temperatura/ humidade/pressão atmosférica de funcionamento	+5 °C a +40 °C, 30% a 85% HR (sem condensação), 860 hPa - 1060 hPa
Temperatura/ humidade/pressão atmosférica de armazenamento e transporte	-20 °C a +60 °C, 10% a 95% HR (sem condensação), 860 hPa - 1060 hPa
Peso	Aproximadamente 1,6 kg (incluindo as pilhas)
Dimensões externas	Aprox. 285(L)×28(A)×280(P) mm (Aprox. 11 1/5"(L)×1 1/10"(A)×11"(P))
Índice	Monitor de composição corporal, 4 pilhas alcalinas AAA (LR03), instruções de configuração, manual de instruções

Nota

- Sujeito a modificações técnicas sem aviso prévio.
- Comunique ao fabricante e às autoridades competentes do Estado-Membro onde reside qualquer acidente grave que tenha ocorrido com este dispositivo.

CE 0197

Este produto funciona na banda ISM não licenciada a 2,4 GHz. Se este produto for utilizado perto de outros dispositivos sem fios, incluindo micro-ondas e LAN sem fios, que funcionam na mesma banda de frequência, é possível que ocorram interferências entre este produto e outros dispositivos deste tipo. Se ocorrerem interferências deste tipo, pare de utilizar os outros dispositivos ou transfira este produto para outro local antes de o utilizar, ou não utilize este produto perto de outros dispositivos sem fios.

PT

O nome e os logótipos **Bluetooth**® são marcas comerciais registadas da Bluetooth SIG, Inc. e qualquer uso destas marcas pela OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. está sob licença.

A OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. declara que o tipo de equipamento de rádio VIVA (HBF-222T-EBK) está em conformidade com a Diretiva 2014/53/UE.
O texto integral da declaração de conformidade da UE está disponível no seguinte endereço de Internet: www.omron-healthcare.com.

A Apple e o logótipo Apple são marcas comerciais da Apple Inc., registadas nos E.U.A e noutros países. A App Store é uma marca de serviço da Apple Inc.
Android e o logótipo Google Play são marcas comerciais da Google Inc.

Informações importantes relativas à Compatibilidade eletromagnética (EMC)

O HBF-222T-EBK fabricado pela OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. está em conformidade com a norma EN60601-1-2:2015 relativa à Compatibilidade Eletromagnética (EMC).
A OMRON HEALTHCARE EUROPE tem à disposição mais documentação sobre a norma EMC, sendo necessário escrever para a morada indicada no presente manual de instruções ou em www.omron-healthcare.com. Consulte as informações acerca de EMC relativas ao HBF-222T-EBK no website.

Garantia

A OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garante este produto durante 3 anos após a compra. A garantia não abrange as pilhas, embalagem e/ou danos de qualquer natureza devido a utilização inadequada (como queda ou utilização inadequada física) provocada pelo utilizador. Os produtos reclamados serão apenas substituídos se devolvidos juntamente com a fatura original.

Eliminação correta deste produto (Resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos)



Este símbolo, presente no produto ou na respetiva documentação, indica que o produto não deve ser eliminado juntamente com outros resíduos urbanos no final do seu período de vida útil. Para impedir possíveis efeitos prejudiciais ao meio ambiente ou à saúde pública provocados pela eliminação não controlada de resíduos, separe este produto de outros tipos de resíduos e proceda à sua reciclagem de forma responsável, de modo a promover uma reutilização sustentável dos recursos.

Os utilizadores não profissionais devem contactar o revendedor ao qual tenham adquirido este produto ou as entidades oficiais locais, para saberem como e onde podem levar este produto para que seja reciclado de forma segura.

Os utilizadores profissionais devem contactar o fornecedor e verificar os termos e condições do contrato de compra. Este produto não deve ser misturado com outros resíduos urbanos para eliminação.

Este produto não contém substâncias perigosas.
A eliminação de pilhas usadas deve ser efetuada em conformidade com a legislação nacional para a eliminação de pilhas.

Descrição dos símbolos que, dependendo do modelo, podem estar presentes no próprio produto, na embalagem ou IM.

	Peça aplicada - Tipo BF Grau de proteção contra choque elétrico (corrente de fuga)	SN	Número de série
IP XX	Grau de proteção contra elementos exteriores fornecido pela IEC 60529		Limite de temperatura
CE	Marca CE		Limite de humidade
	Símbolo GOST-R		Limite de pressão atmosférica
	Símbolo de conformidade eurasiática	⎓	Corrente contínua
	O utilizador deve consultar as instruções de utilização		Este produto não deve ser utilizado por pessoas com implantes médicos, como por exemplo pacemakers, corações ou pulmões artificiais ou outros sistemas de suporte vital eletrónicos.
MD	Dispositivo médico		Data de fabrico

17. Informações sobre a composição corporal

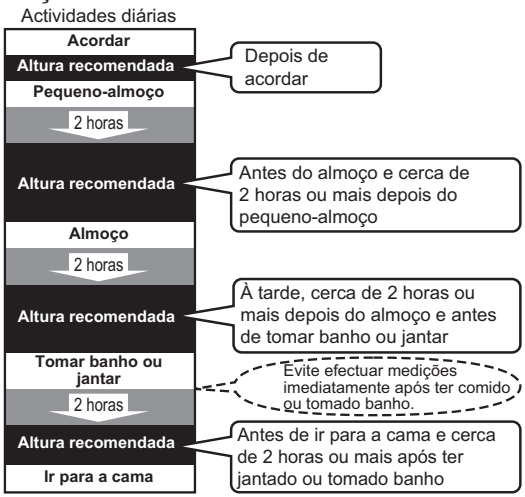
Princípio do cálculo da composição corporal

A gordura corporal tem uma baixa condutividade elétrica

O monitor VIVA mede a percentagem de gordura corporal através do método de bioimpedância (BI). Os músculos, os vasos sanguíneos e os ossos são tecidos corporais com um grande volume de água que conduzem a eletricidade facilmente. A gordura corporal é constituída por tecidos com baixa condutividade elétrica. O monitor VIVA envia uma corrente elétrica extremamente baixa, de 50 kHz e menos de 500 μA, pelo corpo, para determinar a percentagem de tecidos gordos. Esta corrente elétrica baixa não é sentida durante a utilização do monitor VIVA.
Para determinar a composição corporal, a balança utiliza a impedância elétrica juntamente com as informações da sua altura, peso, idade e sexo para gerar resultados; com base nos dados da OMRON sobre composição corporal.

Alturas recomendadas para efetuar a medição

Compreender as alterações normais da sua percentagem de gordura corporal pode ajudá-lo a prevenir ou reduzir a obesidade. Ter consciência das alturas em que a percentagem de gordura corporal muda durante o seu dia-a-dia, irá ajudá-lo a medir, de modo exato, a sua gordura corporal. Recomenda-se que utilize este monitor no mesmo ambiente e nas mesmas circunstâncias diárias. (Consulte a tabela)



PT

Evite efetuar medições nas seguintes condições:

- Imediatamente após exercício físico vigoroso, após um banho ou sauna.
- Após beber álcool ou uma grande quantidade de água, após uma refeição (cerca de 2 horas).

Se for efetuada uma medição nestas condições físicas, a composição corporal calculada poderá divergir significativamente da percentagem real, uma vez que o volume de água no corpo está alterado.

O que é o IMC (índice de massa corporal)?

O IMC usa a seguinte fórmula simples para indicar a proporção entre o peso e a altura de uma pessoa.

IMC = peso (kg) / altura (m) / altura (m)

Para calcular a sua classificação do IMC, o OMRON VIVA usa as informações de altura guardadas no seu número pessoal ou as informações introduzidas no modo Guest.
Se o nível de gordura calculado pelo IMC for superior à norma internacional, existe uma maior probabilidade de contrair doenças comuns. Contudo, o IMC não indica todos os tipos de gordura.

O que é a percentagem de gordura corporal?

A percentagem de gordura corporal refere-se à quantidade de massa corporal gorda em relação ao peso total do corpo, expressa em percentagem.

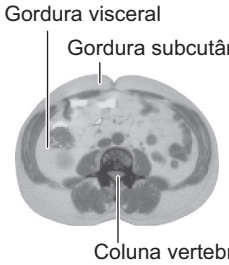
Percentagem de gordura corporal (%) = {massa corporal gorda (kg) / peso (kg)} × 100

O monitor VIVA utiliza o método BI para calcular a percentagem de gordura corporal.
Consoante a distribuição da gordura no corpo, esta é classificada como gordura visceral ou gordura subcutânea.

O que é o nível de gordura visceral?

Gordura visceral = gordura à volta dos órgãos internos

Pensa-se que o excesso de gordura visceral está intimamente relacionado com maiores níveis de gordura na corrente sanguínea, o que pode dar origem a doenças comuns, como hiperlipidemia e diabetes, que prejudica a capacidade da insulina transferir energia da corrente sanguínea e usá-la nas células. De modo a prevenir ou a melhorar as condições de quem sofre de doenças comuns, é importante tentar reduzir os níveis de gordura visceral para um nível aceitável. As pessoas com níveis de gordura visceral elevados têm tendência para ter um estômago grande. No entanto, nem sempre é o caso e níveis de gordura visceral elevados podem dar origem a obesidade metabólica. A obesidade metabólica (obesidade visceral com peso normal) apresenta níveis de gordura mais elevados que a média, mesmo que o peso da pessoa seja igual ou inferior à norma para a respetiva altura.

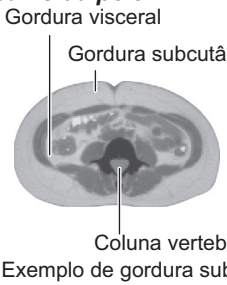


Exemplo de gordura visceral
(Imagem de ressonância magnética)

O que é a gordura subcutânea?

Gordura subcutânea = gordura que se encontra por baixo da pele

A gordura subcutânea não se acumula só à volta do estômago, mas também à volta da parte superior dos braços, das ancas e das coxas, podendo causar uma deformação das proporções do corpo. Embora não esteja diretamente ligada ao aumento do risco de doenças, pensa-se que aumenta a tensão no coração e implica outras complicações. A gordura subcutânea não é indicada neste monitor, mas é incluída na percentagem de gordura corporal.



Exemplo de gordura subcutânea
(Imagem de ressonância magnética)

O que são os músculos esqueléticos?

Os músculos estão divididos em dois tipos, os músculos dos órgãos internos, como o coração, e os músculos esqueléticos ligados aos ossos, que são usados para mover o corpo. Os músculos esqueléticos podem ser aumentados através de exercício e outras atividades. O aumento da proporção de músculos esqueléticos significa que o corpo consegue queimar energia mais facilmente, o que, por sua vez, significa que é menos provável que esta se transforme em gordura e facilita um estilo de vida energético.

O que é o metabolismo em repouso?

Independentemente do seu nível de atividade, é necessário um nível mínimo de consumo calórico para suportar as funções diárias do corpo. Conhecido como metabolismo em repouso, indica a quantidade de calorias que deve ingerir para que seja fornecida energia suficiente para o corpo funcionar.

18. Diagramas de interpretação dos resultados da medição

Interpretar o resultado da percentagem de gordura corporal

	Idade	-(Baixa)	0(Normal)	+(Alta)	++(Muito alta)
Feminino	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21 - 32,9%	33 - 38,9%	≧ 39%
	40 - 59	< 23%	23 - 33,9%	34 - 39,9%	≧ 40%
	60 - 80	< 24%	24 - 35,9%	36 - 41,9%	≧ 42%
Masculino	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8%	8 - 19,9%	20 - 24,9%	≧ 25%
	40 - 59	< 11%	11 - 21,9%	22 - 27,9%	≧ 28%
	60 - 80	< 13%	13 - 24,9%	25 - 29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy et al, no International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, e por Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Set. 2000, e classificado em quatro níveis pela OMRON HEALTHCARE.

Interpretar o resultado do nível de gordura visceral

Nível de gordura visceral	Classificação do nível
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Alta)
15 - 30	++ (Muito alta)

De acordo com valores da OMRON HEALTHCARE.

Interpretar o resultado da percentagem de músculos esqueléticos

	Idade	-(Baixa)	0(Normal)	+(Alta)	++(Muito alta)
Feminino	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30 - 34,9%	≧ 35%
Masculino	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39 - 43,6%	≧ 43,7%

De acordo com valores da OMRON HEALTHCARE.

Interpretar o resultado do IMC

IMC	IMC (de acordo com a OMS)
< 18,5	- (Peso abaixo do normal)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (Excesso de peso)
≧ 30	++ (Obeso)

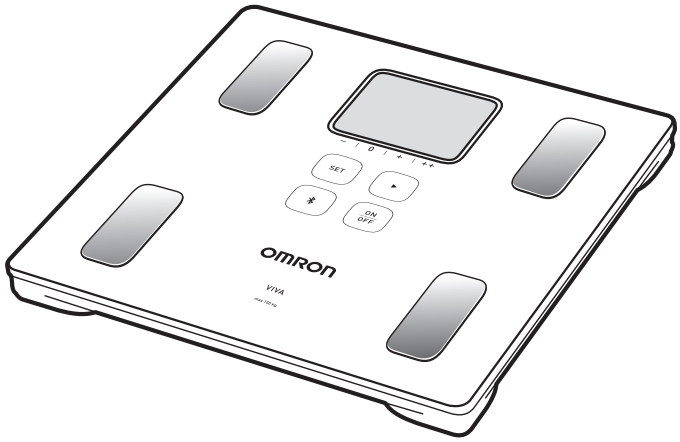
PT

Fabricante 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPÃO
Representante da UE EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, PAÍSES BAIXOS www.omron-healthcare.com
Importador na UE	
Local de produção	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, China
Filiais	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importador no Reino Unido e pessoa responsável no RU Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Data de edição: 2021-08-27

Fabricado na China

OMRON



Monitor pentru determinarea compoziției corporale

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Manual de instrucțiuni**

RO

Vă mulțumim că ați achiziționat monitorul pentru determinarea compoziției corporale OMRON.
Înainte de a utiliza acest aparat, vă rugăm să citiți cu atenție manualul de instrucțiuni pentru a înțelege care este modalitatea de utilizare corespunzătoare şi sigură.
Vă rugăm să depozitați într-un loc sigur acest manual de instrucțiuni pentru consultări ulterioare.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-RO-08-06/2021

21F1343

VIVA
Monitor pentru determinarea compoziției corporale

Destinația utilizării
Vă mulțumim că ați achiziționat acest monitor pentru determinarea compoziției corporale OMRON.
Acest aparat este destinat măsurării şi afişării următorilor parametri aferenți compoziției corporale.

- Greutate corporală
- Țesut adipos visceral (până la 30 de niveluri)
- Metabolism bazal (în kcal)
- Țesut adipos (în %)
- Muşchi scheletici (în %)
- IMC (Indice de masă corporală)

Acest aparat este destinat utilizării de către adulții care pot înțelege acest manual de instrucțiuni. Nu este destinat uzului profesional în spitale sau alte unități medicale, este destinat exclusiv uzului casnic.

Citiți cu atenție acest manual de instrucțiuni înainte de utilizare, precum şi pentru informații suplimentare privind fiecare funcție în parte.

Cuprins

Înainte de utilizarea aparatului 2

Note referitoare la siguranță 2
1. Familiarizarea cu aparatul 4
2. Introducerea şi înlocuirea bateriilor 5
3. Sincronizarea aparatului cu dispozitivul dumneavoastră inteligent 6
4. Setarea unității de măsură, a datei şi orei 7
5. Înregistrarea datelor personale 8

Instrucțiuni de utilizare 9

6. Efectuarea măsurătorii exacte 9
   6.1 Pozițiile corecte în timpul măsurătorii 9
   6.2 Informații privind funcția „Corecție la 0 kg“ (Atenționare privind memorarea) 10
   6.3 Implementarea funcției „Corecție la 0 kg“ 10
7. Efectuarea unei măsurători 10

Utilizarea funcției de memorie 12

8. Vizualizarea rezultatelor măsurătorii pe dispozitivul dumneavoastră inteligent 12

Atunci când este necesar 13

9. Selectarea numărului personal şi efectuarea unei măsurători 13
10. Modul Vizitator (Mod neînregistrat) 14
11. Măsurarea exclusivă a greutății 15
12. Modificarea sau ştergerea datelor personale 16
13. Ştergerea setării de comunicare 17
14. Întreținerea şi depozitarea 17
15. Identificarea şi rezolvarea problemelor 18
16. Date tehnice 21

Informații privind compoziția corporală 24

17. Informații privind compoziția corporală 24
18. Diagrame pentru interpretarea rezultatului măsurătorii 26

Înainte de utilizarea aparatului

Note referitoare la siguranță

Simbolurile utilizate şi definițiile aferente sunt următoarele:

⚠**Pericol:**	Utilizarea incorectă poate cauza situații periculoase, ducând la leziuni corporale grave sau chiar la deces.
⚠**Avertisment:**	Utilizarea incorectă poate cauza leziuni corporale grave sau chiar decesul.
⚠**Atenție:**	Utilizarea incorectă cauza leziuni corporale sau pagube materiale.

⚠Pericol:

• Nu utilizați niciodată această unitate în combinație cu aparate medicale electronice precum:
(1) Implanturi electronice medicale, cum ar fi stimulatoarele cardiace.
(2) Echipamente electronice pentru menținerea funcțiilor vitale, cum ar fi inima artificială sau plămânii artificiali.
(3) Dispozitive medicale electronice portabile, cum ar fi un electrocardiograf.
Această unitate poate cauza funcționarea defectuoasă a aparatelor şi echipamentelor menționate, generând riscuri considerabile privind sănătatea utilizatorilor.



⚠Avertisment:

- Nu lăsați unitatea la îndemâna copiilor. Acesta conține piese mici care pot reprezenta un pericol de asfixiere dacă sunt înghițite de copii.
- Nu utilizați unitatea pe suprafețe alunecoase, cum ar fi o podea umedă.
- Nu săriți pe aparat şi nu faceți mişcări bruşte atunci când vă urcați sau când vă aflați pe acesta.
- Nu utilizați unitatea atunci când aveți corpul şi/sau picioarele umede (de exemplu, nu utilizați unitatea după baie).
- Stați în picioare pe aparat, cu picioarele goale. Dacă vă urcați pe aparat cu şosete în picioare puteți aluneca şi vă puteți răni.
- Nu călcați pe marginea aparatului sau pe zona de afişare a acestuia.
- Persoanele invalide sau cu debilitate fizică trebuie să beneficieze de ajutorul altei persoane la fiecare utilizare a unității.
- Dacă electrolitul bateriei intră în contact cu ochii, clătiți imediat cu multă apă curată. Consultați imediat un medic.
- Nu folosiți acest produs în spitale, aeronave sau alte medii în care utilizarea undelor radio este interzisă.
- Acest produs lucrează în banda de radiofrecvență (RF) de 2,4 GHz. Nu utilizați acest produs în locuri în care radiofrecvența este restricționată, cum ar fi la bordul unei aeronave sau în spitale.

⚠Atenție:

- Nu dezasamblați, reparați sau remodelați aparatul.
- Nu începeți un program de reducere a greutății sau de exerciții fără a consulta mai întâi un medic sau un cadru medical specializat. Autodiagnosticarea poate fi dăunătoare pentru sănătatea dumneavoastră.
- În timpul măsurării, asigurați-vă că nu se află niciun telefon mobil sau orice alt tip de dispozitiv electric, care emite câmpuri electromagnetice, la 30 de cm de acest aparat. Acest lucru poate avea drept rezultat funcționarea incorectă a dispozitivului şi/sau poate determina citirea unor valori inexacte.
- Utilizați baterii care sunt recomandate pentru acest aparat. Nu montați bateriile cu polaritățile inversate.
- Înlocuiți imediat bateriile uzate cu baterii noi.

- Nu aruncați bateriile în foc.
- Dacă electrolitul din baterii intră în contact cu pielea sau cu îmbrăcămintea, clătiți imediat cu multă apă curată.
- Îndepărtați bateriile atunci când unitatea nu va fi utilizată pe o perioadă mai lungă de timp mai îndelungată (aproximativ trei luni sau mai mult).
- Nu combinați baterii care nu sunt de acelaşi tip.
- Nu combinați baterii vechi cu baterii noi.
- Spălați-vă întotdeauna pe picioare înainte de a utiliza aparatul. Dacă aveți o infecție la picior sau o altă boală de piele, puteți transmite infecția altor persoane.
- Dacă aparatul va fi utilizat de mai multe persoane, ştergeți-l cu o lavetă umezită cu un detergent neutru după utilizare. Apoi, ştergeți-l până se usucă.
- Nu utilizați această unitate în alte scopuri decât cele specificate în acest manual.
- Deoarece acest aparat este un instrument de precizie, nu îl scăpați, nu îl supuneți la vibrații sau la şocuri puternice.

Transmiterea datelor

- Nu înlocuiți bateria în timp ce rezultatul măsurătorii este transferat către dispozitivul inteligent. Acest lucru poate cauza funcționarea incorectă a monitorului şi imposibilitatea de a transfera rezultatul măsurătorii.
- Nu aşezați cartele cu circuite integrate, magneți, obiecte metalice sau alte dispozitive care emit câmpuri electromagnetice în apropierea monitorului în timp ce rezultatul măsurătorii este transferat către dispozitivul inteligent. Acest lucru poate cauza funcționarea incorectă a aparatului şi imposibilitatea de a transfera rezultatul măsurătorii.

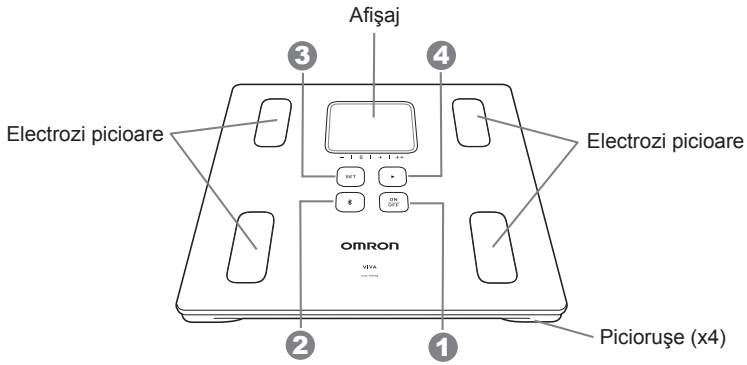
Măsurarea incorectă

Măsurarea incorectă poate apărea în cazul în care aparatul este folosit de următorii utilizatori: Persoane în vârstă (peste 81 de ani) / Persoane cu febră / Culturişti sau atleți antrenați / Pacienți supuşi dializei / Pacienți cu osteoporoză, care au o densitate foarte redusă a oaselor / Femei însărcinate / Persoane care prezintă umflături.

- În acest caz, compoziția corporală, cum ar fi conținutul de apă din corp, poate diferi foarte mult față de valoarea medie.

1. Familiarizarea cu aparatul

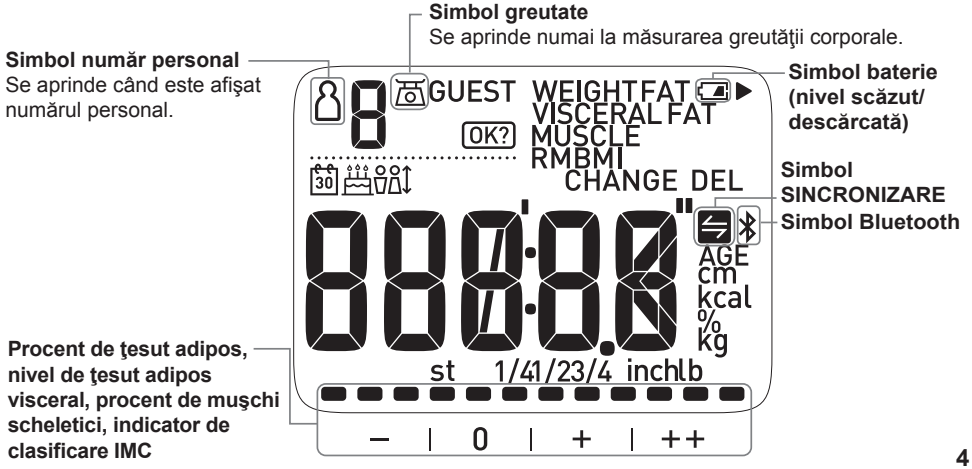
Aparatul



❶	ON/OFF	**Butonul ON/OFF (PORNIRE/OPRIRE)** • Apăsați acest buton pentru a porni aparatul. • Apăsați acest buton (2 secunde sau mai mult) pentru a opri aparatul.
❷	ᛒ	**Butonul Bluetooth** • Apăsați acest buton pentru a transfera datele manual. • Apăsați acest buton (2 secunde sau mai mult) pentru a sincroniza aparatul cu dispozitivul dumneavoastră inteligent. ※ Acest buton poate fi utilizat şi atunci când alimentarea cu energie este întreruptă.
❸	SET	**Butonul SET (SETARE)** • Apăsați acest buton pentru a seta sau confirma datele.
❹	▶	**Butonul Avansare** • Apăsați acest buton pentru a avansa. • Apăsați şi mențineți apăsat acest buton pentru a avansa rapid în timpul setării datei, orei şi înălțimii.

RO

Afişaj

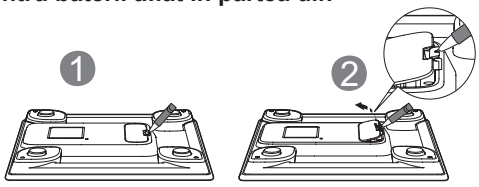


2. Introducerea şi înlocuirea bateriilor

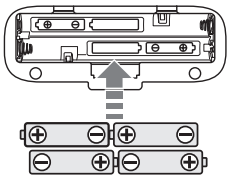
1. Deschideți capacul compartimentului pentru baterii aflat în partea din spate a aparatului.

În acest scop, puteți utiliza un obiect dur, de exemplu un stilou.





2. Introduceți bateriile respectând polaritatea corectă indicată de marcajul din interiorul compartimentului pentru baterii.



3. Închideți capacul compartimentului pentru baterii.

Durata de viață a bateriilor şi înlocuirea acestora

- **Aproximativ 6 luni (În cazul în care bateriile alcaline de tip AAA sunt utilizate pentru patru măsurători, patru transferuri de date şi patru persoane pe zi, la o temperatură a camerei de 23 °C)**
  - Deoarece bateriile livrate împreună cu aparatul servesc numai pentru a testa funcționarea aparatului, acestea pot avea o durată de viață mai scurtă.
- **La afişarea simbolului pentru baterie descărcată, înlocuiți toate cele patru baterii cu baterii noi.**
  - Înlocuiți toate cele patru baterii cu unele noi (de acelaşi tip), în acelaşi timp.
  - Atunci când simbolul pentru nivel scăzut al bateriei clipeşte, se recomandă să înlocuiți din timp bateriile cu unele noi.

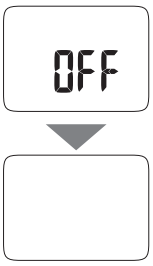
Simbol baterie descărcată



- **Înlocuiți bateriile numai după oprirea alimentării cu energie a aparatului.**
  - Datele personale stocate în aparat se păstrează chiar dacă bateriile sunt îndepărtate.
  - Îndepărtarea bateriilor uzate trebuie efectuată în conformitate cu reglementările naționale privind îndepărtarea bateriilor.
- **La înlocuirea bateriilor, trebuie să resetați unitatea de măsură, data şi ora. (Consultați secțiunea 4.)**
  - Dacă ați efectuat deja sincronizarea cu aplicația „OMRON connect“, apăsați butonul pentru a comunica cu această aplicație, apoi data şi ora vor fi setate automat.

Informații privind funcția de oprire

- **Apăsați butonul (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.**
- **Alimentarea cu energie a aparatului se întrerupe automat în oricare dintre următoarele situații.**
  - 10 secunde după ce se afişează „Err“.
  - Aparatul nu este utilizat timp de 1 minut dacă este afişată indicația „0,0 kg“.
  - Aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.



3. Sincronizarea aparatului cu dispozitivul dumneavoastră inteligent

1. **Activați funcția Bluetooth a dispozitivului dumneavoastră inteligent.**

2. **Descărcați şi instalați aplicația „OMRON connect“ pe dispozitivul dumneavoastră inteligent.**

Puteți alege una dintre următoarele 2 metode.

■ **Scanați codul QR pentru a obține acces la următoarea adresă.**

omronconnect.com/setup

Cod QR

■ **Căutați aplicația „OMRON connect“ în „App Store“ sau „Google Play“.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

RO

3. **Deschideți aplicația pe dispozitivul inteligent şi urmați instrucțiunile de configurare şi sincronizare.**

Dacă dețineți deja aplicația OMRON connect, mergeți la:

Menu (Meniu)>Device (Dispozitiv)>Add Device (Adăugare dispozitiv)

NOTE

- Un singur dispozitiv inteligent gestionează datele unui singur utilizator.
- Dacă se utilizează o altă aplicație decât „OMRON connect“, este posibil ca datele să nu fie transferate corect.
- Pentru detalii, vă rugăm să citiți metoda şi instrucțiunile de utilizare din cadrul aplicației.

4. Setarea unității de măsură, a datei şi orei

Setarea unității de măsură, a datei şi orei este necesară înainte de a efectua primele măsurători sau după înlocuirea bateriilor.

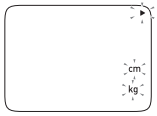
- Data şi ora pot fi setate şi din cadrul aplicației „OMRON connect“.

1. Apăsați butonul (ON/OFF) pentru a porni aparatul.
Indicația „kg şi cm“ clipeşte pe afişaj.

2. Setați unitatea de măsură.

Apăsați butonul (▶) pentru a regla şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

- Unitatea de măsură implicită este „kg şi cm“.
- Puteți seta unitatea de măsură în „lb şi inch“ sau „st-lb şi inch“.



3. Setați data şi ora corectă pe aparat.

Apăsați butonul (▶) pentru a regla şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

- Setarea intervalului de ani: 2017 - 2045.
- Ora este afişată în format de 24 de ore.
- În timpul setării anului, datei, orei şi minutelor, mențineți apăsat butonul (▶) pentru a avansa rapid în incremente de 10.



După ce toate setările pentru unitatea de măsură, an, lună, zi, oră şi minut sunt afişate în această secvență, alimentarea cu energie este întreruptă automat.

NOTE

- Dacă faceți o greşeală în timpul setării, apăsați butonul (ON/OFF) pentru a întrerupe alimentarea cu energie şi începeți din nou de la „Pasul 1“.
- Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute. Setați din nou unitatea de măsură, data şi ora.
- Pentru a modifica unitatea de măsură, data şi ora, scoateți bateriile şi aşteptați cel puțin 20 de secunde. Apoi, introduceți bateriile şi resetați.

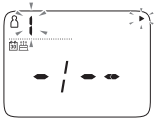
5. Înregistrarea datelor personale

Pentru măsurarea compoziției corporale, trebuie să vă înregistrați datele personale (data naşterii, sexul, înălțimea). Pot fi memorate date înregistrate de la maxim 4 persoane.

- Datele personale pot fi înregistrate şi din aplicația „OMRON connect“.

1. Apăsați butonul (ON/OFF) pentru a porni aparatul.

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1“ clipeşte. Este afişată data naşterii (- - / - -).



2. Selectați şi confirmați numărul personal.

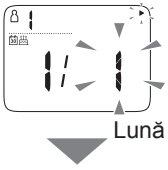
Apăsați butonul (▶) pentru a selecta numărul dumneavoastră personal şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

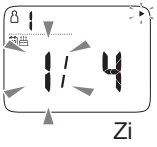
3. Setați data naşterii.

Apăsați butonul (▶) pentru a seta data naşterii şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

- Setarea intervalului de ani: 1900 - 2045
- În timpul setării anului şi datei, mențineți apăsat butonul (▶) pentru a avansa rapid în incremente de 10.

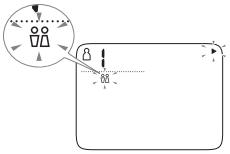






4. Setați sexul

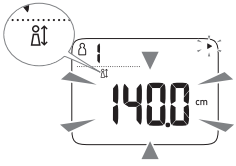
Apăsați butonul (▶) pentru a seta genul ♂ (MASCULIN) sau ♀ (FEMININ) şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.



5. Setați înălțimea.

Apăsați butonul (▶) pentru a regla înălțimea şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

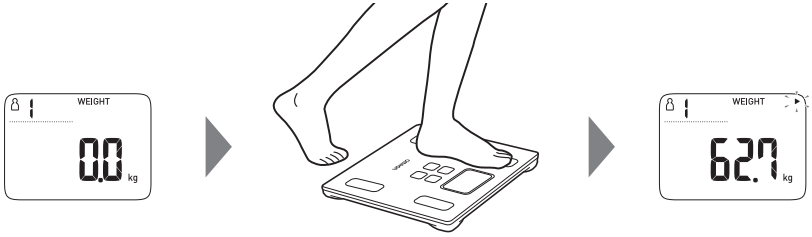
- Apăsați în mod continuu pentru a avansa rapid în incremente de 10 cm (sau 1 inch).
- După afişarea tuturor setărilor în vederea confirmării, pe afişaj apare indicația „0,0 kg“.



RO

6. Urcați-vă pe aparat pentru a efectua o măsurătoare atunci când este afişată indicația „0,0 kg“.

Datele privind greutatea corporală şi compoziția corporală sunt înregistrate în aparat pentru a asista funcția de recunoaştere automată.
După scurt timp, rezultatele măsurătorii sunt indicate după cum urmează.



7. Coborâți de pe aparat după ce sunt afişate rezultatele măsurătorii.

Înregistrarea datelor personale este finalizată.

8. Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

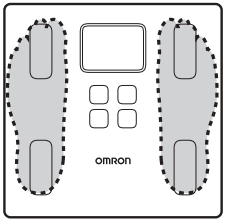
Pentru a adăuga date personale noi, începeți de la „Pasul 1“.

Instrucțiuni de utilizare

6. Efectuarea măsurătorii exacte

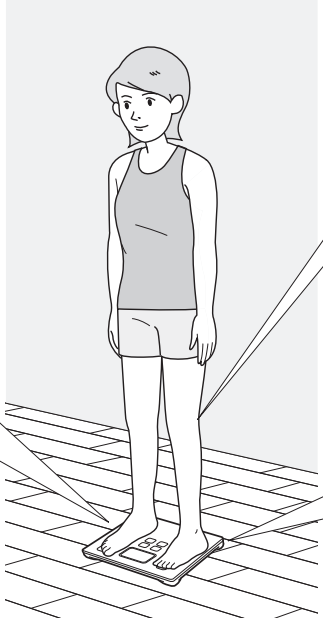
6.1 Pozițiile corecte în timpul măsurătorii

Păşiți pe aparat cu tălpile goale. Poziționați scobiturile tălpilor picioarelor în centrul aparatului.



Notă

- Dacă păşiți pe aparat cu şosete sau încălțăminte în picioare, rezultatul măsurătorii poate fi inexact.



Nu îndoiți genunchii în timpul măsurătorii.

Efectuați măsurătoarea pe o podea dură şi dreaptă.

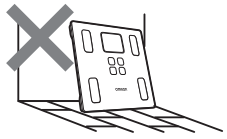
Notă

- O suprafață moale, de exemplu, o saltea sau un covor, poate determina măsurători inexacte.

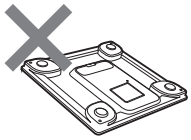
6.2 Informații privind funcția „Corecție la 0 kg“ (Atenționare privind memorarea)

Atunci când nu este utilizat, aparatul corectează cu regularitate precizia de măsurare în mod automat.

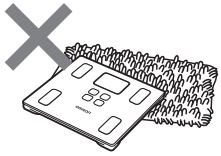
- Dacă aparatul este amplasat conform ilustrațiilor de mai jos, această funcție de corectare a preciziei nu va funcționa; implementați funcția „Corecție la 0 kg“ înainte de a efectua măsurătoarea.



Aparatul se sprijină de un perete sau alte obiecte



Aparatul este amplasat cu susul în jos

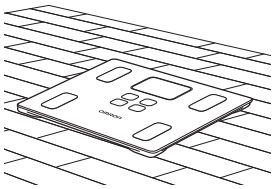


Aparatul este amplasat peste un obiect



Un obiect este aşezat peste aparat

6.3 Implementarea funcției „Corecție la 0 kg“



1. **Aşezați aparatul pe o podea dură şi dreaptă.**

2. **Apăsați butonul (ON/OFF) pentru a porni aparatul.**

3. **Selectați numărul dumneavoastră personal sau „0“.**
Selectați numărul dumneavoastră personal sau „0“ folosind butonul (▶), apoi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

4. **Atunci când este afişată indicația „0,0 kg“, apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.**

Procedura pentru implementarea funcției „Corecție la 0 kg“ este finalizată. Aşteptați 5 secunde, apoi efectuați o măsurătoare.

RO

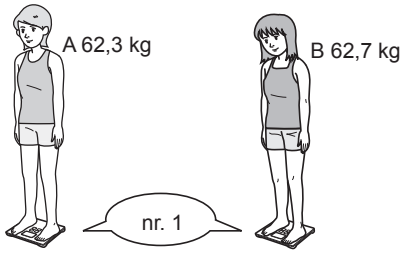
Instrucțiuni de utilizare

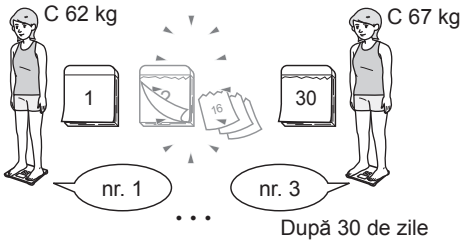
7. Efectuarea unei măsurători

Când o persoană păşeşte pe aparat, acesta va fi alimentat cu energie, recunoscând automat numărul personal şi începând măsurătoarea.

Este posibil să se afişeze numărul personal eronat în următoarele cazuri.

- Sunt efectuate măsurători pentru utilizatori cu tipuri de corp şi greutăți corporale similare.
- Greutatea dumneavoastră corporală s-a schimbat de la ultima măsurătoare.

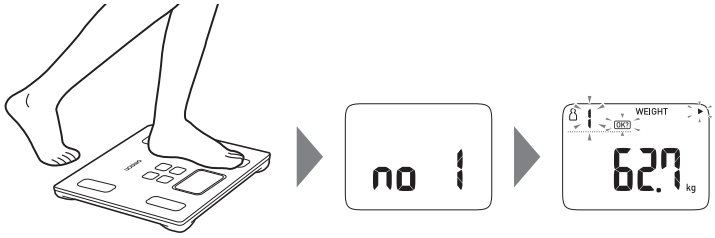




Dacă recunoaşterea inexactă continuă, selectați numărul dumneavoastră personal pentru a efectua o măsurătoare. (Consultați secțiunea 9.)

1. Efectuați o măsurătoare atunci când aparatul nu este alimentat cu energie.

La păşirea pe aparat, acesta porneşte automat.



2. Atunci când sunt afişate numărul personal şi rezultatele măsurătorii, măsurătoarea este finalizată.

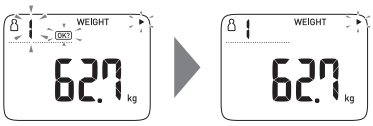
Coborâți de pe aparat.

3. Confirmați numărul dumneavoastră personal.

■ Dacă numărul dumneavoastră personal este corect…

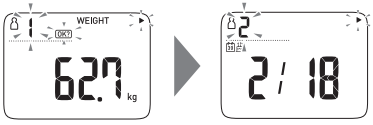
Apăsați butonul (SET) pentru a confirma numărul personal. OK? dispare.

Chiar dacă opriți aparatul în timp ce OK? clipeşte, rezultatele sunt înregistrate pe aparat ca valoarea alocată numărului personal afişat.



■ Dacă numărul dumneavoastră personal este incorect…

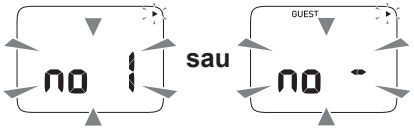
Înainte ca aparatul să se oprească, selectați numărul dumneavoastră personal folosind butonul (▶), apoi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.



■ Dacă ați confirmat numărul dumneavoastră personal în mod incorect…

Înainte ca aparatul să se oprească, apăsați butonul (SET) pentru a putea selecta din nou numărul dumneavoastră personal.

Dacă indicația „no 1“ (nr. 1) - „no 4“ (nr. 4) clipeşte pe afişaj sau dacă apare mesajul GUEST (VIZITATOR), înseamnă că datele dumneavoastră personale nu au fost înregistrate în aparat.
Înregistrați-vă datele personale.
Puteți utiliza şi modul Vizitator.



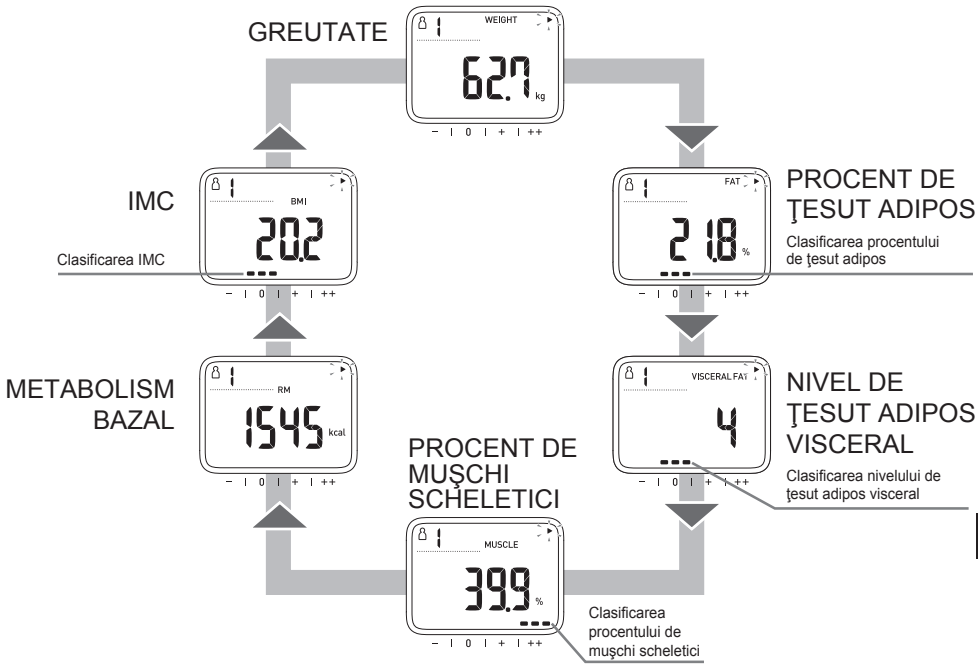
4. Verificați rezultatele măsurătorii.

Afişajele cu rezultate apar automat, în ordinea indicată mai jos.

Odată ce ați confirmat numărul dumneavoastră personal, puteți trece la un rezultat de măsurare pe care doriți să-l vizualizați folosind butonul (▶).

Notă

- Utilizați procentul de țesut adipos, nivelul de țesut adipos visceral, procentul de mușchi scheletici şi indicatorul de clasificare IMC ca valori de ghidare pentru măsurare.
- Pentru a înțelege mai bine rezultatele măsurătorii, consultați informațiile şi diagramele din secțiunile 17 şi 18.



5. Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

Utilizarea funcției de memorie

8. Vizualizarea rezultatelor măsurătorii pe dispozitivul dumneavoastră inteligent

Respectați instrucțiunile din aplicația „OMRON connect“ pentru a vizualiza rezultatele măsurătorii dumneavoastră.

Apoi, puteți confirma variația parametrilor privind greutatea şi compoziția dumneavoastră corporală pe dispozitivul inteligent.

Notă

- Aplicația „OMRON connect“ trebuie instalată pe dispozitivul dumneavoastră inteligent. (Consultați secțiunea 3.)

RO

Atunci când este necesar

9. Selectarea numărului personal şi efectuarea unei măsurători

Dacă se întâmplă frecvent ca numărul dumneavoastră personal să nu fie recunoscut, puteți selecta numărul personal şi efectua măsurători după cum urmează.

1. **Apăsați butonul (ON/OFF) pentru a porni aparatul.**

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1“ clipeşte.

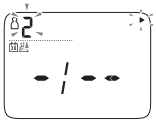


2. **Selectați numărul dumneavoastră personal.**

Selectați numărul dumneavoastră personal folosind butonul (▶).

Atunci când este afişată data naşterii (- / - -),
Datele dumneavoastră personale nu au fost înregistrate la numărul personal.

Înregistrați-vă datele personale. (Consultați secțiunea 5.)

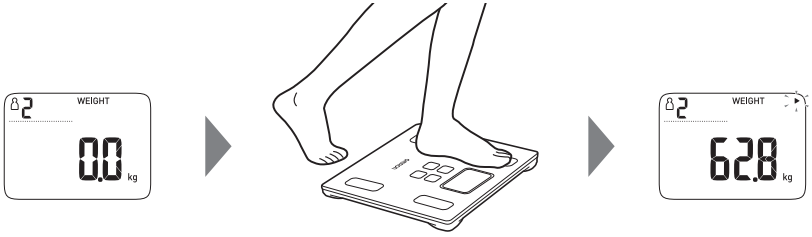


3. **Apăsați butonul (SET) pentru a confirma numărul personal.**

Este afişată indicația „0,0 kg“.

4. **Efectuați măsurătoarea atunci când este afişată indicația „0,0 kg“.**

Păşiți pe aparat.



5. **Verificați rezultatele măsurătorii.**

Afişajele cu rezultate apar automat.

6. **Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.**

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

Atunci când este necesar

10. Modul Vizitator (Mod neînregistrat)

Atunci când este utilizat acest mod, rezultatele măsurătorii nu vor fi înregistrate.

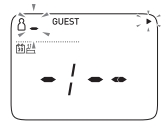
1. Apăsați butonul (ON/OFF) pentru a porni aparatul.

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1“ clipeşte.



2. Selectați şi confirmați „ “.

Selectați „GUEST“ (VIZITATOR) folosind butonul (▶), apoi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

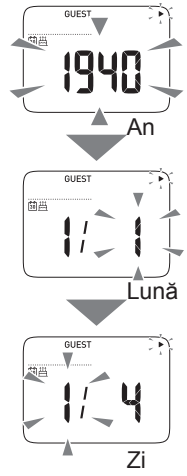


3. Introduceți datele personale.

3.1 Setați data naşterii

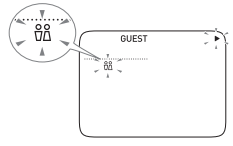
Apăsați butonul (▶) pentru a seta data naşterii şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

- Setarea intervalului de ani: 1900 - 2045
- În timpul setării anului şi datei, mențineți apăsat butonul (▶) pentru a avansa rapid în incremente de 10.



3.2 Setați sexul

Apăsați butonul (▶) pentru a seta genul (MASCULIN) sau (FEMININ) şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.



3.3 Setați înălțimea

Apăsați butonul (▶) pentru a seta înălțimea şi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

- Apăsați în mod continuu pentru a avansa rapid în incremente de 10 cm (1 inch).



După afişarea tuturor setărilor în vederea confirmării, pe afişaj apare indicația „0,0 kg“.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 1 minut după ce este afişată indicația „0,0 kg“.

RO

4. Începeți măsurătoarea atunci când este afișată indicația „0,0 kg“.

Păşiți pe aparat.



5. Verificați rezultatele măsurătorii.

Afişajele cu rezultate apar automat.

6. Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

Atunci când este necesar

11. Măsurarea exclusivă a greutății

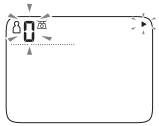
Atunci când este utilizat acest mod, rezultatul măsurătorii nu va fi înregistrat.

1. Apăsați butonul (ON/OFF) pentru a porni aparatul.

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1“ clipeşte.

2. Selectați şi confirmați „0“.

Selectați „0“ folosind butonul (▶), apoi apăsați butonul (SET) pentru a confirma.



3. Păşiți pe aparat după ce pe afişaj apare indicația „0,0 kg“.



4. Verificați rezultatul măsurătorii.

Greutatea dumneavoastră este afişată intermitent pentru a indica finalizarea măsurătorii.

5. Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

Atunci când este necesar

12. Modificarea sau ştergerea datelor personale

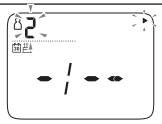


1. **Apăsați butonul ON/OFF pentru a porni aparatul.**
Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1“ clipeşte.

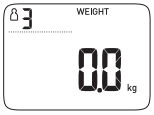
2. **Selectați numărul dumneavoastră personal**
Apăsați butonul ▶ pentru a selecta numărul personal.



Atunci când este afişată data naşterii (**-** / **- -**),



Datele dumneavoastră personale nu sunt înregistrate la numărul personal. Înregistrați-vă datele personale. (Consultați secțiunea 5.)



3. **Apăsați butonul SET pentru a confirma numărul personal.**
Este afişată indicația „0,0 kg“.



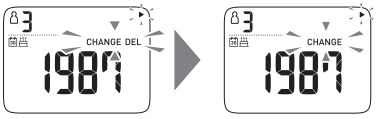
4. **Apăsați butonul SET.**
Mesajele „CHANGE“ (Modificare) şi „DEL“ (Ştergere) sunt afişate intermitent.

5. **Selectați „CHANGE“ (Modificare) sau „DELETE“ (Ştergere) pentru a gestiona datele personale**

- Chiar dacă datele personale sunt modificate, rezultatele măsurătorii nu vor fi modificate sau şterse. În cazul în care utilizați numărul personal care a fost utilizat de o altă persoană, ştergeți datele personale, apoi înregistrați-le din nou.

Modificarea datelor personale
(Rezultatele măsurătorii nu vor fi şterse)

1. **Apăsați butonul ▶ pentru a selecta „CHANGE“ (Modificare)**



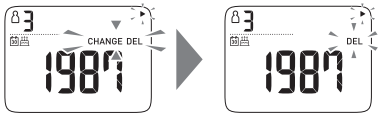
2. **Apăsați butonul SET**
Anul clipeşte.



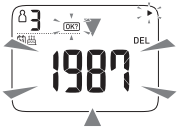
3. **Modificați „data naşterii“, „genul“ şi „înălțimea“ consultând paşii 3 ~ 5 ai secțiunii 5.**
- Pentru a opri orice modificare la jumătatea procesului, apăsați butonul ON/OFF (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.
- Rezultatele măsurătorii netransferate nu vor fi modificate.

Ştergerea datelor personale
(Vor fi şterse şi rezultatele măsurătorii)

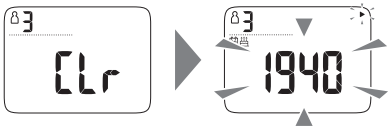
1. **Apăsați butonul ▶ pentru a selecta „DEL“ (Ştergere)**



2. **Apăsați butonul SET**
OK? clipeşte.



3. **Apăsați butonul SET din nou**



RO

Atunci când este necesar

13. Ştergerea setării de comunicare

Dacă nu mai doriți să utilizați aplicația „OMRON connect“ sau dacă doriți să ştergeți setările de comunicare din dispozitivul dumneavoastră inteligent, efectuați următorii paşi. Toate setările de comunicare înregistrate în aparat vor fi şterse.

1. Apăsați şi mențineți apăsat butonul (ᛒ) mai mult de 2 secunde.

„ P “ şi simbolul Bluetooth clipesc.



2. Apăsați şi mențineți apăsat din nou butonul (ᛒ) mai mult de 2 secunde.

„ OK? “ şi „CLr“ clipesc.



3. Apăsați butonul (SET) pentru a confirma.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 10 secunde după ce este afişat mesajul „CLr“.



Atunci când este necesar

14. Întreținerea şi depozitarea

Curățarea unității

- Unitatea trebuie să fie întotdeauna curată înainte de utilizare.
- Ştergeți aparatul cu o lavetă moale şi uscată. Dacă este necesar, utilizați o lavetă umezită cu apă sau detergent şi stoarceți-o bine înainte de a curăța aparatul, apoi ştergeți cu o lavetă uscată.
- Nu utilizați benzen sau diluant, sau alți solvenți volatili pentru curățarea aparatului.
- Nu spălați aparatul cu apă.

Întreținerea şi depozitarea

- Nu depozitați unitatea în:
  - Condiții de umiditate în care umezeala sau apa pot pătrunde în aparat
  - Condiții de temperaturi ridicate, în locații expuse direct la radiațiile solare sau în locuri cu mult praf
  - Locații expuse şocurilor sau vibrațiilor.
  - Locații în care sunt depozitate produse chimice sau unde sunt prezente gaze corozive.
- Nu efectuați personal reparațiile. Acest produs este calibrat din fabricație. Dacă nu sunteți sigur de precizia măsurătorilor, vă rugăm să contactați distribuitorul autorizat OMRON. În general, se recomandă să efectuați inspectarea dispozitivului la fiecare 2 ani, pentru a vă asigura că acesta funcționează corect şi că oferă rezultate exacte.

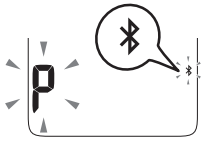
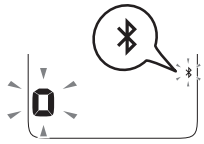
Atunci când este necesar

15. Identificarea şi rezolvarea problemelor

În cazul în care, în timpul măsurătorii, apar oricare dintre problemele prezentate mai jos, asigurați-vă mai întâi că nu există niciun dispozitiv electric la o distanță de 30 de cm. Dacă problema persistă, consultați tabelul de mai jos.

Eroare afişată	Cauză	Rezolvare
Err 1	Ați păşit de pe aparat în timpul măsurării compoziției corporale.	Nu coborâți de pe aparat până când nu s-a încheiat măsurarea compoziției corporale. (Consultați secțiunea 6.)
	Tălpile dumneavoastră nu realizează un contact ferm cu electrozii.	Asigurați-vă că stați într-o poziție corectă pe aparat, realizând un contact ferm între tălpi şi electrozi atunci când efectuați măsurătoarea. (Consultați secțiunea 6.)
Err2	Poziția pentru efectuarea măsurătorii este incorectă, tălpile dumneavoastră nu realizează un contact ferm cu electrozii sau sunt uscate.	Îndreptați genunchii şi spatele. Țineți tălpile amplasate ferm pe electrozi şi nu le mişcați în timpul măsurătorii. (Consultați secțiunea 6.) Umeziți-vă uşor tălpile picioarelor cu un prosop umed şi încercați din nou.
Err5	După setarea datei şi orei, aparatul a fost atins sau utilizat înainte ca afişajul să se stingă automat.	Scoateți şi reintroduceți bateria. Reporniți dispozitivul şi începeți cu „Sincronizarea aparatului cu dispozitivul dumneavoastră inteligent“. (Consultați secțiunea 3.) • Atunci când sunt afişate data şi ora, vă rugăm să nu utilizați aparatul în timp ce alimentarea cu energie electrică este întreruptă automat.
	Eroare dispozitiv.	Scoateți şi reintroduceți bateria. Odată finalizată această procedură, vă rugăm să reporniți dispozitivul. Dacă această eroare este afişată în continuare, consultați reprezentantul de service OMRON.
Err6	Eroare de comunicare.	Opriți aparatul şi încercați să restabiliți comunicarea. Dacă această eroare este afişată din nou, consultați reprezentantul de service OMRON.
Err	V-ați mişcat în timpul unei măsurători.	Stați pe loc în timpul măsurătorii.
	Greutatea dumneavoastră corporală nu s-a încadrat în intervalul de măsurare.	
Err	Eroare de comunicare.	Confirmați afişarea dispozitivului dumneavoastră inteligent şi respectați instrucțiunile din cadrul aplicației „OMRON connect“. Consultați secțiunea „Ajutor“ din cadrul aplicației „OMRON connect“.
	Nivelul de încărcare al bateriilor este scăzut.	Se recomandă să înlocuiți din timp bateriile cu unele noi. (Consultați secțiunea 2.)
	Bateriile sunt descărcate.	Înlocuiți bateriile. (Consultați secțiunea 2.)

RO

Problemă	Cauză	Rezolvare
 clipeşte	Au fost memorate 24-29 de seturi de rezultate ale măsurătorilor.	Transferați rezultatele măsurătorii în aplicația „OMRON connect“, apoi simbolul va dispărea.
	Au fost memorate 30 de seturi de rezultate ale măsurătorilor.	Dacă numărul este mai mare de 30, cele mai vechi rezultate sunt şterse. Transferați rezultatele măsurătorii în aplicația „OMRON connect“, apoi simbolul va dispărea.
	Ați apăsat şi ați menținut apăsat butonul (✱) mai mult de 2 secunde.	Această problemă apare atunci când sincronizați aparatul cu dispozitivul dumneavoastră inteligent. Respectați instrucțiunile din aplicația „OMRON connect“. Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a opri sincronizarea.
	Ați apăsat butonul (✱).	Această problemă apare atunci când datele sunt transferate în dispozitivul dumneavoastră inteligent. Respectați instrucțiunile din aplicația „OMRON connect“. Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a opri transmisia.
	Ați apăsat şi ați menținut apăsat butonul (✱) mai mult de 2 secunde dacă „P“ şi simbolul Bluetooth clipesc.	Această problemă apare atunci când ştergeți setarea de comunicare. (Consultați secțiunea 13.) Apăsați butonul (ON/OFF) (2 secunde sau mai mult) pentru a opri operația.
Chiar dacă porniți alimentarea cu energie, nu se afişează nimic. Chiar dacă păşiți pe aparat, nu se afişează nimic.	Nu sunt introduse bateriile.	Introduceți bateriile.
	Bateriile sunt introduse în direcția greşită.	Introduceți bateriile respectând polaritatea.
	Bateriile existente sunt uzate.	Înlocuiți toate cele patru baterii cu baterii noi.
După ce ați înlocuit bateriile, nu se afişează nimic atunci când păşiți pe aparat.	Nu ați setat unitatea de măsură, data şi ora după înlocuirea bateriilor.	Setați unitatea de măsură, data şi ora. (Consultați secțiunea 4.)
	Greutatea dumneavoastră corporală este prea mică. (Mai puțin de 12 kg.)	Selectați numărul personal înainte de a efectua o măsurătoare.
„- - - - -“ este afişat pentru anumite rezultate.	Datele înregistrate sau valorile privind compoziția corporală sunt în afara intervalului de măsurare.	Verificați dacă setările pentru data naşterii, gen şi înălțime sunt corecte. Chiar dacă aceste setări sunt corecte, „- - - - -“ apare dacă sunt în afara intervalului de vârstă afişabil sau suportat.

Problemă	Cauză	Rezolvare
Rezultatul măsurătorii este mai mare sau mai mic decât cel real. Rezultatul variază în mod considerabil pentru fiecare măsurătoare.	Poziția dumneavoastră în timpul măsurătorii este incorectă.	Efectuați măsurătoarea menținând o poziție corectă.
	Efectuați măsurătoarea pe un covor, pe o suprafață moale sau o podea neuniformă.	Efectuați măsurătoarea pe o podea dură şi dreaptă.
	Tălpile picioarelor şi corpul dumneavoastră sunt reci, afectând circulația sângelui.	Încălziți-vă corpul pentru a restabili circulația normală a sângelui înainte de a efectua o măsurătoare.
	Electrozii pentru picioare sunt foarte reci.	Lăsați aparatul într-o încăpere călduroasă pentru o perioadă de timp, înainte de a efectua o măsurătoare.
	Tălpile dumneavoastră sunt uscate.	Umeziți-vă uşor tălpile picioarelor cu un prosop umed înainte de a efectua o măsurătoare.
	Funcția „Corecție la 0 kg“ nu a fost implementată corect.	Implementați funcția „Corecție la 0 kg“. (Consultați secțiunea 6,3.)
Nu sunteți recunoscut în mod corespunzător.	Greutatea dumneavoastră corporală s-a schimbat semnificativ de la ultima măsurătoare.	Selectați numărul personal înainte de a efectua o măsurătoare. (Consultați secțiunea 9.)
	Tipul corpului dumneavoastră este similar cu cel al unei alte persoane înregistrate.	
	Au fost înregistrate rezultatele măsurătorii unui alt utilizator.	
Doriți să efectuați măsurătoare compoziției corporale, însă este afişată numai greutatea corporală.	Numărul personal sau opțiunea VIZITATOR nu este selectat(ă). (Numărul personal sau opțiunea VIZITATOR nu este afişat(ă).)	Selectați numărul personal sau opțiunea VIZITATOR înainte de a efectua o măsurătoare.
Nu reacționează un buton.	Ați apăsat pe un buton atunci când v-ați urcat pe aparat.	Coborâți de pe aparat, apoi apăsați pe un buton.
	Butonul este umed sau murdar.	Ştergeți apa sau pata înainte de a efectua o măsurătoare.
	Ați apăsat pe două sau mai multe butoane simultan.	Apăsați câte un buton pe rând.
Chiar dacă nu faceți nimic, aparatul se stinge.	Consultați secțiunea „Informații privind funcția de oprire“. (Consultați secțiunea 2.)	
Eroare la trimiterea datelor	Consultați secțiunea „Ajutor“ din cadrul aplicației „OMRON connect“.	

RO

Atunci când este necesar

16. Date tehnice

Categorie produs	**Aparate pentru analizarea compoziției corporale**	
Descriere produs	**Monitor pentru determinarea compoziției corporale**	
Model (cod)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Afişaj*	**Greutate corporală:**	2,0 - 150,0 kg cu increment de 0,1 kg (4,4 - 330,0 lb cu increment de 0,2 lb) (0 st 4,4 lb - 23 st 8,0 lb cu increment de 0,2 lb)
	Procent de țesut adipos:	5,0 – 60,0% cu increment de 0,1%
	Procent de muşchi scheletici:	5,0 – 50,0% cu increment de 0,1%
	IMC:	7,0 – 90,0 în increment de 0,1
	Metabolism bazal:	385 – 3999 kcal cu increment de 1 kcal
	Nivel de țesut adipos visceral:	30 de niveluri cu increment de 1 nivel
	Procent de țesut adipos, procent de muşchi scheletici şi clasificare IMC: – (Redus) / 0 (Normal) / + (Ridicat) / ++ (Foarte ridicat) 4 niveluri	
	Clasificarea nivelului de țesut adipos visceral: 0 (Normal) / + (Ridicat) / ++ (Foarte ridicat) 3 niveluri * Intervalul de vârstă pentru procentul de țesut adipos şi clasificarea procentului de țesut adipos este cuprins între 10 şi 80 de ani. * Intervalul de vârstă pentru procentul de muşchi scheletici, clasificarea procentului de muşchi scheletici, nivelul de țesut adipos visceral, clasificarea nivelului de țesut adipos visceral şi metabolismul bazal este cuprins între 18 şi 80 de ani.	
Protocol de transmisie	**Tehnologie Bluetooth®** cu consum redus de energie	
Comunicare fără fir	**Gamă de frecvențe:** **Modulare:** **Putere radiată efectivă:**	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz) GFSK < 20 dBm
Opțiuni de setare*	Pot fi memorate următoarele informații de la maxim 4 persoane.	
	Unitate de măsură	kg şi cm / lb şi inch / st-lb şi inch
	Data naşterii	De la 1 ianuarie 1900 la 31 decembrie 2045
	Sex	Masculin / Feminin
	Înălțime	100,0 - 199,5 cm cu increment de 0,5 cm (3' 4" - 6' 6 1/2" cu increment de 1/4")
	* Atunci când înălțimea unei persoane este mai mică de 100,0 cm sau mai mare de 199,5 cm: Rezultatele măsurătorii indicatorului IMC şi a compoziției corporale pot fi folosite drept referință.	
Precizia de măsurare a greutății	2,0 kg – 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb – 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb - 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg – 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb – 330,0 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb - 23 st 8,0 lb: ± 1%)	
Precizie (S.E.E. – eroare de estimare standard)	**Procent de țesut adipos:**	3,5%
	Procent de muşchi scheletici:	3,5%
	Nivel de țesut adipos visceral:	3 niveluri

Durată de viață	5 ani
Clasificare IP	IP21* * Clasificarea IP reprezintă gradul de protecție asigurat de carcase în conformitate cu IEC 60529. Acest dispozitiv este protejat împotriva obiectelor străine solide cu diametru de 12,5 mm şi mai mare, cum ar fi un deget. Acest dispozitiv este protejat împotriva căderii pe verticală a picăturilor de apă, ceea ce poate cauza apariția unor probleme în timpul funcționării normale.
Sursa de alimentare cu energie	4 baterii alcaline de tip AAA (LR03)
Durata de viață a bateriilor	Aproximativ 6 luni (În cazul în care bateriile alcaline de tip AAA sunt utilizate pentru patru măsurători, patru transferuri de date şi patru persoane pe zi, la o temperatură a camerei de 23 °C)
Temperatura/ umiditatea/presiunea atmosferică de funcționare	De la +5 °C la +40 °C, de la 30% la 85% umiditate relativă (fără condens), 860 hPa - 1060 hPa
Temperatura/ umiditatea/presiunea atmosferică pentru depozitare şi transport	De la -20 °C la +60 °C, de la 10% la 95% umiditate relativă (fără condens), 860 hPa - 1060 hPa
Greutate	Aproximativ 1,6 kg (inclusiv bateriile)
Dimensiuni exterioare	Aprox. 285 (l) × 28 (Î) × 280 (A) mm (Aprox. 11 1/5" (l) × 1 1/10" (Î) × 11" (A))
Cuprins	Monitor pentru determinarea compoziției corporale, 4 baterii alcaline de tip AAA (LR03), Instrucțiuni de setare, manual de instrucțiuni

Notă

- Specificațiile tehnice pot fi modificate fără aviz prealabil.
- Vă rugăm să raportați producătorului şi autorității competente din statul membru în care locui□i incidentele grave care au avut loc folosind cu aparatul.

CE 0197

Acest produs poate fi utilizat pe banda ISM fără licență, la 2,4 GHz. În cazul utilizării acestui produs în vecinătatea altor dispozitive fără fir, inclusiv pe bază de microunde şi LAN fără fir, care sunt utilizate pe aceeaşi bandă de frecvență ca şi produsul în cauză, există posibilitatea să apară interferențe între acest produs şi alte dispozitive de tipul menționat. Dacă apar astfel de interferențe, vă rugăm să încetați utilizarea altor dispozitive, să schimbați locația acestui produs înainte de a-l utiliza sau să nu utilizați produsul în vecinătatea altor dispozitive fără fir.

Bluetooth®

Marca verbală şi siglele **Bluetooth®** sunt mărci comerciale înregistrate, deținute de Bluetooth SIG, Inc. şi orice utilizare a acestor mărci de către OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. are loc în baza unei licențe.

Prin prezenta, OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., declară că echipamentul radio de tip VIVA (HBF-222T-EBK) este în conformitate cu Directiva 2014/53/UE.
Textul complet al declarației de conformitate UE este disponibil la următoarea adresă de internet: www.omron-healthcare.com.

Apple şi sigla Apple sunt mărci comerciale ale Apple Inc., înregistrate în S.U.A. şi în alte țări.
App Store este o marcă de serviciu Apple Inc.
Android, sigla Google Play sunt mărci comerciale ale Google Inc.

Informații importante cu privire la compatibilitatea electromagnetică (EMC)

HBF-222T-EBK fabricat de OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. este în conformitate cu standardul EN60601-1-2:2015 privind compatibilitatea electromagnetică (CEM). Documentația suplimentară în conformitate cu acest standard CEM este disponibilă la OMRON HEALTHCARE EUROPE, la adresa menționată în acest manual de instrucțiuni sau pe www.omron-healthcare.com. Pentru informații CEM privind HBF-222T-EBK, accesați site-ul web.

Garanția

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantează acest produs timp de 3 ani de la data achiziției. Garanția nu include bateriile, ambalajul şi/sau deteriorările de orice fel survenite ca urmare a oricărui tip de utilizare defectuoasă (cum ar fi scăparea pe jos sau abuzul fizic) cauzat de către utilizator. Produsele cu daune vor fi înlocuite numai dacă sunt returnate împreună cu factura / bonul de casă original.

Eliminarea corectă la deşeuri a acestui produs

(deşeurile provenite din echipamente electrice şi electronice)



Acest marcaj prezent pe produs sau documentele asociate acestuia indică faptul că produsul nu trebuie eliminat împreună cu deşeurile menajere la sfârşitul duratei sale de viață. Pentru a preveni potențiala afectare a mediului sau a sănătății umane ca urmare a eliminării necontrolate a deşeurilor, separați acest produs de alte tipuri de deşeuri şi reciclați-l în mod responsabil pentru a promova utilizarea sustenabilă a resurselor de materiale.

Utilizatorii casnici trebuie să ia legătura cu distribuitorul de la care au achiziționat produsul sau cu autoritățile locale pentru detalii cu privire la locurile şi modalitățile în care acest produs poate fi returnat, în vederea unei reciclări ecologice.

Utilizatorii comerciali trebuie să contacteze furnizorul şi să verifice termenii şi condițiile contractului de cumpărare. Acest produs nu trebuie eliminat împreună cu alte deşeuri comerciale.

Acest produs nu conține substanțe periculoase.
Îndepărtarea bateriilor uzate trebuie efectuată în conformitate cu reglementările naționale privind îndepărtarea bateriilor.

Descrierea simbolurilor care, în funcție de model, pot fi găsite pe produs, pe ambalajul de vânzare al produsului sau în manualul de instrucțiuni.

	Parte aplicată - Tip BF Grad de protecție împotriva electrocutării (pierdere de curent)	SN	Număr de serie
IP XX	Indice de protecție împotriva factorilor externi asigurat de IEC 60529		Limită de temperatură
CE	Marcaj CE		Limită de umiditate
	Simbol GOST-R		Limită de presiune atmosferică
	Simbol privind conformitatea cu standardele din Eurasia	⎓	Curent continuu
	Necesitatea ca utilizatorul să consulte instrucțiunile de utilizare		Acest produs nu trebuie utilizat de persoane cu implanturi medicale, de ex. stimulatoare cardiace, inimă artificială sau plămâni artificiali, sau alte echipamente electronice pentru menținerea funcțiilor vitale.
MD	Dispozitiv medical		Data fabricației

17. Informații privind compoziția corporală

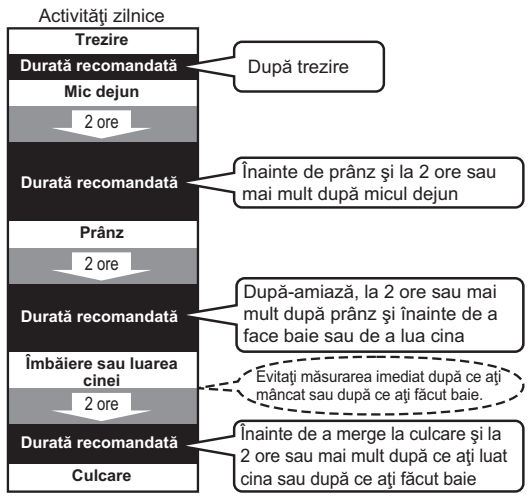
Principiul de calcul al compoziției corporale

Țesutul adipos are o conductibilitate electrică mică

Aparatul VIVA măsoară procentul de țesut adipos prin metoda analizei impedanței bioelectrice (IB). Muşchii, vasele sanguine şi oasele sunt țesuturi ale corpului cu un conținut ridicat de apă care conduc cu uşurință electricitatea. Țesutul adipos are o conductibilitate electrică mică. Aparatul VIVA trimite prin corpul dumneavoastră un curent electric extrem de slab, de 50 kHz şi mai puțin de 500 μA, pentru a determina cantitatea de țesut adipos. Acest curent electric slab nu este simțit în timp ce utilizați aparatul VIVA.
În vederea determinării compoziției corporale, aparatul utilizează impedanța electrică a corpului, împreună cu informațiile despre înălțimea, greutatea, vârsta şi genul dumneavoastră pentru a genera rezultate pe baza datelor introduse de OMRON privitoare la compoziția corporală.

Perioadele recomandate pentru efectuarea măsurătorilor

Înțelegerea modificărilor normale ale procentului de țesut adipos din corpul dumneavoastră vă poate ajuta la prevenirea sau reducerea obezității. Conştientizarea perioadelor în care procentul de țesut adipos se modifică în cadrul programului dumneavoastră zilnic vă va ajuta la stabilirea cu precizie a tendinței de evoluție a acestui tip de țesut. Se recomandă utilizarea acestei unități în acelaşi mediu şi în aceleaşi circumstanțe zilnice. (Consultați diagrama)



Evitați efectuarea de măsurători în următoarele condiții:

- Imediat după exerciții fizice intense, după baie sau saună.
- După ce ați băut alcool sau o cantitate mare de apă, după masă (aşteptați circa 2 ore).

În cazul în care o măsurătoare este efectuată în aceste condiții fizice, compoziția corporală calculată poate diferi în mod semnificativ de procentul real, din cauza modificării conținutului de apă din corp.

Ce este IMC (indicele de masă corporală)?

IMC (afişat pe unitate ca BMI – body mass index) utilizează următoarea formulă simplă pentru a indica raportul dintre greutatea şi înălțimea unei persoane.

IMC = greutate (kg) / înălțime (m) / înălțime (m)

Aparatul OMRON VIVA utilizează informațiile despre înălțime stocate la numărul alocat profilului dumneavoastră personal sau informațiile introduse de dumneavoastră în modul Guest (Vizitator) pentru a evalua greutatea dumneavoastră în funcție de indicele de masă corporală.
În cazul în care nivelul de țesut adipos indicat de IMC este mai mare decât standardul internațional, există un risc sporit de îmbolnăvire în cazul bolilor curente. Cu toate acestea, nu toate tipurile de țesut adipos pot fi semnalate de indicele de masă corporală.

Ce înseamnă procentul de țesut adipos?

Procentul de țesut adipos se referă la cantitatea de țesut adipos în raport cu greutatea corporală totală, exprimată în procente.

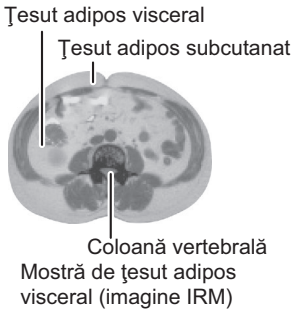
Procentul de țesut adipos (%) = {Masa de țesut adipos (kg) / Greutatea corporală (kg)} × 100

Aparatul VIVA utilizează metoda IB pentru a estima procentul de țesut adipos din corpul dumneavoastră. În funcție de zonele corpului în care este distribuit țesutul adipos, acesta este clasificat ca țesut adipos visceral sau țesut adipos subcutanat.

Ce este nivelul de țesut adipos visceral?

Țesut adipos visceral = țesutul adipos care înconjoară organele interne

Se consideră că o cantitate prea mare de țesut adipos visceral este strâns legată de nivelul crescut de lipide din sânge, ceea ce poate duce la apariția unor boli curente, precum hiperlipidemia şi diabetul, fapt care afectează capacitatea insulinei de a transfera energie din circuitul sanguin în celule pentru a fi utilizată în procesele celulare. Pentru a preveni apariția bolilor curente sau pentru a ameliora starea de sănătate a pacienților afectați de aceste boli, este important ca nivelul de țesut adipos visceral să fie redus la o valoare acceptabilă. Persoanele cu nivel ridicat de țesut adipos visceral prezintă tendința de a avea o circumferință abdominală mare. Totuşi, această tendință nu se manifestă întotdeauna, iar nivelurile ridicate de țesut adipos visceral pot conduce la o obezitate metabolică. Obezitatea metabolică (obezitatea viscerală în condițiile unei greutăți corporale normale) se caracterizează prin niveluri de țesut adipos mai ridicate față de medie, chiar dacă greutatea corporală a persoanei respective se încadrează în standardul pentru înălțimea sa.

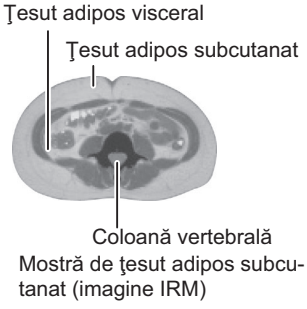


Mostră de ţesut adipos visceral (imagine IRM)

Ce este țesutul adipos subcutanat?

Țesut adipos subcutanat = țesutul adipos situat sub piele

Țesutul adipos subcutanat se acumulează nu numai în jurul abdomenului, ci şi în jurul părții superioare a brațelor, al şoldurilor şi al coapselor, putând provoca deformarea proporțiilor corpului. Cu toate că nu este direct legat de un risc crescut de îmbolnăvire, se consideră că acest tip de țesut duce la creşterea presiunii suportate de inimă, precum şi la alte complicații. Țesutul adipos subcutanat nu este afişat de această unitate, dar este inclus în procentul de țesut adipos.



Mostră de ţesut adipos subcutanat (imagine IRM)

Ce sunt muşchii scheletici?

Muşchii sunt de două tipuri: muşchi ai organelor interne (muşchi involuntari), cum ar fi muşchiul cardiac, şi muşchii scheletici, care fixați pe oase şi sunt utilizați pentru mişcarea corpului. Muşchii scheletici se pot dezvolta prin intermediul exercițiilor fizice şi al altor activități. Creşterea masei musculare scheletice înseamnă o capacitate sporită a corpului de a arde mai uşor energia, reducându-se probabilitatea de acumulare de țesut adipos şi facilitându-se păstrarea unui stil de viață energic.

Ce este metabolismul bazal?

Indiferent de nivelul dumneavoastră de activitate, este necesar un nivel minim de aport caloric pentru a susține funcțiile vitale ale corpului. Cunoscută sub denumirea de metabolism bazal, această valoare indică numărul de calorii de care aveți nevoie pentru a-i furniza corpului dumneavoastră suficientă energie pentru a funcționa.

18. Diagrame pentru interpretarea rezultatului măsurătorii

Interpretarea rezultatului pentru procentul de țesut adipos

	Vârstă	- (Redus)	0 (Normal)	+ (Ridicat)	++ (Foarte ridicat)
Feminin	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
	60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%
Masculin	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
	60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy şi al, în International Journal of Obesity, vol. 30, 2006, şi de Gallagher şi al., American Journal of Clinical Nutrition, vol. 72, sept. 2000, şi clasificat pe patru niveluri de OMRON HEALTHCARE.

Interpretarea rezultatului pentru nivelul de țesut adipos visceral

Nivelul de țesut adipos visceral	Clasificarea nivelului
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Ridicat)
15 - 30	++ (Foarte ridicat)

Conform cifrelor furnizate de OMRON HEALTHCARE.

Interpretarea rezultatului pentru procentul de mușchi scheletici

	Vârstă	- (Redus)	0 (Normal)	+ (Ridicat)	++ (Foarte ridicat)
Feminin	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Masculin	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

Conform cifrelor furnizate de OMRON HEALTHCARE.

Interpretarea rezultatelor pentru IMC

IMC	IMC (Desemnare de către OMS)
< 18,5	- (Subponderal)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (Supraponderal)
≧ 30	++ (Obez)

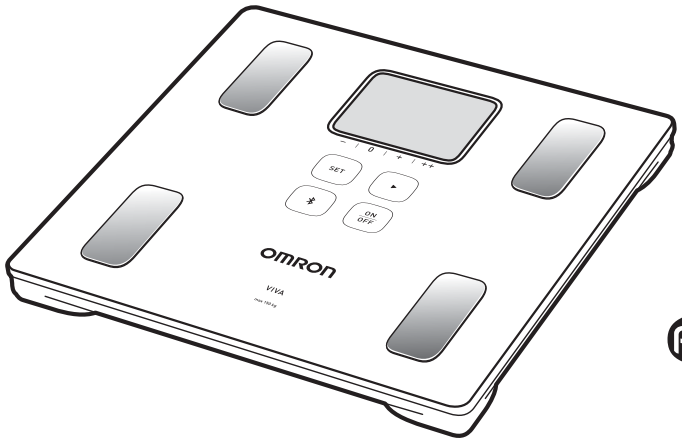
RO

Producător 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONIA
Reprezentant pentru UE 	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, OLANDA www.omron-healthcare.com
Importator în UE	
Unitate de producție	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, China
Subsidiare	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importator în Regatul Unit şi persoană responsabilă în Regatul Unit Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Data publicării: 2021-08-27

Fabricat în China

OMRON



Монитор состава тела OMRON

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d’emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

Благодарим Вас за приобретение монитора состава тела компании OMRON. Перед началом работы с прибором, чтобы правильно и безопасно его использовать, внимательно прочитайте данное руководство по эксплуатации.
Сохраните это руководство по эксплуатации и обращайтесь к нему по мере необходимости.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

VIVA
Монитор состава тела OMRON

Назначение

Данный прибор предназначен для измерения и отображения следующих параметров состава тела.

- Масса тела
- Уровень висцерального жира (до 30 уровней)
- Обмен веществ при полном покое организма (в ккал)
- Процентное содержание жира в организме
- Процентное содержание скелетной мускулатуры
- Индекс массы тела (ИМТ)

Круг пользователей

Этот прибор предназначен для использования взрослыми, способными понять сведения, приведенные в данном руководстве по эксплуатации.

Сфера применения

Прибор не предназначен для профессионального использования в больницах и других медицинских учреждениях; он предназначен только для домашнего использования.

Показания к применению

Настоящий прибор может быть использован для определения и контроля различных физических параметров, относящихся к показателям состава тела:

• для подтверждения эффективности лечения или применения программ по улучшению образа жизни;
• для самостоятельного контроля.

Прибор может быть использован в домашних условиях для отслеживания динамики показателей состава тела.

Противопоказания

Данный прибор не может быть использован лицами, которые имеют внешние или имплантированные электронные медицинские устройства, так как совместное использование может вызывать нарушение работы вышеперечисленных электронных медицинских устройств.

Побочные эффекты

Никаких побочных эффетов использования данного прибора не выявлено.

Обстоятельства в которых следует проконсультироваться с врачом

OMRON рекомендует всегда консультироваться с медицинским специалистом перед началом использования домашнего медицинского оборудования. Самостоятельная постановка диагноза и самолечение без должного профессионального медицинского надзора может привести к неправильному или неполному диагнозу и/или к неправильной дозировке лекарственных средств. В случае если результаты измерения или эффект от лечения не совпадает с ожидаемым, OMRON рекомендует проконсультироваться в медицинским специалистом.

Текущий ремонт

Помимо замены элементов питания (где применимо) и присоединения рекомендуемых аксессуаров (перечислены в руководстве по эксплуатации) вследствие их износа, никакие другие вмешательства в конструкцию прибора не допускаются. В случае обнаружения дефекта, свяжитесь с центром технического обслуживания продукции OMRON. Данные о центрах технического обслуживания указаны на упаковке изделия, в гарантийном талоне или в руководстве по эксплуатации.



Прежде чем использовать прибор, а также для получения дополнительной информации об отдельных функциях внимательно прочитайте данное руководство по эксплуатации.

Содержание

Перед началом работы с прибором 183

Примечания по безопасности 183
1. Знакомство с прибором 185
2. Установка и замена элементов питания 186
3. Соединение прибора с используемым смарт-устройством 187
4. Установка единиц измерения, даты и времени 188
5. Регистрация личных данных 189

Порядок работы 190

6. Точность выполнения измерения 190
   6.1 Правильные позы во время измерения 190
   6.2 О функции «0 kg correction» (настройка 0 кг) (предупреждение относительно хранения прибора) 191
   6.3 Применение функции «0 kg correction» (настройка 0 кг) 191
7. Выполнение измерения 191

Использование функции памяти 193

8. Просмотр результатов измерений на используемом смарт-устройстве 193

При необходимости 194

9. Выбор номера профиля и выполнение измерения 194
10. Режим Guest (режим измерения без сохранения данных) 195
11. Измерение только массы тела 196
12. Изменение или удаление личных данных 197
13. Удаление настроек обмена данными 198
14. Уход и хранение 198
15. Устранение неисправностей 199
16. Технические характеристики 202

Информация о составе тела 205

17. Информация о составе тела 205
18. Данные, объясняющие результаты измерений 207

RU

Примечания по безопасности

Ниже приведены обозначения, используемые в данном руководстве, и их определения.

⚠Опасно!	Неправильное использование может привести к смерти или серьезной травме.
⚠Предупреждение!	Неправильное использование может с определенной вероятностью привести к смерти или серьезной травме.
⚠Внимание!	Неправильное использование может привести к травме или повреждению оборудования.

⚠Опасно!

• Нельзя применять прибор в сочетании со следующими медицинскими электронными устройствами:
(1) медицинские электронные имплантаты, такие как кардиостимуляторы;
(2) электронные системы жизнеобеспечения, такие как искусственное сердце/искусственная вентиляция легких;
(3) портативные электронные медицинские устройства, такие как электрокардиограф.
Прибор может нарушить работу этих устройств, что подвергнет здоровье людей, пользующихся этими устройствами, большой опасности.



⚠Предупреждение!

- Храните прибор в недоступном для детей месте. Содержит мелкие частицы, которые могут вызвать удушье при их проглатывании маленькими детьми.
- Не пользуйтесь прибором на скользких поверхностях, например, на мокром полу.
- Не становитесь на прибор прыжком и не подпрыгивайте на нем.
- Не пользуйтесь прибором, когда Ваше тело и/или стопы влажные (например, после ванны).
- Для измерения состава тела вставайте на прибор босыми ногами. При попытке встать на прибор в носках можно поскользнуться и получить травму.
- Не вставайте на край прибора или на область дисплея.
- Люди с инвалидностью или физически слабые должны пользоваться прибором только с посторонней помощью.
- При попадании в глаза жидкости из элемента питания немедленно промойте их большим количеством чистой воды. Затем сразу же обратитесь к врачу.
- Не пользуйтесь этим прибором в больницах, в самолетах, а также в других местах, где ограничено использование радиоволн.
- Это изделие излучает радиоволны (РВ) на частоте 2,4 ГГц. Не пользуйтесь этим прибором в местах, где использование РВ ограничено, например, в самолетах или больницах.

⚠Внимание!

- Не разбирайте, не чините и не модифицируйте прибор.
- Не приступайте к программе снижения веса или упражнениям без предварительной консультации у врача или у работника здравоохранения. Самостоятельная диагностика опасна для Вашего здоровья.
- Во время измерения убедитесь, что на расстоянии 30 см от данного прибора нет сотовых телефонов или иных электрических устройств, излучающих электромагнитные волны. Это может нарушать работу прибора и/или приводить к неточным результатам измерения.
- Используйте элементы питания, предназначенные для этого прибора. Не устанавливайте элементы питания с нарушением полярности.
- Отработанные элементы питания необходимо немедленно заменять новыми.
- Не утилизируйте элементы питания путем их сжигания.

- При попадании жидкости из элемента питания на кожу или одежду немедленно промойте их большим количеством чистой воды.
- Вынимайте элементы питания из прибора, если не собираетесь им пользоваться в течение длительного времени (три месяца и более).
- Не следует одновременно использовать элементы питания разных типов.
- Не следует одновременно использовать новые и отработанные элементы питания.
- Перед использованием прибора всегда мойте ноги. Если Вы страдаете инфекционным заболеванием стоп или другим кожным заболеванием, существует опасность заражения других пользователей.
- При совместном использовании прибора вытирайте его влажной тканью, пропитанной мягким моющим средством после каждого применения. Вытирайте прибор насухо.
- Не используйте прибор для целей, отличных от указанных в этом руководстве.
- Поскольку прибор предназначен для получения точных результатов измерений, не роняйте его, не подвергайте вибрации или сильным ударам.

Передача данных

- Не заменяйте элемент питания в тот момент, когда результаты измерений передаются на используемое смарт-устройство. Это может привести к неправильной работе монитора состава тела и сбою при передаче результатов измерений.
- Во время передачи результатов измерений на смарт-устройство не кладите рядом с этим монитором состава тела карты с микропроцессором, магниты, металлические предметы или иные устройства, излучающие электромагнитные волны Это может привести к неправильной работе прибора и сбою при передаче результатов измерений.

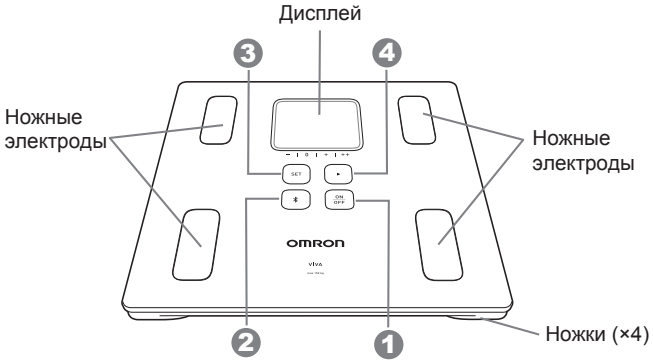
Неправильное измерение

Результаты измерений могут значительно отличаться от реальных значений у следующих пользователей:
престарелых людей (старше 81 года) / людей с повышенной температурой тела / людей, занимающихся бодибилдингом, или натренированных спортсменов / пациентов, подвергающихся диализу / пациентов с остеопорозом, имеющих очень низкую плотность костной массы / беременных женщин / людей с отеками.

- Это происходит потому, что в этих случаях состав тела (например, содержание воды в организме) может значительно отклоняться от среднего значения.

1. Знакомство с прибором

Основной блок



❶	ON/OFF	**Кнопка ON/OFF (включение/выключение питания)** • Нажмите эту кнопку для включения электропитания. • Нажмите эту кнопку (2 секунды или более) для выключения электропитания.
❷	ᛒ	**Кнопка Bluetooth** • Нажмите эту кнопку для передачи данных вручную. • Нажмите эту кнопку (2 секунды или более) для соединения прибора с используемым смарт-устройством. ※ Эту кнопку также можно использовать, когда электропитание выключено.
❸	SET	**Кнопка SET (установка)** • Нажмите эту кнопку для установки или подтверждения данных.
❹	▶	**Кнопка перемещения вперед** • Нажмите эту кнопку для перемещения вперед. • Нажмите и удерживайте эту кнопку для быстрого перемещения вперед при установке даты, времени и роста.

Дисплей



2. Установка и замена элементов питания

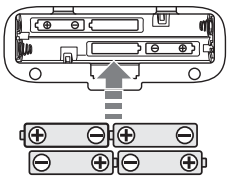
1. **Откройте крышку отсека для элементов питания, расположенную на задней стороне прибора.**

Можно использовать твердый предмет (например, шариковую ручку).





2. **Установите элементы питания, соблюдая полярность, как обозначено внутри отсека для элементов питания.**



3. **Закройте крышку отсека для элементов питания.**

Срок службы элементов питания и их замена

- **В зависимости от производителя срок службы элементов питания составляет приблизительно 6 месяцев (при использовании щелочных элементов питания AAA в режиме четырех измерений с передачей данных четыре раза для четырех пользователей в день при комнатной температуре 23°C).**
  - Поставляемые с прибором элементы питания предназначены только для проверки, поэтому срок их службы может быть меньше.

Индикатор разряженного элемента питания

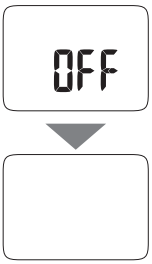


- **Если на дисплее отображается символ полной разрядки элементов питания, замените все четыре элемента питания новыми.**
  - Заменяйте все четыре элемента питания новыми (одного типа) одновременно.
  - Если мигает символ низкого заряда элементов питания, рекомендуется заблаговременно заменить элементы питания новыми.
- **Замену элементов питания следует производить при выключенном электропитании прибора.**
  - Личные данные сохраняются в памяти прибора даже при замене элементов питания.
  - По вопросу утилизации элементов питания обратитесь в специализированные пункты приема, расположенные в Вашем городе, или к местным органам власти для получения подробной информации о том, куда и как вернуть элементы питания для экологически безопасной переработки.
- **После замены элементов питания необходимо переустановить единицы измерения, дату и время. (См. раздел 4.)**
  - Если соединение уже установлено с помощью приложения «OMRON connect», нажмите кнопку для выполнения обмена данными с этим приложением. При этом дата и время будут установлены автоматически.

RU

О функции выключения электропитания

- **Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.**



- **Питание автоматически выключается при следующих условиях.**
  - Через 10 секунд после отображения сообщения об ошибке «Err».
  - Прибор не используется в течение 1 минуты после отображения значения «0.0 kg».
  - Прибор не используется в течение 3 минут.

3. Соединение прибора с используемым смарт-устройством

1. **Включите функцию Bluetooth на используемом смарт-устройстве.**

2. **Загрузите и установите приложение «OMRON connect» на используемое смарт-устройство.**

Можно выбрать один из 2 следующих способов.

■ **Отсканируйте QR-код для получения доступа к следующему адресу в Интернете.**

omronconnect.com/setup

QR-код

■ **Найдите приложение «OMRON connect» в магазине «App Store» или «Google Play».**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Откройте приложение на используемом смарт-устройстве и следуйте инструкциям по настройке и соединению.**

Если приложение «OMRON connect» уже установлено, выберите:

Меню>Устройство>Добавить устройство

ПРИМЕЧАНИЯ

- Одно смарт-устройство обрабатывает данные одного пользователя.
- Если используется приложение, отличное от «OMRON connect», передача данных может выполняться неправильно.

4. Установка единиц измерения, даты и времени

Перед первым измерением или после замены элементов питания необходимо установить единицы измерения, дату и время.

- Дату и время также можно установить из приложения «OMRON connect».

1. Нажмите кнопку (ON/OFF) для включения электропитания.

На дисплее мигает «kg&cm» (кг и см).

2. Установите единицы измерения.

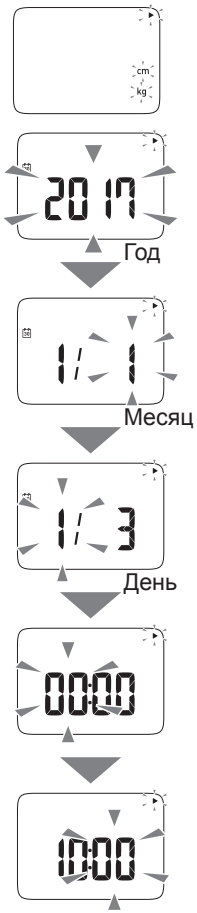
Нажмите кнопку (▶) для настройки, а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

- Единицами измерения по умолчанию являются «kg & cm» (кг и см).
- В качестве единицы измерения можно установить значение «lb & inch» (фунты и дюймы) или «st-lb & inch» (стоуны-фунты и дюймы).

3. Установите на приборе правильные дату и время.

Нажмите кнопку (▶) для настройки, а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

- Диапазон настроек текущего года: от 2017 до 2045.
- Время измеряется по 24-часовой системе.
- Во время установки года, даты, часа и минуты нажмите и удерживайте кнопку (▶) для быстрого продвижения с шагом 10.



После отображения установок единиц измерения, года, месяца, дня, часа и минуты в этой последовательности питание автоматически выключается.

ПРИМЕЧАНИЯ

- Если во время установки допущена любая ошибка, нажмите кнопку (ON/OFF) для выключения питания и начните с «Шага 1» еще раз.
- Электропитание выключается, если прибор не используется в течение 3 минут. Установите единицы измерения, дату и время повторно.
- Чтобы изменить единицы измерения, дату или время, извлеките из прибора элементы питания и подождите не менее 20 секунд. Затем вставьте элементы питания и выполните настройку прибора еще раз.

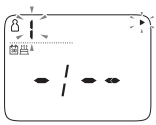
5. Регистрация личных данных

Для измерения состава тела необходимо зарегистрировать личные данные (дата рождения, пол, рост). Зарегистрированные данные можно сохранить для 4 пользователей.

- Личные данные также можно зарегистрировать из приложения «OMRON connect».

1. Нажмите кнопку (ON/OFF) для включения электропитания.

Электропитание включается. Мигает номер профиля «1». Отображается дата рождения (- - / - -).



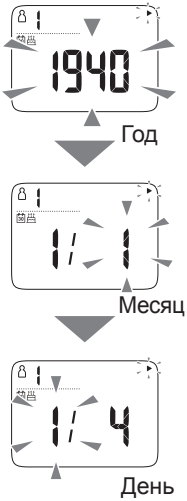
2. Выберите и подтвердите номер профиля.

Нажмите кнопку (▶) для выбора номера Вашего профиля, а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

3. Установите дату рождения.

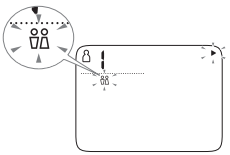
Нажмите кнопку (▶) для установки даты рождения, а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

- Диапазон настроек года рождения: от 1900 до 2045
- Во время установки года и даты нажмите и удерживайте кнопку (▶) для быстрого продвижения с шагом 10.



4. Установите пол.

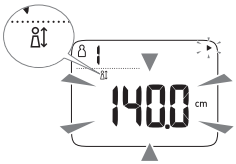
Нажмите кнопку (▶) для установки пола ♂ (МУЖСКОЙ) или ♀ (ЖЕНСКИЙ), а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.



5. Установите рост.

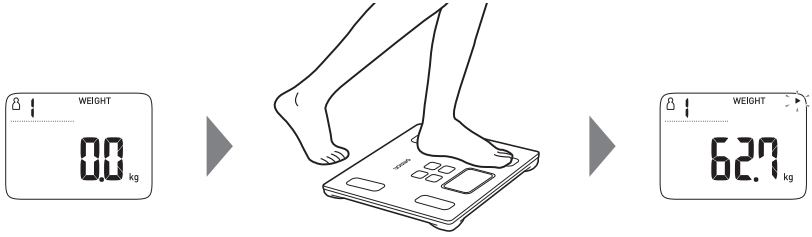
Нажмите кнопку (▶) для установки роста, а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

- Нажмите и удерживайте для быстрого продвижения с шагом 10 см (или на 1 дюйм).
- В итоге на дисплее отображаются параметры для подтверждения и появляется значение «0.0 kg».



6. При отображении значения «0.0 kg» встаньте на прибор для выполнения измерения.

Данные массы тела и состава тела записываются в прибор для обеспечения автоматического распознавания.
Через некоторое время результаты измерений указываются следующим образом.



7. После отображения результатов измерений сойдите с прибора.

Регистрация личных данных завершена.

8. Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.

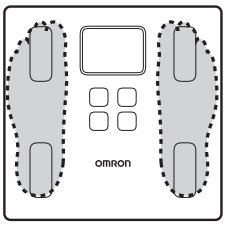
Для добавления новых личных данных начните с «Шага 1».

Порядок работы

6. Точность выполнения измерения

6.1 Правильные позы во время измерения

Вставайте на прибор босиком.
Располагайте подъемы ступней по центру прибора.



Примечание

- Если встать на прибор в носках или тапочках, то результат измерения будет неточным.



Не сгибайте колени во время измерения.

Выполняйте измерение на твердом и плоском полу.

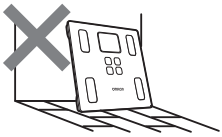
Примечание

- Мягкая или упругая поверхность (например, мат или ковер) может привести к неточному результату измерения.

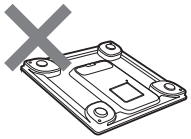
RU

6.2 О функции «0 kg correction» (настройка 0 кг) (предупреждение относительно хранения прибора)

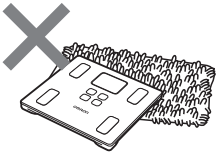
Прибор автоматически регулярно настраивает точность при измерении, когда он не используется.
- Если прибор размещен, как показано ниже, эта функция настройки точности не действует. В этом случае установите функцию «0 kg correction» (настройка 0 кг) перед измерением.



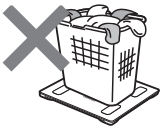
Прибор прислонили к стене или к другим предметам



Прибор находится в перевернутом положении

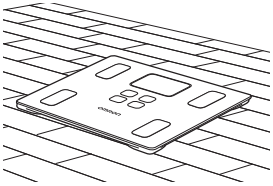


Прибор поставили на какой-либо предмет



Какой-либо предмет поставили на прибор

6.3 Применение функции «0 kg correction» (настройка 0 кг)



1. **Установите прибор на твердый и ровный пол.**

2. **Нажмите кнопку (ON/OFF) для включения электропитания.**

3. **Выберите номер профиля или «».**

Выберите номер Вашего профиля или «» кнопкой (▶), а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

4. **При отображении значения «0.0 kg» нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.**

Применение функции «0 kg correction» (настройка 0 кг) завершено. Подождите 5 секунд, а затем выполните измерение.

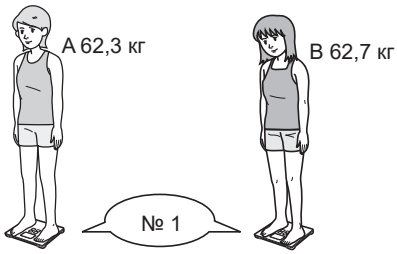
Порядок работы

7. Выполнение измерения

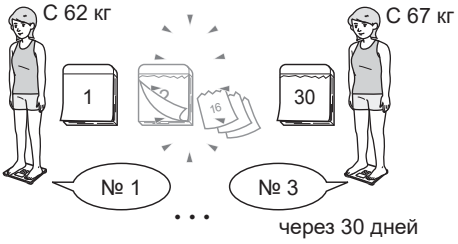
Когда пользователь встает на прибор, прибор включается для автоматического распознавания номера профиля, после чего начинается измерение.

Неправильный номер профиля может отображаться в следующих случаях.

- Измерения выполняются пользователями, имеющими одинаковые тип и массу тела.



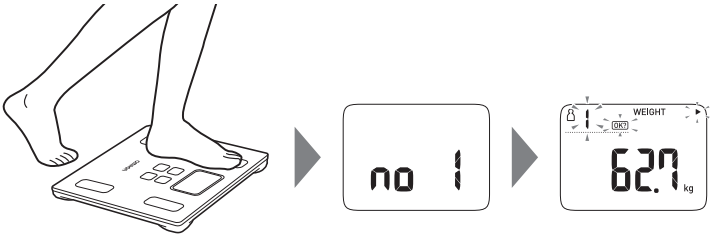
- Масса Вашего тела изменилась со времени последнего измерения.



Если неправильное распознавание будет повторяться, выберите номер Вашего профиля для выполнения измерения. (См. раздел 9.)

1. Приступайте к измерению, когда питание прибора выключено.

Когда Вы встаете на прибор, питание включается автоматически.



2. После того, как отображаются номер профиля и результаты измерения, измерение завершено.

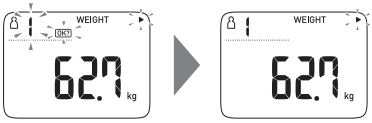
Сойдите с прибора.

3. Подтвердите номер Вашего профиля.

■ Если номер профиля правильный…

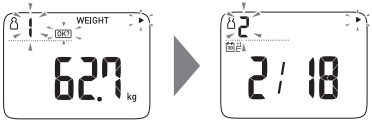
Нажмите кнопку (SET) для подтверждения номера профиля. [OK?] (символ подтверждения номера профиля) исчезает.

Даже если Вы выключите питание, когда мигает [OK?], результаты записываются в прибор в качестве значения результата измерения, относящегося к отображаемому номеру профиля.



■ Если номер профиля неправильный…

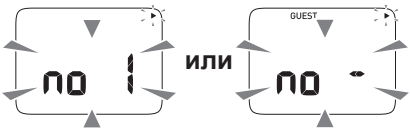
Прежде чем питание выключится, выберите номер профиля кнопкой (▶), а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.



■ Если номер профиля подтвержден неправильно…

Прежде чем питание выключится, нажмите кнопку (SET), чтобы номер профиля можно было выбрать еще раз.

Если на дисплее мигает значение от «no 1» до «no 4» или отображается режим GUEST, то Ваши личные данные еще не зарегистрированы в приборе.
Зарегистрируйте личные данные.
Кроме того, можно использовать режим Guest.



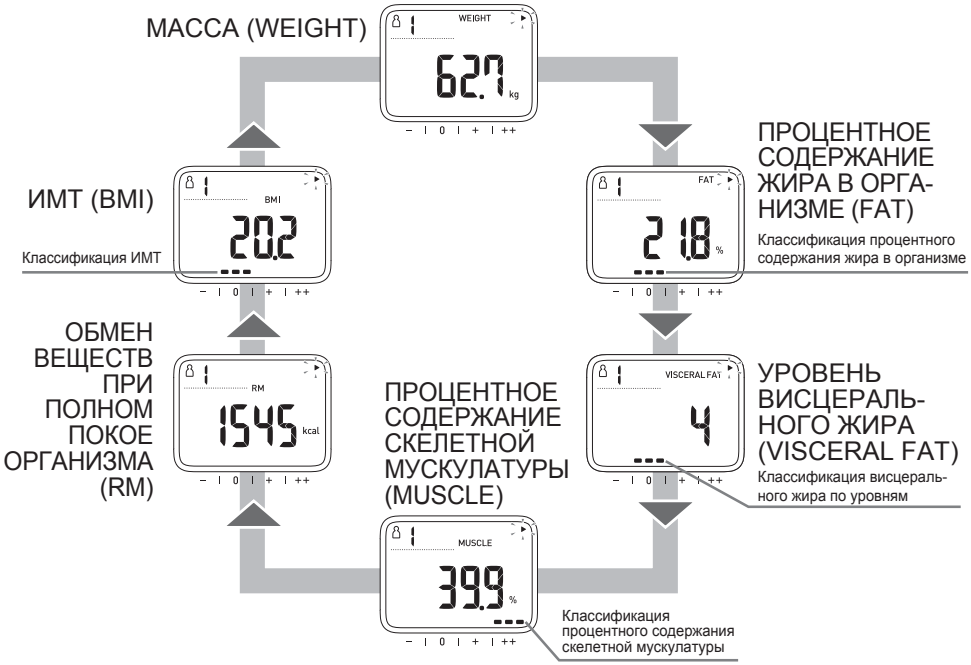
RU

4. Проверьте результаты измерений.

Результаты чередуются автоматически, как показано ниже.
После подтверждения номера профиля можно переключить его на результат измерения, который следует просмотреть, используя кнопку ▶.

Примечание

- Используйте результат процентного содержания жира в организме, уровня висцерального жира, процентного содержания скелетной мускулатуры и ИМТ как ориентир для измерения.
- Для правильного понимания результатов измерений см. данные и таблицы в разделах 17 и 18.



5. Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.

Электропитание выключается, если прибор не используется в течение 3 минут.

Использование функции памяти

8. Просмотр результатов измерений на используемом смарт-устройстве

Следуйте инструкциям в приложении «OMRON connect» для просмотра результатов измерений.
После этого можно подтвердить изменение параметров массы и состава тела на смарт-устройстве.

Примечание

- Приложение «OMRON connect» должно быть установлено на используемом смарт-устройстве. (См. раздел 3.)

При необходимости

9. Выбор номера профиля и выполнение измерения

Если номер Вашего профиля часто не распознается, можно выбрать номер Вашего профиля и выполнить измерение следующим образом.

1. Нажмите кнопку (ON/OFF) для включения электропитания.

Электропитание включается. Мигает личный номер «1».

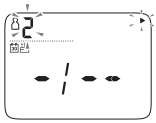


2. Выберите номер профиля.

Выберите номер профиля кнопкой (▶).

Если отображается дата рождения (- / - -),
то Ваши личные данные не зарегистрированы в Вашем профиле.

Зарегистрируйте Ваши личные данные. (См. раздел 5.)

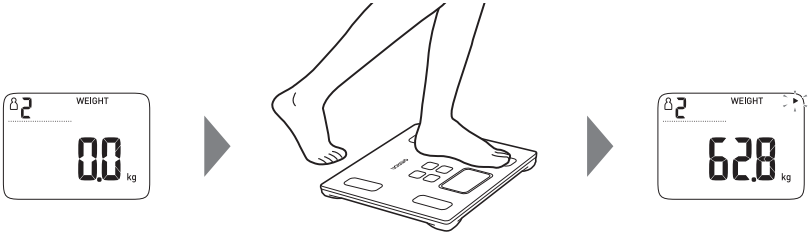


3. Нажмите кнопку (SET) для подтверждения номера Вашего профиля.

Отображается «0.0 kg».

4. При отображении символа «0.0 kg» выполните измерение.

Встаньте на прибор.



5. Проверьте результаты измерений.

Результаты чередуются автоматически.

6. Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.

Электропитание выключается, если прибор не используется в течение 3 минут.

RU

При необходимости

10. Режим Guest (режим измерения без сохранения данных)

При использовании этого режима результаты измерений не сохраняются.

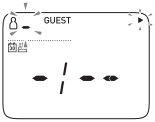
1. Нажмите кнопку (ON/OFF) для включения электропитания.

Электропитание включается. Мигает номер профиля «1».



2. Выберите и подтвердите «♙ _».

Выберите режим «GUEST» кнопкой (▶), а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

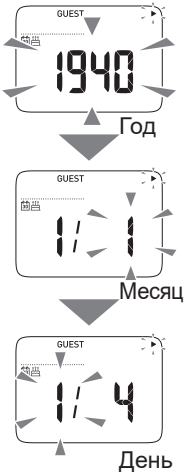


3. Введите личные данные.

3.1 Установите дату рождения

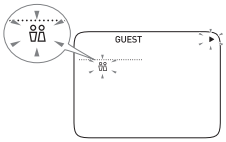
Нажмите кнопку (▶) для установки даты рождения, а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

- Диапазон настроек года рождения: от 1900 до 2045
- Во время установки года и даты нажмите и удерживайте кнопку (▶) для быстрого продвижения с шагом 10.



3.2 Установите пол

Нажмите кнопку (▶) для установки пола ♀ (МУЖСКОЙ) или ♙ (ЖЕНСКИЙ), а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.



3.3 Установите рост

Нажмите кнопку (▶) для установки роста, а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.

- Нажмите кнопку для быстрого продвижения с шагом 10 см (по 1 дюйму).



В итоге на дисплее отображаются параметры для подтверждения и появляется значение «0.0 kg».

Питание выключается, если прибор не используется в течение 1 минуты после отображения индикации «0.0 kg».

4. При отображении индикации «0.0 kg» начинайте измерение.

Встаньте на прибор.



5. Проверьте результаты измерений.

Результаты чередуются автоматически.

6. Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.

Электропитание выключается, если прибор не используется в течение 3 минут.

При необходимости

11. Измерение только массы тела

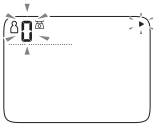
При использовании этого режима результат измерения не записывается.

1. Нажмите кнопку (ON/OFF) для включения электропитания.

Электропитание включается. Мигает номер профиля «1».

2. Выберите и подтвердите «».

Выберите «» кнопкой (▶), а затем нажмите кнопку (SET) для подтверждения.



3. Когда на дисплее появится «0.0 kg», встаньте на прибор.



4. Посмотрите на результат измерения.

Значение массы тела отображается на дисплее и мигает, что указывает на завершение измерения.

5. Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.

Электропитание выключается, если прибор не используется в течение 3 минут.

RU

При необходимости

12. Изменение или удаление личных данных



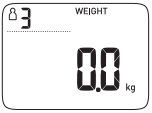
1. Нажмите кнопку (ON/OFF) для включения электропитания.
Электропитание включается. Мигает номер профиля «1».



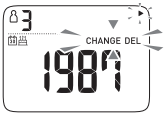
2. Выберите номер профиля
Нажмите кнопку (▶) для выбора номера Вашего профиля.

Если отображается дата рождения (- - / - -),
то Ваши личные данные не зарегистрированы в Вашем профиле.
Зарегистрируйте Ваши личные данные. (См. раздел 5.)





3. Нажмите кнопку (SET) для подтверждения номера Вашего профиля.
Отображается «0.0 kg».



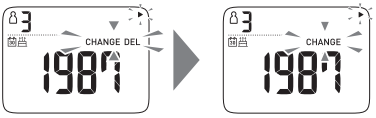
4. Нажмите кнопку (SET).
Мигает «CHANGE» (Изменить) и «DEL» (Удалить).

5. Выберите «CHANGE» или «DEL», чтобы изменить или удалить Ваши личные данные.

- Даже если личные данные изменены, результаты измерений не будут изменены или удалены. При использовании номера Вашего профиля, который использовался другим лицом, удалите Ваши личные данные, а затем зарегистрируйте личные данные еще раз.

Изменение личных данных
(Результаты измерений не будут удалены)

1. Нажмите кнопку (▶), чтобы выбрать «CHANGE» (Изменить)



2. Нажмите кнопку (SET)
Мигает год.

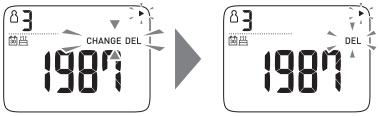


3. Измените значения «дата рождения», «пол» и «рост» в соответствии с инструкциями на Шаге 3 ~ Шаге 5 в разделе 5.

- Чтобы остановить изменение, нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для выключения электропитания.
- Непереданные результаты измерений изменены не будут.

Удаление личных данных
(Результаты измерений также будут удалены)

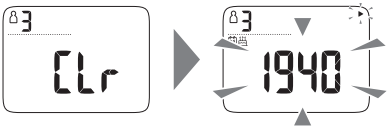
1. Нажмите кнопку (▶), чтобы выбрать «DEL» (Удалить)



2. Нажмите кнопку (SET)
OK? мигает.



3. Нажмите кнопку (SET) еще раз



При необходимости

13. Удаление настроек обмена данными

Если нужно прекратить использование приложения «OMRON connect» или удалить настройки обмена данными из смарт-устройства, выполните следующие действия. Все настройки обмена данными, записанные в приборе, будут удалены.

1. **Нажмите и удерживайте кнопку (Bluetooth) не менее 2 секунд.**

« P » и символ Bluetooth мигают.



2. **Нажмите и удерживайте кнопку (Bluetooth) не менее 2 секунд еще раз.**

« OK? » и «CLr» (Очистить) мигают.



3. **Нажмите кнопку SET для подтверждения.**

Электропитание выключается, если прибор не используется в течение 10 минут после отображения индикации «CLr» (Очистить).



При необходимости

14. Уход и хранение

Очистка прибора

- Перед использованием всегда очищайте прибор.
- Протирайте прибор мягкой сухой тканью. При необходимости смочите ткань водой или моющим средством и тщательно отожмите ее, прежде чем протирать прибор, а затем протрите его сухой тканью.
- Для очистки прибора запрещается использовать бензол, разбавитель или другие летучие растворители.
- Не мойте прибор водой.

Уход и хранение

RU

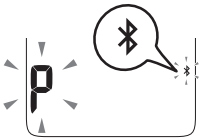
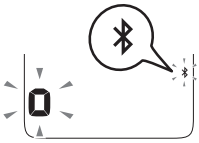
- Запрещается хранить прибор в следующих условиях:
  - повышенная влажность, когда в прибор может попасть влага или жидкость;
  - высокая температура, прямой солнечный свет и пыльные помещения;
  - места, где возможна неожиданная встряска или вибрация;
  - в местах хранения химикатов или в местах присутствия агрессивного газа.
- Не пытайтесь ремонтировать прибор самостоятельно. Это изделие откалибровано во время изготовления. При возникновении любых вопросов относительно технических характеристик прибора, обращайтесь в центр технического обслуживания продукции OMRON.

При необходимости

15. Устранение неисправностей

Если во время измерения возникает любая неполадка, указанная ниже, прежде всего убедитесь, что на расстоянии 30 см от прибора нет других электронных устройств. Если неполадку устранить не удается, смотрите таблицу ниже.

Условное обозначение ошибки	Причина	Исправление
Err 1	Вы сошли с прибора во время измерения состава тела.	Не сходите с прибора до тех пор, пока измерение состава тела не будет завершено. (См. раздел 6.)
	Недостаточный контакт ступней с электродами.	Убедитесь, что во время измерения Вы стоите на приборе правильно, плотно установив ступни на электродах. (См. раздел 6.)
Err2	Занято неподходящее для измерения положение, недостаточен контакт ступней с электродами или же ступни сухие.	Стойте прямо, не сгибая колени и спину. Во время измерения плотно прижимайте ступни к электродам и не двигайте ступнями. (См. раздел 6.) Слегка увлажните ступни мокрым полотенцем и снова попытайтесь выполнить измерение.
Err5	После установки даты и времени к прибору прикасались или же использовали его, прежде чем дисплей автоматически отключился.	Извлеките, а затем вновь вставьте элемент питания. Перезапустите прибор, следуя указаниям, начиная с раздела «Соединение прибора с используемым смарт-устройством». (См. раздел 3.) • При отображении даты и времени не трогайте прибор до тех пор, пока питание не выключится автоматически.
	Ошибка устройства.	Извлеките, а затем вновь вставьте элемент питания. По завершении этой операции перезапустите прибор. Если эта ошибка продолжает отображаться, обратитесь в центр технического обслуживания продукции OMRON.
Err6	Сбой при обмене данными.	Выключите электропитание и попытайтесь выполнить обмен данными еще раз. Если эта ошибка продолжает отображаться, обратитесь в центр технического обслуживания продукции OMRON.
Err	Вы двигались во время измерения.	Не двигайтесь во время измерения.
	Масса Вашего тела находится вне диапазона измерения.	
Err	Сбой при обмене данными.	Проверьте данные, отображаемые на используемом смарт-устройстве, и следуйте инструкциям в приложении «OMRON connect». См. «Справку » в приложении «OMRON connect».
	Низкий уровень заряда элементов питания.	Рекомендуется заблаговременно заменить элементы питания новыми. (См. раздел 2.)
	Элементы питания полностью разряжены.	Замените элементы питания. (См. раздел 2.)

Проблема	Причина	Исправление
 мигает	Сохранено 24-29 результатов измерений.	После передачи результатов измерений в приложение «OMRON connect» этот символ исчезнет.
	Сохранено 30 результатов измерений.	Если количество результатов измерений больше 30, самые старые результаты удаляются. После передачи результатов измерений в приложение «OMRON connect» этот символ исчезнет.
	Кнопка (*) была нажата и удерживалась более 2 секунд.	Отображается при выполнении соединения прибора со смарт-устройством. Следуйте инструкциям в приложении «OMRON connect». Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для остановки соединения.
	Нажата кнопка (*).	Отображается при передаче данных на смарт-устройство. Следуйте инструкциям в приложении «OMRON connect». Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для остановки передачи данных.
	Кнопка (*) была нажата и удерживалась более 2 секунд, когда мигали « P » и символ Bluetooth.	Отображается при удалении настройки обмена данными. (См. раздел 13.) Нажмите кнопку (ON/OFF) (2 секунды или более) для остановки выполнения функции.
Даже после включения электропитания ничего не отображается. Даже если Вы встали на прибор, ничего не отображается.	Не установлены элементы питания.	Установите элементы питания.
	Элементы питания установлены с нарушением полярности.	Вставьте элементы питания с соблюдением полярности.
	Элементы питания разряжены.	Замените все четыре элемента питания на новые
После замены элементов питания ничего не отображается, когда Вы встаете на прибор.	После замены элементов питания не были установлены единицы измерения, дата и время.	Установите единицы измерения, дату и время. (См. раздел 4.)
	Ваша масса тела слишком мала. (Меньше 12 кг.)	Выберите номер профиля перед выполнением измерения.
Для некоторых результатов отображается «- - - - -».	Зарегистрированные данные или значения состава тела были вне диапазона измерения.	Проверьте правильность настроек даты рождения, пола и роста. Даже если эти настройки правильны, «- - - - -» отображается, если они находятся вне отображаемого или поддерживаемого возрастного диапазона.

RU

Проблема	Причина	Исправление
Результат измерения выше или ниже фактического результата. Результаты варьируют в широких пределах при каждом измерении.	Вы приняли неправильную позу во время измерения.	Выполните измерение, приняв правильную позу.
	Измерение выполнялось на ковре, на мягкой и упругой поверхности или же на неровном полу.	Выполняйте измерение на твердом и плоском полу.
	Ваше ступни и тело слишком холодные, что влияет на кровообращение.	Перед выполнением измерения согрейтесь, чтобы привести кровообращение в норму.
	Ножные электроды слишком холодные.	Перед выполнением измерения оставьте прибор на некоторое время в теплом помещении.
	Ваши ступни сухие.	Перед выполнением измерения слегка увлажните ступни мокрым полотенцем.
	Функция «0 kg correction» (настройка 0 кг) применена неправильно.	Примените функцию «0 kg correction» (настройка 0 кг). (См. раздел 6.3.)
Вы опознаны прибором неправильно.	Масса Вашего тела значительно изменилась со времени последнего измерения.	Выберите номер Вашего профиля перед выполнением измерения. (См. раздел 9.)
	Тип Вашего тела одинаков с типом тела другого зарегистрированного пользователя.	
	Зарегистрированы результаты измерений другого пользователя.	
Вы хотели бы измерить состав своего тела, однако отображается только масса тела.	Не выбран номер профиля или режим GUEST. (Не отображается номер профиля или режим GUEST.)	Перед выполнением измерения выберите номер профиля или режим GUEST.
Кнопка не реагирует на нажатие.	Кнопка нажата в тот момент, когда Вы стояли на приборе.	Сойдите с прибора, а затем нажмите кнопку.
	На кнопку попала влага или грязь.	Перед выполнением измерения удалите воду или грязь.
	Одновременно нажаты две или более кнопок.	Нажимайте по одной кнопке.
Даже если Вы ничего не делаете, электропитание выключается.	См. раздел «О функции выключения электропитания». (См. раздел 2.)	
Сбой при отправке данных	См. «Справку» в приложении «OMRON connect».	

Техническое обслуживание

Изделие не подлежит специальному техническому обслуживанию.

16. Технические характеристики

Наименование	**Монитор состава тела OMRON**	
Модель	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Показания дисплея*	**Масса тела:**	от 2,0 до 150,0 кг с шагом в 0,1 кг (от 4,4 до 330,0 фунтов с шагом в 0,2 фунта) (от 0 стоунов 4,4 фунта до 23 стоунов 8,0 фунтов с шагом в 0,2 фунта)
	Процентное содержание жира в организме:	от 5,0 до 60,0% с шагом в 0,1%
	Процентное содержание скелетной мускулатуры:	от 5,0 до 50,0% с шагом в 0,1%
	ИМТ:	от 7,0 до 90,0 с шагом в 0,1
	Обмен веществ при полном покое организма:	от 385 до 3999 ккал с шагом в 1 ккал
	Уровень висцерального жира:	30 уровней с шагом в 1 уровень
	Классификации процентного содержания жира в организме, процентного содержания скелетной мускулатуры и классификация ИМТ: 4 уровня: – (низкое) / 0 (нормальное) / + (высокое) / ++ (очень высокое)	
	Классификация висцерального жира по уровням: 3 уровня: – 0 (нормальное) / + (высокое) / ++ (очень высокое) * Возрастной диапазон для процентного содержания жира в организме и классификации процентного содержания жира в организме составляет 10–80 лет. * Возрастной диапазон для процентного содержания скелетной мускулатуры, классификации процентного содержания скелетной мускулатуры, уровня висцерального жира в организме, классификации уровня висцерального жира в организме и уровня обмена веществ при полном покое организма составляет 18–80 лет.	
Протокол передачи	**Технология Bluetooth®** с низким энергопотреблением	
Беспроводная связь	**Частотный диапазон:**	2,4 ГГц (2400–2483,5 МГц)
	Модуляция:	Гауссовская частотная манипуляция
	Эффективная мощность излучения:	<20 дБ/мВт
Задаваемые параметры пользователя*	Следующую информацию можно сохранить для 4 пользователей.	
	Единицы измерения	кг и см/фунты, дюймы/стоуны-фунты и дюймы
	Дата рождения	с 1 января 1900 г. по 31 декабря 2045 г.
	Пол	Мужской/женский
	Рост	От 100,0 для 199,5 см с шагом в 0,5 см (от 40 до 78,5 дюйма с шагом в 0,25 дюйма)
	* Если рост пользователя меньше 100,0 см или больше 199,5 см: результаты измерений ИМТ и состава тела предназначаются для справки.	
Точность измерения массы тела	От 2,0 кг до 40,0 кг: ± 0,4 кг (от 4,4 фунта до 88,2 фунта: ± 0,88 фунта) (от 4,4 фунта до 6 стоунов 4,2 фунта: ± 0,88 фунта)	
	от 40,0 кг до 150,0 кг: ± 1% (от 88,2 фунта до 330,0 фунтов: ± 1%) (от 6 стоунов 4,2 фунта до 23 стоунов 8,0 фунтов: ± 1%)	
Точность измерений состава тела	**Процентное содержание жира в организме:**	3,5%
	Процентное содержание скелетной мускулатуры	3,5%
	Уровень висцерального жира:	3 уровня
Срок службы: основной блок элементы питания	5 лет В зависимости от производителя срок службы элементов питания составляет приблизительно 6 месяцев (при использовании щелочных элементов питания AAA в режиме четырех измерений с передачей данных четыре раза для четырех пользователей в день при комнатной температуре 23°C).	
Степень защиты от поражения электрическим током (токи утечки):	Тип BF	

RU

Классификация IP *Классификасия IP - это степень защиты, обеспечиваемая оболочкой (МЭК 60529). Защита от проникновения объектов диаметром 12,5 мм, например, пальцы рук или более крупные объекты. Защита от проникновения вертикально падающих капель воды.	IP21	
Источник питания	6 В постоянного тока, 4 щелочных элемента питания 1,5 В типа AAA (LR03)	
Потребляемый ток	20 мА	
Режим работы	Продолжительный режим работы	
Условия эксплуатации: температура окружающего воздуха	от +5°C до +40°C	
относительная влажность	от 30% до 85% (без конденсата)	
атмосферное давление	от 860 до 1060 гПа	
Условия хранения и транспортирования: температура окружающего воздуха	от -20°C до +60°C	
относительная влажность	от 10% до 95% (без конденсата)	
атмосферное давление	от 860 до 1060 гПа	
Характеристика электродов:	Электрический ток	50 кГц
	Сила тока	менее 500 μA
	Напряжение	менее 6 В
	Габаритные размеры	30±3 x 73±7,3 мм (Ш x В)
Масса монитора состава тела	1600±160 г (без элементов питания)	
Габаритные размеры монитора состава тела	285±1 x 27,5±0,5 x 280±1 мм (Ш xВ x Г)	
Комплект поставки	Монитор состава тела, 4 щелочных элемента питания типа AAA (LR03), руководство по эксплуатации, инструкция по установке приложения, гарантийный талон	

CE 0197

Перечень применяемых производителем национальных стандартов:
EN ISO 15223-1:2016, EN 1041:2008+A1:2013, EN 60601-1:2006+A1:2013, EN 60601-1-2:2015, EN 60601-1-6:2010+A1:2015, EN60601-1-11:2015, EN 62304:2006+A1:2015, EN 62366 :2008+A1:2015, EN ISO 10993-1: 2009/AC:2010, EN ISO 10993-5:2009, EN ISO 10993-10: 2013, EN ISO 14971:2012.

Это изделие работает в нелицензированной полосе частот, отведенной для промышленной, научной и медицинской радиослужбы (ISM) 2,4 ГГц. Если прибор используется вблизи других беспроводных устройств (например, микроволновая печь или беспроводная сеть), работающих в той же полосе частот, что и данный прибор, есть вероятность возникновения интерференции между прибором и упомянутыми устройствами В случае возникновения интерференции следует остановить работу других устройств или переместить прибор до его использования, или же не использовать прибор вблизи других беспроводных устройств.

Bluetooth®

Словесный знак **Bluetooth®** и логотипы являются зарегистрированными товарными знаками, являющимися собственностью компании Bluetooth SIG, Inc., и любое использование этих знаков компанией OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. обеспечивается лицензией.

Настоящим компания OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. заявляет, что тип радиооборудования VIVA (HBF-222T-EBK) соответствует Директиве 2014/53/EU.
С полным заявлением о соответствии ЕС можно ознакомиться по адресу: www.omron-healthcare.com.

Apple и логотип Apple являются товарными знаками, зарегистрированными в США и других странах. App Store является знаком обслуживания компании Apple Inc.
Android и логотип Google Play являются товарными знаками компании Google Inc.

Сообщайте уполномоченному представителю производителя обо всех серьезных происшествиях, связанных с этим изделием.

Важная информация об электромагнитной совместимости (ЭМС)

Прибор VIVA (HBF-222T-EBK), произведенный компанией OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., удовлетворяет требованиям стандарта EN60601-1-2:2015 относительно электромагнитной совместимости (ЭМС). Дополнительная документация о соответствии стандарту ЭМС находится в офисе компании OMRON HEALTHCARE EUROPE по адресу, указанному в этом руководстве по эксплуатации, или же по адресу www.omron-healthcare.com. См. информацию по ЭМС для VIVA (HBF-222T-EBK) на веб-сайте или в гарантийном талоне, в случае покупки прибора в России.

Правильная утилизация данного прибора (отработанное электрическое и электронное оборудование)



Этот символ на приборе или описании к нему указывает, что данный прибор не подлежит утилизации вместе с другими домашними отходами по окончании срока службы. Чтобы предотвратить возможный ущерб для окружающей среды или здоровья человека вследствие неконтролируемой утилизации отходов, пожалуйста, отделите это изделие от других типов отходов и утилизируйте его надлежащим образом для рационального повторного использования материальных ресурсов.

Для утилизации прибора обратитесь в специализированные пункты приема, расположенные в Вашем городе, или к местным органам власти для получения подробной информации о том, куда и как вернуть данный прибор для экологически безопасной переработки.

Прибор не содержит никаких вредных веществ.

По вопросу утилизации элементов питания обратитесь в специализированные пункты приема, расположенные в Вашем городе, или к местным органам власти для получения подробной информации о том, куда и как вернуть элементы питания для экологически безопасной переработки.

По окончании срока службы изделия, его необходимо утилизировать в соответствии с национальными и региональными нормативными актами. В медицинских учреждениях, в соответствии с требованиями СанПиН 2.1.7.2790-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к обращению с медицинскими отходами" изделие подлежит утилизации как изделие класса А (эпидемиологически безопасные отходы, приближенные по составу к твердым бытовым отходам).

Расшифровка условных обозначений, значков, символов и пиктограмм, которые, в зависимости от изделия и модели, могут располагаться на изделии, товарной упаковке и в сопроводительной документации

	Степень защиты от поражения электрическим током (токи утечки). Рабочая часть типа BF	SN	Порядковый (серийный) номер
IP XX	Степень защиты, обеспечиваемая оболочкой (МЭК 60529)		Температурный диапазон
CE	Знак соответствия директиве ЕС		Диапазон влажности
	Знак соответствия		Ограничение атмосферного давления
EAC	Знак обращения продукции на рынке Таможенного союза	⎓	Постоянный ток
	Обратитесь к руководству по эксплуатации		Запрет совместного использования с электронными медицинскими приборами
	Для обозначения общего повышения уровня потенциально опасного неионизирующего излучения или для маркировки оборудования и систем, например, в помещении, где установлено медицинское электрическое оборудование, являющееся источником радиосигнала или оборудование, в котором используется энергия радиочастотного излучения для диагностики и лечения	GET CONNECTED	Соединение прибора со смарт-устройством
iPhone & Android™ Bluetooth®	Соединение со смарт-утсройством iPhone&Android™ через Bluetooth®	ACCESS ANYTIME	Доступ к результатам измерений в любое время
TECHNOLOGY & DESIGN JAPAN	Технология и дизайн, Япония	SEE PROGRESS	Отслеживание динамики результатов измерений

Дата производства зашифрована в серийном номере, который находится на корпусе прибора и/или товарной упаковке: первые 4 цифры обозначают год производства, следующие 2 цифры – месяц производства.

RU

17. Информация о составе тела

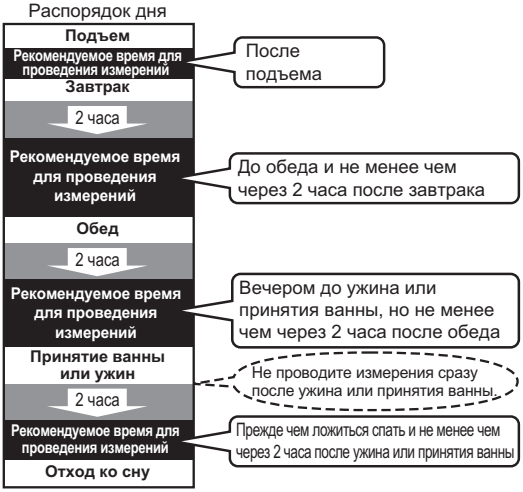
Принцип измерения состава тела

Жир обладает низкой электропроводностью

Монитор состава тела OMRON VIVA измеряет процентное содержание жира в организме методом биоэлектрического импеданса (БИ). Такие ткани организма, как мышцы, кровеносные сосуды и кости, содержат много воды — хорошего проводника электричества. Жир — это ткань, которая обладает плохой электропроводностью. Для того чтобы определить количество жировой ткани, прибор OMRON VIVA пропускает через тело чрезвычайно слабый электрический ток с частотой 50 кГц и силой менее 500 μA. При работе прибора OMRON VIVA этот слабый электрический ток не ощущается.
Для создания шкалы по определению состава тела прибор учитывает полное электрическое сопротивление, а также рост, вес, возраст и пол, а затем выдает показатели состава тела на основе данных прибора OMRON.

Рекомендуемое время проведения измерений

Понимание нормальных изменений процентного содержания жира в вашем организме помогает предотвратить или уменьшить ожирение. Зная о том, когда и как в зависимости от вашего режима дня меняется процентное содержание жира в организме, можно точно оценивать тенденции его изменения. Рекомендуется использовать прибор в одних и тех же условиях и в одно и то же время дня (см. схему).



Воздержитесь от выполнения измерений при следующих условиях:

- Сразу после интенсивных упражнений, принятия ванны или посещения сауны.
- После употребления алкоголя или большого количества воды и после еды (должно пройти не менее 2 часов).

Если выполнять измерение при вышеперечисленных условиях, то измеряемый состав тела может существенно отличаться от фактического вследствие изменения содержания воды в организме.

Что такое индекс массы тела (ИМТ)?

В ИМТ используется следующая простая формула расчета соотношения веса и роста человека.

ИМТ = вес (кг)/рост (м)/рост (м)

Прибор OMRON VIVA использует данные о росте, хранящиеся под личным номером или введенные в Гостевой режиме, для расчета классификации по ИМТ.
Если уровень жира, оцениваемый по ИМТ, превышает международный стандарт, существует предрасположенность к общим заболеваниям. Однако индекс ИМТ позволяет оценивать количество не всех типов жира.

Что такое процентное содержание жира в организме?

Процентное содержание жира в организме — это отношение массы жира в организме к общей массе тела, выраженное в процентах.

Процентное содержание жира в организме: (%) = {масса жира в организме (кг)/масса тела (кг)} × 100

Для оценки процентного содержания жира в организме в приборе VIVA используется метод БИ. В зависимости от места накопления жира в организме он делится на висцеральный (внутренний) и подкожный.

Что такое уровень висцерального жира?

Внутренний жир = жир, окружающий внутренние органы

Считается, что повышенное количество висцерального жира непосредственно связано с увеличением содержания жира в кровотоке, что может приводить к таким распространенным заболеваниям, как гиперхолестеринемия и диабет, которые не позволяют инсулину передавать энергию из кровотока и использовать ее в клетках. Чтобы избежать распространенных заболеваний или повысить иммунитет, необходимо понижать количество висцерального жира до приемлемого уровня. Люди с повышенным уровнем висцерального жира обычно имеют увеличенный желудок. Однако это не всегда так, поскольку высокий уровень висцерального жира может приводить к развитию ожирения вследствие нарушения обмена веществ. Ожирение из-за нарушения обмена веществ (висцеральное ожирение при нормальном весе) характеризуется уровнями жира, которые выше среднего значения, даже если вес человека приблизительно соответствует стандартному значению для его роста.



Пример висцерального жира (изображение МРТ)

Что такое подкожный жир?

Подкожный жир = жир под кожей

Подкожный жир откладывается не только вокруг желудка, но и на плечах, бедрах и голенях, что может приводить к искажению пропорций тела. Хотя подкожный жир и не связан непосредственно с риском развития заболевания, считается, что он увеличивает нагрузку на сердце и вызывает другие осложнения. Подкожный жир не отображается данным прибором, однако включается в общее процентное содержание жира в организме.



Пример подкожного жира (изображение МРТ)

Что такое скелетная мускулатура?

Мышцы подразделяются на два вида: мышцы внутренних органов (например, сердца) и мышцы, соединенные с костями и необходимые для движения тела. Скелетную мускулатуру можно нарастить за счет физических упражнений и другой деятельности. Увеличение процентного содержания скелетной мускулатуры означает, что организм может легче растрачивать энергию, а значит, менее склонен к накоплению жира. Это облегчает ведение активного образа жизни.

RU

Что такое обмен веществ при полном покое организма?

Независимо от уровня активности для поддержания функций организма каждый день требуется минимальный прием калорий. Обмен веществ при полном покое организма указывает на то, как много калорий требуется усвоить, чтобы обеспечить достаточно энергии для функционирования организма.

18. Данные, объясняющие результаты измерений

Интерпретация результатов измерения процентного содержания жира в организме

	Возраст	- (низкое)	0 (нормальное)	+ (высокое)	++ (очень высокое)
Женщины	10	< 16,1%	16,1 – 32,2%	32,3 – 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 – 33,1%	33,2 – 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 – 33,5%	33,6 – 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 – 33,8%	33,9 – 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 – 34,0%	34,1 – 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 – 34,2%	34,3 – 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 – 34,5%	34,6 – 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 – 34,7%	34,8 – 37,3%	≧ 37,4%
	18 – 39	< 21,0%	21,0 – 32,9%	33,0 – 38,9%	≧ 39,0%
	40 – 59	< 23,0%	23,0 – 33,9%	34,0 – 39,9%	≧ 40,0%
	60 – 80	< 24,0%	24,0 – 35,9%	36,0 – 41,9%	≧ 42,0%
Мужчины	10	< 12,8%	12,8 – 27,9%	28,0 – 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 – 28,5%	28,6 – 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 – 28,2%	28,3 – 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 – 27,5%	27,6 – 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 – 26,4%	26,5 – 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 – 25,4%	25,5 – 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 – 24,7%	24,8 – 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 – 24,2%	24,3 – 26,8%	≧ 26,9%
	18 – 39	< 8,0%	8,0 – 19,9%	20,0 – 24,9%	≧ 25,0%
	40 – 59	< 11,0%	11,0 – 21,9%	22,0 – 27,9%	≧ 28,0%
	60 – 80	< 13,0%	13,0 – 24,9%	25,0 – 29,9%	≧ 30,0%

Публикация HD McCarthy и др. в журнале International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 г., в публикации Gallagher и др. в журнале American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, сентябрь, 2000 г. Разделение на четыре уровня выполнено OMRON HEALTHCARE.

Интерпретация результата измерения уровня висцерального жира

Уровень висцерального жира	Классификация по уровням
1 – 9	0 (нормальное)
10 – 14	+ (высокое)
15 – 30	++ (очень высокое)

Согласно показателям OMRON HEALTHCARE.

Интерпретация результата измерения процентного содержания скелетной мускулатуры

	Возраст	- (низкое)	0 (нормальное)	+ (высокое)	++ (очень высокое)
Женщины	18 – 39	< 24,3%	24,3 – 30,3%	30,4 – 35,3%	≧ 35,4%
	40 – 59	< 24,1%	24,1 – 30,1%	30,2 – 35,1%	≧ 35,2%
	60 – 80	< 23,9%	23,9 – 29,9%	30,0 – 34,9%	≧ 35,0%
Мужчины	18 – 39	< 33,3%	33,3 – 39,3%	39,4 – 44,0%	≧ 44,1%
	40 – 59	< 33,1%	33,1 – 39,1%	39,2 – 43,8%	≧ 43,9%
	60 – 80	< 32,9%	32,9 – 38,9%	39,0 – 43,6%	≧ 43,7%

Согласно показателям OMRON HEALTHCARE.

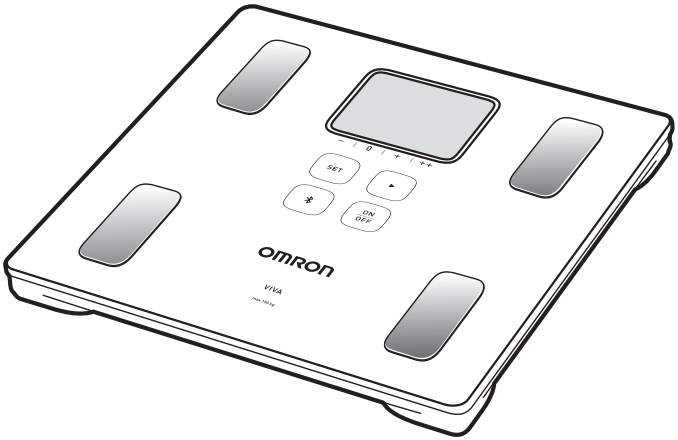
Интерпретация результата индекса массы тела

ИМТ	ИМТ (по данным ВОЗ)
< 18,5	- (недостаточная масса тела)
18,5 – 24,9	0 (нормальное)
25 – 29,9	+ (тучность)
≧ 30	++ (ожирение)

Производитель 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. (ОМРОН ХЭЛСКЭА Ко., Лтд.) 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN (53, Кунотсубо, Терадо-чо, Муко, КИОТО, 617-0002 ЯПОНИЯ)
Представитель в ЕС **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. (ОМРОН ХЭЛСКЭА ЕВРОПА Б.В.) Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, THE NETHERLANDS (Скорпиус 33, 2132 ЛР Хуфддорп, НИДЕРЛАНДЫ) www.omron-healthcare.com
Производственное подразделение	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. (Крелл Пресижн (Янгчжоу) Ко., Лтд) No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, China (№ 28, Синьянг Роуд, Экономик Девелопмент Зоун, Янгчжоу, Джиангсу 225009, Китай)
Филиалы	OMRON HEALTHCARE UK LTD. (ОМРОН ХЭЛСКЭА ЮК ЛТД.) Импортер в Великобританию и лицо, ответственное за работу с Великобританией Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK (Опал Драйв, Фокс Милн, Милтон Кейнс, МК15 0ДЖ, ВЕЛИКОБРИТАНИЯ) www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH (ОМРОН МЕДИЗИНТЕКНИК ХАНДЕЛЬСГЕЗЕЛЬШАФТ мбХ) www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS (ОМРОН САНТЭ ФРАНС САС) www.omron-healthcare.com/distributors
Уполномоченный представитель производителя, эксклюзивный дистрибьютор и импортер медицинской техники OMRON на территории Российской Федерации	АО «КомплектСервис» 125413, г. Москва, ул. Солнечногорская, д. 4, стр. 10, мансарда www.csmedica.ru Бесплатная горячая линия: 8-800-555-00-80

Сделано в Китае

OMRON



جهاز مراقبة تركيبة الجسم

فيفا (HBF-222T-EBK)

EN
DE
FR
ES
IT
NL
RU
TR
AR

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d’emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

نشكرك لشرائك جهاز مراقبة تركيبة الجسم من OMRON.
قبل استخدام هذا الجهاز، يرجى الحرص على قراءة دليل الإرشادات الذي بين يديك بعناية لاستيعاب طريقة الاستخدام السليم والآمن.
يرجى الحرص على الحفاظ على دليل الإرشادات الذي بين يديك للرجوع إليه في المستقبل.

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

All for Healthcare

VIVA
جهاز مراقبة تركيبة الجسم

دواعي الاستخدام

نشكرك لشرائك جهاز مراقبة تركيبة الجسم من OMRON. إن هذا الجهاز مصمم لقياس العوامل التالية التي تحدد تركيبة الجسم.

- وزن الجسم
- الدهون الحشوية (ما يصل إلى ٣٠ مستوى)
- الأيض وقت الراحة (بالسعر الحراري)
- نسبة الدهون في الجسم (بالنسبة المئوية)
- العضلات الهيكلية (بالنسبة المئوية)
- BMI (مؤشر كتلة الجسم)

إن هذا الجهاز مصمم بما يتيح تشغيله من جانب الكبار الذين يستطيعون استيعاب المعلومات الواردة بدليل الإرشادات الذي بين يديك. إن هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام المهني في المستشفيات أو في المرافق الطبية الأخرى، بل يقتصر استعماله على الاستخدام المنزلي.

يرجى قراءة دليل الإرشادات هذا بعناية قبل الاستخدام وللاطلاع على مزيد من المعلومات حول الوظائف الفردية.

المحتويات

قبل استخدام الجهاز..... ٢
ملاحظات حول السلامة..... ٢
١. تعرف على الجهاز..... ٤
٢. تركيب البطاريات واستبدالها..... ٥
٣. إقران الجهاز بجهاز ذكي لديك..... ٦
٤. تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ..... ٧
٥. تسجيل البيانات الشخصية..... ٨

إرشادات التشغيل..... ٩
٦. كيفية إجراء قياس دقيق..... ٩
٦-١ أوضاع الجسم الصحيحة الواجب الالتزام بها أثناء القياس..... ٩
٦-٢ معلومات عن وظيفة التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" (تنبيه خاص بطريقة التخزين)..... ١٠
٦-٣ كيفية إجراء تصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction"..... ١٠
٧. أخذ القياس..... ١٠

استخدام وظيفة الذاكرة..... ١٢
٨. عرض نتائج القياس على جهاز ذكي لديك..... ١٢

إذا استدعى الأمر..... ١٣
٩. تحديد رقم الشخص الخاص بك وإجراء القياس..... ١٣
١٠. استخدام وضع الضيف (الوضع الخاص بعدم التسجيل)..... ١٤
١١. قياس الوزن فقط..... ١٥
١٢. تغيير أو حذف البيانات الشخصية..... ١٦
١٣. حذف إعدادات الاتصال..... ١٧
١٤. الصيانة والتخزين..... ١٧
١٥. تحري الأخطاء وإصلاحها..... ١٨
١٦. البيانات الفنية..... ٢١

معلومات حول تركيبة الجسم..... ٢٤
١٧. معلومات حول مكونات الجسم..... ٢٤
١٨. الأشكال التوضيحية الخاصة بتفسير نتائج القياس..... ٢٦

AR

ملاحظات حول السلامة

تظهر الرموز والتعريفات على النحو التالي:

⚠ خطر:	قد يتسبب الاستخدام غير الصحيح في مخاطر تؤدي إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠ تحذير:	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠ تنبيه:	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث إصابات أو إتلاف الممتلكات.

⚠ خطر:

- لا تقم أبدًا باستخدام هذا الجهاز جنبًا إلى جنب مع الأجهزة الإلكترونية الطبية مثل:

(١) الأجهزة الإلكترونية الطبية المزروعة، مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب.
(٢) الأجهزة الإلكترونية لدعم الحياة، مثل القلب/الرئة الصناعية.
(٣) الأجهزة الإلكترونية الطبية المحمولة، مثل جهاز رسم القلب.



قد يتسبب هذا الجهاز في حدوث قصور في أداء تلك الأجهزة، مما يؤدي إلى مخاطر صحية كبيرة لمستخدمي تلك الأجهزة.

⚠ تحذير:

- احتفظ بالجهاز بعيدًا عن متناول الأطفال. يحتوي على قطع صغيرة قد تسبب خطر الاختناق إذا ما تم ابتلاعها بواسطة الأطفال الصغار.
- تجنب استخدام هذا الجهاز على الأسطح الزلقة، مثل الأرضية المبللة.
- اثبت على الجهاز وتجنب القفز عليه، أو الوثب المتكرر فوقه.
- تجنب استخدام هذا الجهاز عندما يكون جسمك و/أو قدماك مبللتين، كما هو الحال بعد الاستحمام.
- قف على الجهاز حافي القدمين. فالوقوف على الجهاز مرتديًا جوارب قد يتسبب في انزلاقك وتعرضك للإصابة الجسدية.
- لا تقف على حافة الجهاز أو على منطقة الشاشة الموجودة بالجهاز.
- يجب دومًا مساعدة الأشخاص المعاقين أو ذوي البنى الضعيفة بواسطة شخص آخر عند استخدام هذا الجهاز.
- في حالة وصول سائل البطارية إلى داخل عينيك، اغسلهما على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف. بادر باستشارة الطبيب على الفور.
- تجنب استخدام هذا المنتج في المستشفيات، أو الطائرات، أو البيئات الأخرى حيث يتم فرض قيود على استخدام موجات الراديو.
- تنبعث من هذا المنتج موجات راديو ذات تردد (RF) في نطاق ٢,٤ جيجا هرتز. تجنب استخدام هذا المنتج في حال التواجد في أماكن تفرض قيودًا تتعلق بتردد موجات الراديو، مثل التواجد على متن طائرة أو في المستشفيات.

⚠ تنبيه:

- لا تقم بفك الجهاز أو إصلاحه أو تعديله.
- لا تبدأ في إنقاص الوزن أو في برنامج للتمارين الرياضية دون استشارة طبيب أو متخصص في الرعاية الصحية أولاً. فقد يتسبب التشخيص الذاتي في الإضرار بصحتك.
- تأكد من عدم وجود أي هاتف محمول أو أي أجهزة كهربائية أخرى تنبعث منها مجالات كهرومغناطيسية في نطاق ٣٠ سم من هذا الجهاز أثناء القياس. فقد يتسبب ذلك في سوء تشغيل الجهاز و/أو يؤدي إلى ظهور قراءة غير دقيقة.
- استخدم البطاريات المخصصة لهذا الجهاز. لا تقم بتركيب البطاريات مع وجود أقطابها في الاتجاه الخطأ.
- استبدل البطاريات القديمة بأخرى جديدة على الفور.
- لا تتخلص من البطاريات بإلقائها في النار.

- في حالة ملامسة سائل البطارية لجلدك أو ملابسك، اغسلها على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف.
- انزع البطاريات من هذا الجهاز في حالة عدم استخدامها لفترة طويلة من الوقت (حوالي ثلاثة أشهر أو أكثر).
- لا تستخدم أنواعًا مختلفة من البطاريات في آن واحد.
- لا تستخدم بطاريات جديدة مع أخرى قديمة.
- احرص دائمًا على غسل قدميك قبل استخدام الجهاز. وإذا كنت تعاني من عدوى بالقدم أو من مرض جلدي آخر، فقد تتسبب في إصابة الآخرين بالعدوى.
- في حالة استخدام العديد من الأشخاص للجهاز، امسح الجهاز بقطعة من القماش بها منظف معتدل بعد استخدامها. ثم جفف الجهاز.
- لا تستخدم هذا الجهاز لأغراض غير المذكورة في هذا الكتيب.
- وحيث إن هذا الجهاز عبارة عن جهاز بالغ الدقة، فلا تقم بإسقاطه أو هزه أو تعريضه لصدمة قوية.

نقل البيانات

- تجنب استبدال البطارية أثناء نقل نتيجة القياس الخاصة بك إلى جهاز ذكي لديك. فقد ينتج عن ذلك سوء تشغيل جهاز المراقبة وفشل نقل نتيجة القياس الخاصة بك.
- تجنب وضع بطاقات الدائرة المتكاملة، أو مواد مغناطيسية، أو أجسام معدنية، أو أجهزة أخرى تبعث منها مجالات كهرومغناطيسية بالقرب من جهاز المراقبة أثناء نقل نتيجة القياس الخاصة بك إلى جهاز ذكي لديك. فقد ينتج عن ذلك سوء تشغيل الجهاز وفشل نقل نتيجة القياس الخاصة بك.

القياسات غير الصحيحة

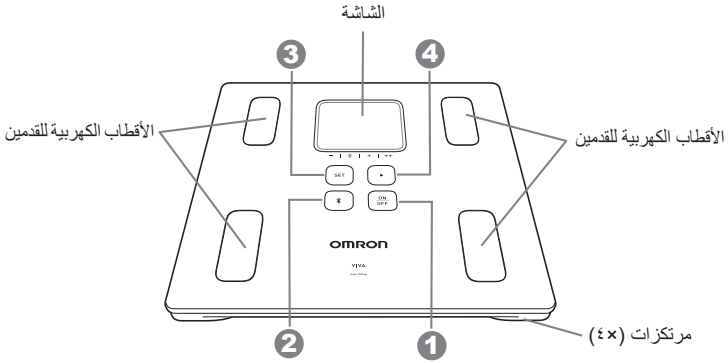
قد يحصل المستخدمون التالي ذكرهم على قياسات غير صحيحة:
كبار السن (فوق ٨١ عامًا) / الأشخاص المصابون بالحمى / الأشخاص الذين يمارسون رياضة بناء الجسم أو الرياضيون المدربون بدرجة عالية / المرضى الذين تم إجراء عملية تنقية الدم من الشوائب لهم / المرضى المصابون بهشاشة العظام الذين تكون كثافة العظام منخفضة لديهم / الحوامل / المصابون بالأورام.

- ذلك نظرًا لاحتمال اختلاف كمية المواد التي تشتمل عليها تركيبة الجسم مثل الماء عن المعدل المتوسط بدرجة كبيرة.

AR

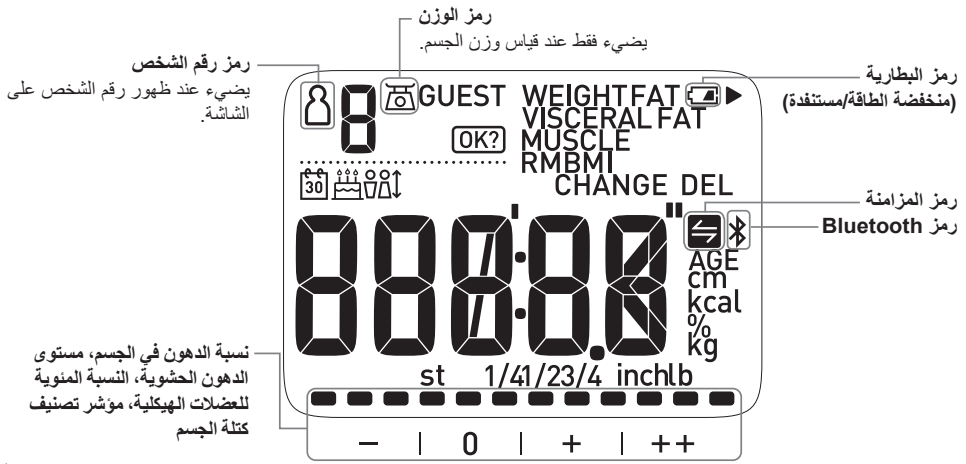
١. تعرف على الجهاز

الوحدة الرئيسية



❶	ON/OFF	**زر ON/OFF (التشغيل/إيقاف التشغيل)** • اضغط على هذا الزر لتشغيل الطاقة. • اضغط على هذا الزر (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.
❷	ᛒ	**زر Bluetooth** • اضغط على هذا الزر لنقل البيانات يدويًا. • اضغط على هذا الزر (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإقران الجهاز بجهاز ذكي لديك. ※ يظل هذا الزر صالحًا للاستخدام أيضًا بعد فصل الطاقة عن الجهاز.
❸	SET	**زر SET (تعيين)** • اضغط على هذا الزر لتعيين البيانات أو تأكيدها.
❹	▶	**زر Advance (الانتقال للخطوة التالية)** • اضغط على هذا الزر للانتقال إلى الخطوة التالية. • اضغط على هذا الزر مع الاستمرار في الضغط للانتقال سريعًا إلى الخطوات التالية أثناء تعيين التاريخ والوقت والطول.

الشاشة

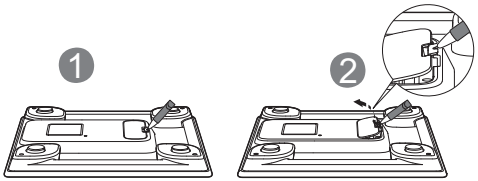


٢. تركيب البطاريات واستبدالها

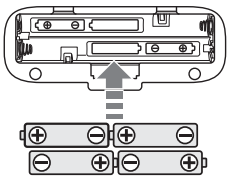
١. افتح غطاء البطارية الموجود في الجزء الخلفي من الجهاز.

يمكن الاستعانة بجسم صلب، كالقلم الجاف مثلاً، لتنفيذ ذلك.





٢. قم بتركيب البطاريات مع مراعاة أن تكون الأقطاب في وضع صحيح كما هو موضح داخل حجيرة البطاريات.



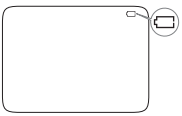
٣. أغلق غطاء البطارية.

عمر البطارية واستبدالها

■ **حوالي ستة أشهر (عند استخدام البطاريات القلوية بحجم AAA في حالة إجراء أربعة قياسات بالإضافة إلى نقل البيانات أربع مرات واستخدام الجهاز من جانب أربعة أشخاص بشكل يومي في درجة حرارة الغرفة التي تبلغ ٢٣ درجة منوية)**

• إن البطاريات المزود بها الجهاز مخصصة للاستخدام التجريبي فقط، لذا فقد تستمر لفترة أقصر.

رمز البطارية المستنفدة



■ **عندما يظهر رمز البطارية المستنفدة على الشاشة، استبدل البطاريات الأربع كلها بأخرى جديدة.**

• استبدل البطاريات الأربع جميعها بأخرى جديدة (من نفس النوع) في وقت واحد.

• عندما يومض رمز انخفاض طاقة البطارية، نوصيك باستبدال البطاريات بأخرى جديدة مقدمًا.

■ **استبدل البطاريات بعد فصل الطاقة.**

• يتم الاحتفاظ البيانات الشخصية المُخزنة بالجهاز حتى وإن تمت إزالة البطاريات.

• يجب التخلص من البطاريات المُستخدمة وفقًا للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.

■ **عند استبدال البطاريات، يجب إعادة تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ. (راجع القسم ٤.)**

• إذا كنت قد قمت بالفعل بإقران الجهاز بتطبيق "OMRON connect"، فاضغط على زر (*) للاتصال بهذا التطبيق، سيتم تلقائيًا بعد ذلك تعيين الوقت والتاريخ.

معلومات عن وظيفة فصل الطاقة

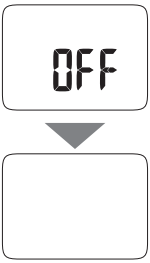
■ **اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.**

■ **سيتم فصل الطاقة تلقائيًا في الحالات التالية.**

• بعد مرور ١٠ ثوان على ظهور "Err" على الشاشة

• عدم استخدام الجهاز لمدة دقيقة واحدة عند ظهور "0.0 kg" على الشاشة

• عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق



AR

٣. إقران الجهاز بجهاز ذكي لديك

١. قم بتشغيل تقنية Bluetooth بجهاز ذكي لديك.

٢. قم بتنزيل وتثبيت تطبيق "OMRON connect" على الجهاز الذكي لديك.

يمكنك اختيار تنفيذ إحدى الطريقتين التاليتين.

■ قم بإجراء مسح ضوئي لرمز الاستجابة السريعة (QR) للوصول إلى العنوان التالي.

omronconnect.com/setup

رمز الاستجابة السريعة

■ ابحث عن تطبيق "OMRON connect" في "App Store" أو "Google Play".

connect
OMRON

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

٣. افتح التطبيق على الجهاز الذكي لديك واتبع إرشادات الإعداد والإقران.

إذا كان لديك بالفعل تطبيق "OMRON connect"، فانتقل إلى:

Add Device<Device<Menu

ملاحظات

- يمكن لجهاز ذكي واحد أن يتعامل مع بيانات مستخدم واحد.
- إذا تم استخدام تطبيق آخر بخلاف "OMRON connect"، فقد يؤدي ذلك إلى عدم نقل البيانات بصورة صحيحة.
- يرجى قراءة طريقة الاستفادة من التطبيق وإرشادات الاستخدام الموجودة بالتطبيق لمعرفة التفاصيل.

٤. تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ

يلزم تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ قبل إجراء القياس للمرة الأولى أو بعد استبدال البطاريات.

- يمكن أيضًا تعيين الوقت والتاريخ من خلال تطبيق "OMRON connect".

١. اضغط على الزر (ON/OFF) لتشغيل الطاقة.

تومض وحدتا القياس "kg وcm" الظاهرتان على الشاشة.

٢. قم بتعيين وحدة القياس.



اضغط على الزر (▶) لتعديل وحدة القياس ثم اضغط على الزر (SET) لتأكيدها.

- إن وحدة القياس الافتراضية هي "kg وcm".
- يمكنك تعيين وحدة القياس لتصبح "lb وinch" أو "st-lb وinch".

٣. قم بتعيين الجهاز على القيم الصحيحة للوقت والتاريخ.



العام

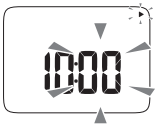


الشهر



اليوم





اضغط على الزر (▶) لتعديل وحدة القياس ثم اضغط على الزر (SET) لتأكيدها.

- نطاق تعيين القيمة التي تمثل العام: ٢٠١٧ إلى ٢٠٤٥.
- يظهر الوقت بصيغة نظام ٢٤ ساعة.
- بينما تقوم بتعيين القيمة التي تمثل العام وكذلك التاريخ والساعة والدقيقة، اضغط على زر (▶) مع الاستمرار في الضغط للانتقال سريعًا إلى القيمة التالية بزيادة مقدارها ١٠.

بعد أن تظهر كافة الإعدادات الخاصة بوحدة القياس والعام والشهر واليوم والساعة والدقيقة على الشاشة بالترتيب الموضح، سيتم فصل الطاقة تلقائيًا.

ملاحظات

- إذا ارتكبت خطأ أثناء تعيين القيم، فاضغط على الزر (ON/OFF) لفصل الطاقة والبدء من "الخطوة ١" مرةً أخرى.
- يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق. ويجب تعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ من جديد.
- لتعديل وحدة القياس أو الوقت أو التاريخ، أزل البطاريات من الجهاز وانتظر لمدة ٢٠ ثانية على الأقل. بعد ذلك أدخل البطاريات وقم بإعادة التعيين مرةً أخرى.

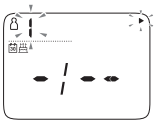
AR

٥. تسجيل البيانات الشخصية

يعتبر تسجيل البيانات الشخصية (تاريخ الميلاد، النوع، الطول) أمرًا ضروريًا لإجراء قياس لتركيبة جسمك. ويمكن تخزين بيانات مسجلة تخص مجموعة يصل عددها إلى أربعة أشخاص.

- يمكن أيضًا تسجيل البيانات الشخصية من خلال تطبيق "OMRON connect".

١. اضغط على الزر ON/OFF لتشغيل الطاقة.



يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١". ويظهر على الشاشة تاريخ الميلاد (- - / - -).

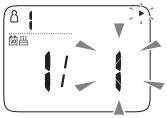
٢. حدد رقم الشخص، وقم بتأكيده.

اضغط على الزر ▶ لتحديد رقم الشخص ثم اضغط على الزر SET لتأكيده.

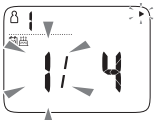
٣. حدد تاريخ الميلاد.



العام



الشهر

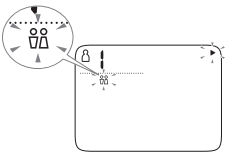


اليوم

اضغط على الزر ▶ لتعيين تاريخ الميلاد ثم اضغط على الزر SET لتأكيده.

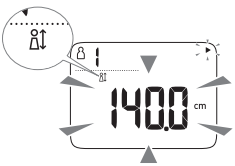
- نطاق تعيين القيمة التي تمثل العام: من ١٩٠٠ حتى ٢٠٤٥
- بينما تقوم بتعيين القيمة التي تمثل العام وكذلك التاريخ، اضغط على زر ▶ مع الاستمرار في الضغط للانتقال سريعًا إلى القيمة التالية بزيادة مقدارها ١٠.

٤. قم بتعيين النوع



اضغط على الزر ▶ لتعيين النوع ♂ (ذكر) أو ♀ (أنثى) ثم اضغط على الزر SET للتأكيد.

٥. قم بتعيين الطول.



اضغط على الزر ▶ لتعديل الطول ثم اضغط على الزر SET لتأكيده.

- اضغط باستمرار للانتقال سريعًا إلى القيمة التالية بزيادة بمقدار ١٠ سم (أو ١ بوصة).
- بعد أن يتم عرض كافة الإعدادات من أجل التأكيد، يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

٦. قف فوق الجهاز لإجراء القياس عندما يظهر على الشاشة "0.0 kg".

يتم تسجيل بيانات وزن الجسم وتركيبة الجسم بالجهاز، وذلك للمساعدة على التعرف التلقائي على المستخدم.
وبعد مرور بعض الوقت، تظهر نتائج القياس على النحو التالي.



٧. ابتعد عن الجهاز بعد ظهور نتائج القياس.

حينئذٍ يكتمل تسجيل البيانات الشخصية.

٨. اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

لإضافة بيانات شخصية جديدة، ابدأ في تنفيذ الخطوات بدءًا من "الخطوة ١".

إرشادات التشغيل

٦. كيفية إجراء قياس دقيق

٦-١ أوضاع الجسم الصحيحة الواجب الالتزام بها أثناء القياس



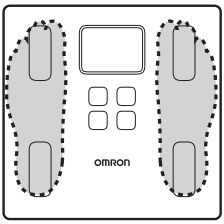
تجنب ثني الركبتين أثناء القياس.

يجب إجراء القياس على أرضية صلبة ومستوية.

ملاحظة

- إن وجود سطح لين على الأرضية، مثل سجاد أو بساط صغير، قد يؤدي إلى الحصول على قياس غير دقيق.

يجب عليك الوقوف على الجهاز حافي القدمين.
ضع باطن قدميك فوق الوحدة الرئيسية بالجهاز.



ملاحظة

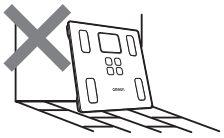
- إن وقوفك على الجهاز مرتديًا جوارب أو أي حذاء أو خف سيؤدي إلى الحصول على قياس غير دقيق.

AR

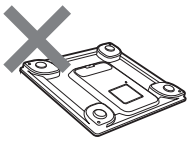
٦-٢ معلومات عن وظيفة التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" (تنبيه خاص بطريقة التخزين)

يعمل الجهاز على تصحيح مستوى الدقة بصفة دورية تلقائيًا أثناء فترة عدم استخدامه.

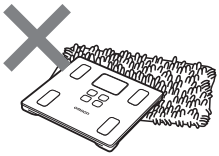
- إذا تم وضع الجهاز بالطريقة الموضحة فيما يلي، فلن تعمل وظيفة تصحيح الدقة المذكورة، ويجب إجراء تصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" قبل إجراء القياس.



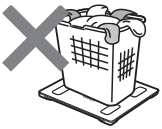
الجهاز يستند على جدار أو أجسام أخرى



الجهاز في وضع مقلوب

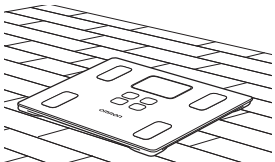


الجهاز موجود فوق جسم آخر



يوجد جسم ما فوق الجهاز

٦-٣ كيفية إجراء تصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction"



١. ضع الجهاز على أرضية صلبة ومستوية.

٢. اضغط على الزر (ON/OFF) لتشغيل الطاقة.

٣. حدد رقم الشخص أو "0".

حدد رقم الشخص الخاص بك أو "0" باستخدام الزر (▶) ثم اضغط على الزر (SET) للتأكيد.

٤. عندما يظهر على الشاشة "0.0 kg"، اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يؤدي ذلك الإجراء إلى اكتمال التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction". انتظر لمدة خمس ثوان، ثم قم بإجراء القياس.

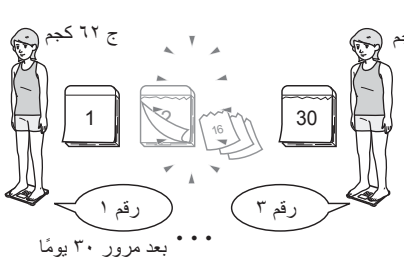
إرشادات التشغيل

٧. أخذ القياس

عندما يقف شخص ما على الجهاز، سيبدأ الجهاز في العمل للتعرف على رقم الشخص تلقائيًا وبدء إجراءات القياس.

قد يظهر على الشاشة رقم خطأ يعبر عن رقم الشخص في الحالات التالية.

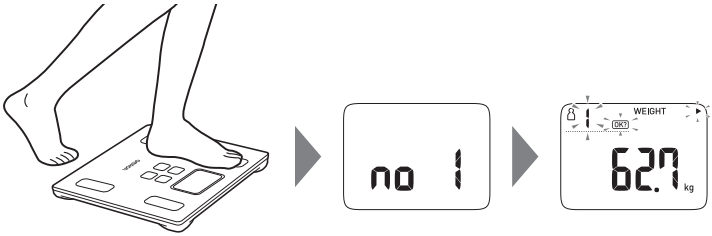
- إجراء قياسات لمستخدمين يتشابهوا في نوع الجسم ووزنه.
- تغير وزن جسمك مقارنةً بآخر مرة تم فيها القياس.



إذا استمر الخطأ في التعرف على المستخدم، فحدد رقم الشخص الخاص بك لإجراء القياس. (راجع القسم ٩).

١. ابدأ بإجراء القياس عندما تكون الطاقة مفصولة عن الجهاز.

عندما تقف فوق الجهاز، سيتم تلقائيًا تشغيل الطاقة.



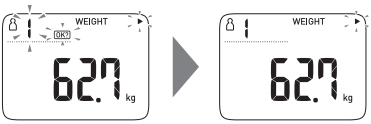
٢. عند ظهور رقم الشخص ونتائج القياس على الشاشة، تكون إجراءات القياس قد اكتملت.

ابتعد عن الجهاز.

٣. قم بتأكيد رقم الشخص الخاص بك.

■ إذا كان رقم الشخص صحيحًا بالنسبة لك...

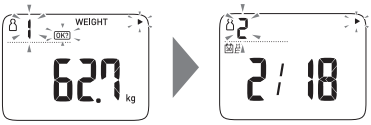
اضغط على زر SET لتأكيد رقم الشخص الخاص بك. OK? تختفي حتى إن فصلت الطاقة عن الجهاز أثناء وميض OK? ، سيتم تسجيل النتائج بالجهاز بما يجعل القيمة المعبرة عن نتيجة القياس مرتبطة برقم الشخص الذي ظهر على الشاشة.



■ إذا كان رقم الشخص غير صحيح بالنسبة لك...

قبل فصل الطاقة عن الجهاز، حدد رقم الشخص الخاص بك باستخدام الزر ▶

ثم اضغط على الزر SET للتأكيد.



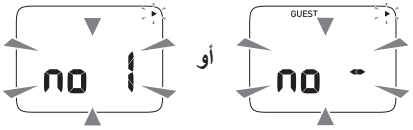
■ إذا قمت بتأكيد رقم الشخص الخطأ...

قبل فصل الطاقة عن الجهاز، اضغط على الزر SET حتى يتسنى لك تحديد رقم الشخص مرةً أخرى.

إذا كان "no 1" حتى "no 4" يومض على الشاشة، أو ظهر على الشاشة GUEST (ضيف)، فذلك يعني عدم تسجيل بياناتك الشخصية بالجهاز.

قم بتسجيل بياناتك الشخصية.

يمكنك أيضًا استخدام وضع Guest الضيف.



AR

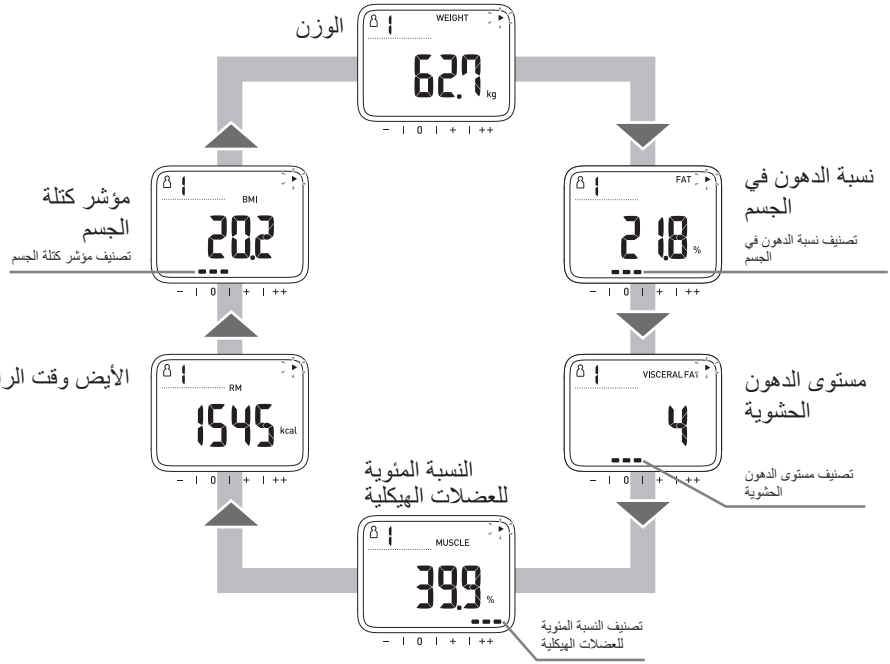
٤. راجع نتائج القياس.

يتناوب عرض النتائج تلقائيًا على النحو الموضح فيما يلي.

وبمجرد تأكيد رقم الشخص الخاص بك، يمكنك التحول إلى نتيجة القياس التي ترغب في عرضها وذلك باستخدام الزر (▶).

ملاحظة

- استعن بنسبة الدهون في الجسم، ومستوى الدهون الحشوية، والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية، ومؤشر تصنيف كتلة الجسم كدليل يبين لك القياسات المطلوبة.
- لاستيعاب نتائج القياس الخاص بك على نحو أفضل، راجع المعلومات والأشكال التوضيحية الواردة في القسمين ١٧ و١٨.



٥. اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

استخدام وظيفة الذاكرة

٨. عرض نتائج القياس على جهاز ذكي لديك

اتبع الإرشادات الموجودة بتطبيق "OMRON connect" لعرض نتائج القياس الخاصة بك.

وبعد ذلك يمكنك تأكيد الاختلاف في وزنك والعوامل المحددة لتركيبة الجسم على الجهاز الذكي لديك.

ملاحظة

- يجب تثبيت تطبيق "OMRON connect" على الجهاز الذكي لديك. (راجع القسم ٣.)

٩. تحديد رقم الشخص الخاص بك وإجراء القياس

إذا لم يتم التعرف عليك من خلال رقم الشخص لمرات متكررة، فيمكنك تحديد رقم الشخص الخاص بك وإجراء القياس على النحو التالي.

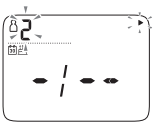


١. اضغط على الزر (ON/OFF) لتشغيل الطاقة.

يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".

٢. حدد رقم الشخص الخاص بك.

حدد رقم الشخص الخاص بك باستخدام الزر (▶).



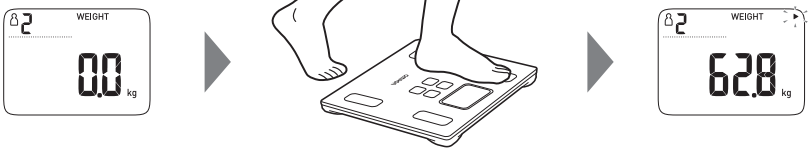
إذا ظهر تاريخ الميلاد (- - / - -) على الشاشة،
فذلك يعني عدم تسجيل بياناتك الشخصية بما يجعلها مرتبطة برقم الشخص الخاص بك.
قم بتسجيل بياناتك الشخصية. (راجع القسم ٥.)

٣. اضغط على زر (SET) لتأكيد رقم الشخص الخاص بك.

يظهر على الشاشة "0.0 kg".

٤. قم بإجراء القياس عند ظهور "0.0 kg" على الشاشة.

قف فوق الجهاز.



٥. راجع نتائج القياس.

يتناوب عرض النتائج تلقائيًا.

٦. اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

AR

١٠. استخدام وضع الضيف (الوضع الخاص بعدم التسجيل)

عند استخدام هذا الوضع، فلن يتم تسجيل نتائج القياس.

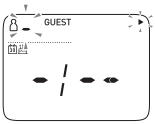
١. اضغط على الزر (ON/OFF) لتشغيل الطاقة.

يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".



٢. حدد "_ 1" وقم بالتأكيد.

حدد "GUEST" باستخدام الزر (▶)، ثم اضغط على الزر (SET) للتأكيد.

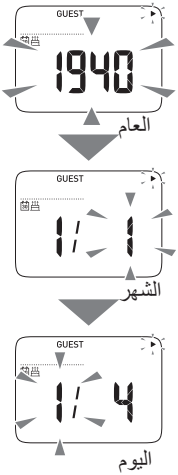


٣. أدخل البيانات الشخصية.

٣-١ قم بتعيين تاريخ الميلاد

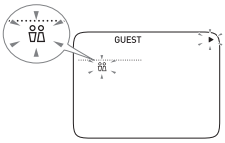
اضغط على الزر (▶) لتعيين تاريخ الميلاد ثم اضغط على الزر (SET) لتأكيده.

- نطاق تعيين القيمة التي تمثل العام: ١٩٠٠ إلى ٢٠٤٥
- بينما تقوم بتعيين القيمة التي تمثل العام وكذلك التاريخ، اضغط على زر (▶) مع الاستمرار في الضغط للانتقال سريعًا إلى القيمة التالية بزيادة مقدارها ١٠.



٣-٢ قم بتعيين النوع

اضغط على الزر (▶) لتعيين النوع (ذكر) أو (أنثى) ثم اضغط على الزر (SET) للتأكيد.



٣-٣ قم بتعيين الطول

اضغط على الزر (▶) لتعيين الطول ثم اضغط على الزر (SET) لتأكيده.

- اضغط باستمرار للانتقال سريعًا إلى القيمة التالية بزيادة بمقدار ١٠ سم (١ بوصة).



بعد أن يتم عرض كافة الإعدادات من أجل التأكيد، يظهر "0.0 kg" على الشاشة.
يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة دقيقة واحدة بعد ظهور "0.0 kg" على الشاشة.

٤. ابدأ القياس عند ظهور "0.0 kg" على الشاشة.

قف فوق الجهاز.



٥. راجع نتائج القياس.

يتناوب عرض النتائج تلقائيًا.

٦. اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

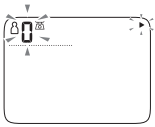
إذا استدعى الأمر

١١. قياس الوزن فقط

عند استخدام هذا الوضع، فلن يتم تسجيل نتائج القياس.

١. اضغط على الزر (ON/OFF) لتشغيل الطاقة.

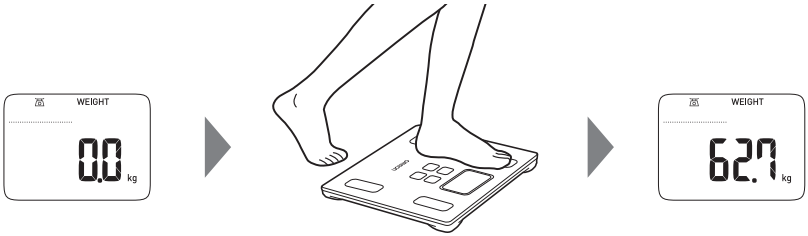
يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".



٢. حدد "1" وقم بالتأكيد.

حدد "1" باستخدام الزر (▶)، ثم اضغط على الزر (SET) للتأكيد.

٣. عند عرض "0.0 kg"، قف على الجهاز.



٤. راجع نتيجة القياس.

يظهر الوزن الخاص بك ويومض للإشارة إلى اكتمال عملية القياس.

٥. اضغط على الزر (ON/OFF) (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.

يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ثلاث دقائق.

AR

١٢. تغيير أو حذف البيانات الشخصية

١. اضغط على الزر ON/OFF لتشغيل الطاقة.

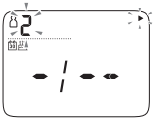
يتم تشغيل الطاقة. يومض رقم الشخص "١".



٢. حدد رقم الشخص الخاص بك

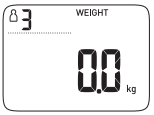
اضغط على زر ▶ لتحديد رقم الشخص الخاص بك.





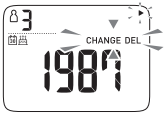
إذا ظهر تاريخ الميلاد (- - : - -) على الشاشة،

فذلك يعني عدم تسجيل بياناتك الشخصية بما يجعلها مرتبطة برقم الشخص الخاص بك.
قم بتسجيل بياناتك الشخصية. (راجع القسم ٥.)



٣. اضغط على زر SET لتأكيد رقم الشخص الخاص بك.

يظهر على الشاشة "0.0 kg".



٤. اضغط على الزر SET.

يومض "CHANGE" و"DEL".

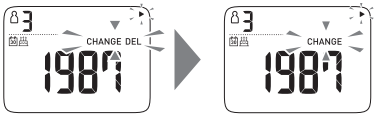
٥. حدد "CHANGE" (تغيير) أو "DELETE" (حذف) البيانات الشخصية

- حتى مع تغيير البيانات الشخصية، لن يتم تغيير نتائج القياس أو حذفها. عند استخدام رقم الشخص الذي استخدمه شخص آخر، احذف البيانات الشخصية، ثم سجلها مرةً أخرى.

تغيير البيانات الشخصية

(لن يتم حذف نتائج القياس)

١. اضغط على الزر ▶ لتحديد "CHANGE".



٢. اضغط على الزر SET

ستومض القيمة التي تمثل العام.



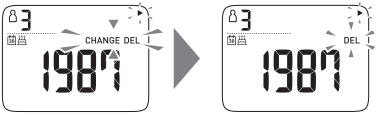
٣. قم بتغيير "تاريخ الميلاد"، و"النوع"، و"الطول" بالرجوع إلى الخطوات ٣ ~ ٥ بالقسم ٥.

- لإيقاف أي تغيير في منتصف مرحلة تنفيذ الإجراءات، اضغط على الزر ON/OFF (لمدة ثانيتين أو أكثر) لفصل الطاقة عن الجهاز.
- لن يتم تغيير نتائج القياس التي لم يتم نقلها.

حذف البيانات الشخصية

(لن يتم حذف نتائج القياس أيضًا)

١. اضغط على الزر ▶ لتحديد "DEL"

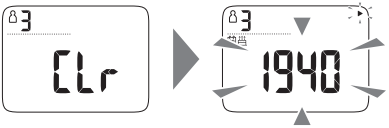


٢. اضغط على الزر SET

OK? يومض.



٣. اضغط على الزر SET مرةً أخرى



١٣. حذف إعدادات الاتصال

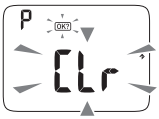
إذا أردت إيقاف استخدام تطبيق "OMRON connect" أو حذف إعدادات الاتصال من على الجهاز الذكي لديك، فيرجى تنفيذ ما يلي. ستؤدي الإجراءات التالية إلى حذف جميع إعدادات الاتصال المسجلة بالجهاز.

١. اضغط على الزر (Bluetooth) مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين.



سيومض "P" وكذلك رمز تقنية Bluetooth.

٢. اضغط على الزر (Bluetooth) مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين مرةً أخرى.



سيومض " OK? " وكذلك "CLr".

٣. اضغط على الزر (SET) للتأكيد.



يتم فصل الطاقة في حالة عدم استخدام الجهاز لمدة ١٠ ثوان بعد ظهور "CLr" على الشاشة.

١٤. الصيانة والتخزين

كيفية تنظيف الجهاز

- حافظ دومًا على الجهاز نظيفًا قبل الاستخدام.
- امسح الجهاز بقطعة قماش جافة لينة. عند الضرورة، استخدم قطعة قماش عليها ماء أو مادة منظفة واعصرها جيدًا قبل مسح الجهاز، ثم امسح الجهاز بقطعة قماش جافة.
- لا تستخدم البنزين أو المواد المخففّة، أو أي سائل آخر متطاير لتنظيف الجهاز.
- لا تغسل الجهاز بالماء.

الرعاية والتخزين

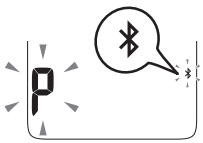
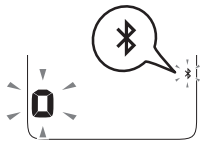
- لا تقم بتخزين الجهاز في الظروف التالية:
- الرطوبة، حيث قد تصل الرطوبة أو الماء إلى داخل الجهاز
- درجات الحرارة المرتفعة أو ضوء الشمس المباشر أو الأماكن الملينة بالأتربة
- الأماكن التي تتعرض لمخاطر الصدمات أو الاهتزازات المفاجئة
- في أماكن تخزين المواد الكيميائية أو حيث توجد غازات مسببة للتآكل.
- لا تقم بإجراء إصلاحات من أي نوع بنفسك. تمت معايرة هذا المنتج عند التصنيع. وإذا تشككت في أي وقت في دقة القياسات، فيرجى الاتصال بالموزع المصرح له من شركة OMRON. وبوجه عام، نوصيك بإجراء فحص للجهاز كل عامين للتأكد من أنه يعمل على النحو الصحيح وبالدقة المطلوبة.

AR

١٥. تحري الأخطاء وإصلاحها

إذا واجهت أي من المشكلات التالية أثناء القياس، فتأكد أولاً من عدم وجود أي جهاز كهربي آخر في نطاق ٣٠ سم من جهاز القياس. وإذا استمرت المشكلة، فراجع الجدول التالي.

شاشة الخطأ	السبب	التصحيح
Err 1	إنك ابتعدت عن الجهاز أثناء قياس تركيبة الجسم.	تجنب الابتعاد عن الجهاز لحين اكتمال قياس تركيبة الجسم. (راجع القسم ٦.)
	باطن قدميك ليس على اتصال جيد بالأقطاب الكهربية.	تأكد من الوقوف على الجهاز بالوضع الصحيح عن طريق تثبيت باطن قدميك على الأقطاب الكهربية عند إجراء القياس. (راجع القسم ٦.)
Err2	وضع الجسم غير مناسب للقياس، فباطن قدميك غير مثبت على الأقطاب الكهربية أو باطن قدميك جاف.	حافظ على استقامة ركبتيك وظهرك أثناء الوقوف. حافظ على قدميك مثبتين على الأقطاب الكهربية وتجنب تحريكهما عند إجراء القياس. (راجع القسم ٦.) بلل باطن قدميك قليلاً بمنشفة رطبة وكرر المحاولة.
Err5	تم استخدام الوحدة أو لمسها بعد تعيين التاريخ والوقت وقبل توقف شاشة العرض عن التشغيل تلقائيًا.	قم بإزالة البطارية وإعادة إدخالها. قم بإعادة تشغيل الجهاز بدءاً من "إقران الوحدة بجهازك الذكي". (راجع القسم ٣.) • عند عرض التاريخ والوقت، يرجى ترك الوحدة دون رقابة حتى يتم إيقاف تشغيل الطاقة تلقائيًا.
	خطأ الجهاز.	قم بإزالة البطارية وإعادة إدخالها. يرجى إعادة تشغيل الجهاز بمجرد إتمام هذه العملية. إذا استمر ظهور هذا الخطأ على الشاشة، فاستشر مندوب خدمة OMRON.
Err6	خطأ في اتصال الجهاز	افصل الطاقة عن الجهاز وحاول إجراء الاتصال مرةً أخرى. إذا ظهر هذا الخطأ على الشاشة مرةً أخرى، فاستشر مندوب خدمة OMRON.
Err	إنك تحركت أثناء إجراء القياس.	قف بثبات أثناء القياس.
	إن وزن جسمك خارج نطاق ما يمكن قياسه.	
Err	خطأ في اتصال الجهاز	قم بالتأكيد عند ظهور الجهاز الذكي لديك على الشاشة، ثم اتبع الإرشادات الموجودة في تطبيق "OMRON connect". راجع "Help" (التعليمات) في تطبيق "OMRON connect".
	طاقة البطاريات منخفضة	نوصيك باستبدال البطاريات بأخرى جديدة مقدمًا. (راجع القسم ٢.)
	البطاريات مستنفدة	استبدل البطاريات. (راجع القسم ٢.)

المشكلة	السبب	التصحيح
 يومض	تم تخزين ٢٤-٢٩ مجموعة من نتائج القياس.	انقل نتائج القياس إلى تطبيق "OMRON connect"، وبعدها سيختفي هذا الرمز.
	تم تخزين ٣٠ مجموعة من نتائج القياس.	إذا تجاوز العدد ٣٠ مجموعة، فسيتم حذف النتائج الأقدم. انقل نتائج القياس إلى تطبيق "OMRON connect"، وبعدها سيختفي هذا الرمز.
	إنك ضغطت على الزر ⟨ᛒ⟩ مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين.	يظهر هذا الرمز عند إقران جهاز القياس بجهاز ذكي لديك. اتبع الإرشادات الموجودة في تطبيق "OMRON connect". اضغط على الزر ⟨ON/OFF⟩ (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإيقاف الإقران.
	إنك ضغطت على الزر ⟨ᛒ⟩.	يظهر هذا الرمز عند نقل البيانات إلى جهاز ذكي لديك. اتبع الإرشادات الموجودة في تطبيق "OMRON connect". اضغط على الزر ⟨ON/OFF⟩ (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإيقاف النقل.
	إنك ضغطت على الزر ⟨ᛒ⟩ مع الاستمرار في الضغط عليه لمدة تزيد عن ثانيتين عندما كان الرمز "P" ورمز تقنية Bluetooth يومضان.	يظهر هذا الرمز عند حذف إعدادات الاتصال. (راجع القسم ١٣.) اضغط على الزر ⟨ON/OFF⟩ (لمدة ثانيتين أو أكثر) لإيقاف الإجراءات.
بالرغم من تشغيل الطاقة لا يظهر شيء على الشاشة. وبالرغم من الوقوف على الجهاز، لا يظهر شيء على الشاشة.	لم يتم تركيب أي بطاريات في الجهاز.	قم بتركيب البطاريات.
	تم تركيب البطاريات مع توجيهها بطريقة خاطئة.	قم بتركيب البطاريات مع توجيهها على النحو الصحيح.
	لقد استُهلكت البطاريات.	استبدل كافة البطاريات الأربع بأخرى جديدة.
بعد استبدال البطاريات، لم يظهر أي شيء على الشاشة عند الوقوف على الجهاز.	إنك لم تقم بتعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ بعد استبدال البطاريات.	قم بتعيين وحدة القياس والوقت والتاريخ. (راجع القسم ٤.)
	إن وزن جسمك منخفض للغاية. (أقل من ١٢ كجم)	حدد رقم الشخص الخاص بك قبل إجراء القياس.
يظهر "- - - - -" على الشاشة في بعض الحالات بدلاً من النتائج.	إن البيانات المسجلة أو القيم المعبرة عن تركيبة الجسم خارج نطاق ما يمكن قياسه.	تأكد من صحة إعدادات بيانات تاريخ الميلاد، والنوع، والطول. واعلم أنه حتى في حال كانت تلك الإعدادات صحيحة، سيظهر "- - - - -" على الشاشة طالما كانت تلك الإعدادات خارج نطاق ما يمكن عرضه على الشاشة أو خارج نطاق العمر المدعوم بالجهاز.

AR

المشكلة	السبب	التصحيح
تزيد نتيجة القياس أو تقل عن النتيجة الفعلية. فتظهر نتائج مختلفة بدرجة كبيرة في كل مرة يتم فيها القياس.	إن وضع جسمك أثناء القياس غير صحيح.	قم بإجراء القياس أثناء اتخاذ الوضع الصحيح للجسم.
	إنك أجريت القياس فوق سجاد أو سطح لين يغطي الأرضية، أو فوق أرضية غير مستوية.	يجب إجراء القياس على أرضية صلبة ومستوية.
	إن جسمك وباطن قدميك باردان، مما يعيق تدفق الدم.	قم بتدفئة جسمك للعودة إلى المعدل الطبيعي من تدفق الدم بجسمك قبل إجراء القياس.
	الأقطاب الكهربية للقدمين باردة جدًا.	اترك الجهاز في غرفة دافئة لبعض الوقت قبل إجراء القياس.
	باطن قدميك جاف.	بلل باطن قدميك قليلاً بمنشفة رطبة قبل إجراء القياس.
	لم يتم إجراء التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction" على النحو الصحيح.	قم بإجراء التصحيح باستخدام القيمة الصفرية "0 kg correction". (راجع القسم ٦-٣.)
لم يتعرف الجهاز عليك بالنحو الصحيح.	تغير وزن جسمك كثيرًا مقارنةً بآخر مرة تم فيها القياس.	حدد رقم الشخص الخاص بك قبل إجراء القياس. (راجع القسم ٩.)
	نوع جسمك يتشابه مع نوع جسم شخص آخر سبق تسجيل بياناته بالجهاز.	
	تم تسجيل نتائج قياس لمستخدم آخر.	
إنك ترغب في قياس تركيبة الجسم، ولكن لم يظهر على الشاشة سوى وزن الجسم فقط.	لم يتم تحديد رقم الشخص أو GUEST. (لم يظهر على الشاشة رقم الشخص أو GUEST).	حدد رقم الشخص الخاص بك أو GUEST قبل إجراء القياس.
لا توجد استجابة عند استخدام زر ما.	إنك ضغطت على الزر أثناء وقوفك على الجهاز.	ابتعد عن الجهاز، ثم اضغط على الزر.
	الزر مبتل أو ملوث.	جفف الزر أو أزل البقعة من عليه قبل إجراء القياس.
	إنك ضغطت على زرين أو أكثر في نفس الوقت.	اضغط على زر واحد في المرة الواحدة.
بالرغم من عدم إجراء أي شيء، يتم فصل الطاقة عن الجهاز.	راجع "معلومات عن وظيفة فصل الطاقة". (راجع القسم ٢.)	
حدث فشل في نقل البيانات	راجع "Help" (التعليمات) في تطبيق "OMRON connect".	

١٦. البيانات الفنية

فئة المنتج	**أجهزة تحليل تركيبة الجسم**	
وصف المنتج	**جهاز مراقبة تركيبة الجسم**	
رمز الطراز	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
ما يتم عرضه على الشاشة*	**وزن الجسم:**	من ٢,٠ إلى ١٥٠ كجم بزيادة بمقدار ٠,١ كجم (من ٤,٤ إلى ٣٣٠,٠ رطلاً بزيادة بمقدار ٠,٢ رطل) (من ٠ ستون و٤,٤ رطل إلى ٢٣ ستون و٨,٠ أرطال بزيادة بمقدار ٠,٢ رطل)
	نسبة الدهون في الجسم:	من ٥,٠ إلى ٦٠,٠٪ بزيادة بمقدار ٠,١٪
	النسبة المئوية للعضلات الهيكلية:	من ٥,٠ إلى ٥٠,٠٪ بزيادة بمقدار ٠,١٪
	مؤشر كتلة الجسم:	من ٧,٠ إلى ٩٠,٠ بزيادة بمقدار ٠,١
	الأيض وقت الراحة:	من ٣٨٥ إلى ٣٩٩٩ سعر حراري بزيادة بمقدار ١ سعر حراري
	مستوى الدهون الحشوية:	٣٠ مستوى بزيادة بمقدار مستوى واحد
	نسبة الدهون في الجسم، والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية، وتصنيف مؤشر كتلة الجسم: – (منخفض) / ٠ (طبيعي) / + (مرتفع) / ++ (مرتفع جدًا) أربعة مستويات	
	تصنيف مستوى الدهون الحشوية: ٠ (طبيعي) / + (مرتفع) / ++ (مرتفع جدًا) ثلاث مستويات * يتراوح نطاق العمر لنسبة الدهون في الجسم وتصنيف نسبة الدهون في الجسم ما بين ١٠ و٨٠ عامًا. * يتراوح نطاق العمر للنسبة المئوية للعضلات الهيكلية وتصنيف النسبة المئوية للعضلات الهيكلية ومستوى الدهون الحشوية وتصنيف مستوى الدهون الحشوية ومعدل الأيض وقت الراحة من ١٨ إلى ٨٠ عامًا.	
بروتوكول النقل	**تقنية ®Bluetooth** منخفض الطاقة	
الاتصال اللاسلكي	**نطاق التردد:**	٢,٤ جيجا هرتز (٢٤٠٠ - ٢٤٨٣ ميجا هرتز)
	التضمين:	GFSK
	القدرة المشعة الفعالة:	<٢٠ ديسيبل ميلي واط
عناصر الإعداد*	يمكن تخزين المعلومات التالية لمجموعة يصل عددها إلى أربعة أشخاص.	
	وحدات القياس	كجم وسم (kg وcm) / رطل وبوصة (lb وinch) / ستون-رطل وبوصة (st-lb وinch)
	تاريخ الميلاد	من ١ يناير ١٩٠٠ إلى ٣١ ديسمبر ٢٠٤٥
	النوع	ذكر / أنثى
	الطول	من ١٠٠,٠ إلى ١٩٩,٥ سم بزيادة بمقدار ٠,٥ سم (من ٣ قدم و٤ بوصة إلى ٦ قدم و٦ ٢/١ بوصة بزيادة بمقدار ٤/١ بوصة)
	* عندما يقل طول الشخص عن ١٠٠,٠ سم أو يزيد عن ١٩٩,٥ سم: لا تُستخدم نتائج القياس الخاصة بمؤشر كتلة الجسم وتركيبة الجسم إلا لمجرد العلم بها.	
دقة الوزن	من ٢,٠ كجم إلى ٤٠,٠ كجم: ± ٠,٤ كجم (من ٤,٤ رطل إلى ٨٨,٢ رطل: ± ٠,٨٨ رطل) (من ٤,٤ رطل إلى ٦ ستون و٤,٢ رطل: ± ٠,٨٨ رطل)	
	من ٤٠,٠ كجم إلى ١٥٠,٠ كجم: ± ١٪ (من ٨٨,٢ رطل إلى ٣٣٠,٠ رطل: ± ١٪) (من ٦ ستون و٤,٢ رطل إلى ٢٣ ستون و٨,٠ رطل: ± ١٪)	

AR

الدقة (S.E.E.)	**نسبة الدهون في الجسم:**	٪٣,٥
	النسبة المئوية للعضلات الهيكلية:	٪٣,٥
	مستوى الدهون الحشوية:	ثلاثة مستويات
فترة عمر المنتج	٥ سنوات	
تصنيف IP	IP21*	
	* تصنيف IP هو درجة الحماية التي توفرها المحتويات وفقًا للمعيار IEC 60529. يتمتع هذا الجهاز بالحماية من الأجسام الغريبة الصلبة ذات القطر ١٢,٥ مم أو أكبر كالأصابع. يتمتع هذا الجهاز بالحماية من قطرات الماء المتساقطة بشكلٍ عمودي والتي قد تسبب في حدوث مشكلات أثناء التشغيل العادي.	
مصدر الطاقة	أربع بطاريات قلوية بحجم AAA (LR03)	
عمر البطارية	حوالي ستة أشهر (عند استخدام البطاريات القلوية بحجم AAA في حالة إجراء أربعة قياسات بالإضافة إلى نقل البيانات أربع مرات واستخدام الجهاز من جانب أربعة أشخاص بشكل يومي في درجة حرارة الغرفة التي تبلغ ٢٣ درجة مئوية)	
درجة الحرارة/ الرطوبة/ضغط الهواء المناسبة التشغيل	من +٥ درجة مئوية حتى +٤٠ درجة مئوية، ورطوبة نسبية من ٣٠٪ حتى ٨٥٪ (دون تكاثف لبخار الماء)، ومن ٨٦٠ هيكتوباسكال إلى ١٠٦٠ هيكتوباسكال	
درجة الحرارة/ الرطوبة/ضغط الهواء المناسبة للنقل والتخزين	من -٢٠ درجة مئوية إلى +٦٠ درجة مئوية، ورطوبة نسبية من ١٠٪ إلى ٩٥٪ (دون تكاثف لبخار الماء)، ومن ٨٦٠ هيكتوباسكال إلى ١٠٦٠ هيكتوباسكال	
الوزن	حوالي ١,٦ كجم (بما في ذلك البطاريات)	
الأبعاد الخارجية	حوالي. ٢٨٥ (عرض) × ٢٨ (ارتفاع) × ٢٨٠ (عمق) بوحدة مم (حوالي ١١ ٥/١ بوصة (عرض) × ١ ١٠/١ بوصة (ارتفاع) × ١١ بوصة (عمق))	
المحتويات	جهاز مراقبة تركيبة الجسم، وأربع بطاريات قلوية بحجم AAA (LR03)، إرشادات الإعداد، ودليل الإرشادات	

ملاحظة

- عرضة للتعديل الفني دون إخطار مسبق.
- يُرجى إبلاغ الشركة المصنعة والسلطة المختصة للبلد العضو الذي تقيم فيه بشأن أي حادث خطير وقع ويتعلق بهذا الجهاز.

CE 0197

يعمل هذا المنتج في نطاق التردد ISM غير المرخص عند ٢,٤ جيجا هرتز. في حالة استخدام هذا المنتج حول أجهزة لاسلكية أخرى بما في ذلك فرن الميكروويف وحول الشبكة المحلية "LAN" اللاسلكية، التي تشغل نفس نطاق التردد لهذا المنتج، فهناك احتمالية حدوث تداخل بين هذا المنتج وأجهزة أخرى. إذا حدث هذا التداخل، فالرجاء إيقاف عمل الأجهزة الأخرى أو نقل هذا المنتج قبل استخدام هذا المنتج أو لا تستخدم هذا المنتج حول الأجهزة اللاسلكية الأخرى.

إن العلامة النصية **Bluetooth®** والشعارات الخاصة بها علامة تجارية مسجلة تابعة لشركة Bluetooth SIG, Inc. وأي استخدام لهذه العلامات بواسطة شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. يتم بموجب ترخيص.

وتقر شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. بموجب هذه الوثيقة بأن جهاز VIVA (HBF-222T-EBK) المنتمي لنوعية الأجهزة الراديوية يتوافق مع التوجيه الأوروبي 2014/53/EU.
إن النص الكامل لبيان المطابقة وفقًا لمتطلبات الاتحاد الأوربي متاح على الموقع الإلكتروني التالي: www.omron-healthcare.com.

إن Apple وشعار Apple علامتان تجاريتان لشركة Apple Inc.، مسجلتان في الولايات المتحدة وغيرها من الدول.
إن App Store علامة خدمة تابعة لشركة Apple Inc.
إن Android وشعار Google Play علامتان تجاريتان لشركة Google Inc.

معلومات هامة بشأن التوافق الكهرومغناطيسي (EMC)

تم تصنيع HBF-222T-EBK من قبل شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd، وهو متوافق مع معيار متطلبات التوافق الكهرومغناطيسي EN60601-1-2:2015 (EMC). يتوافر المزيد من الوثائق طبقاً لمعيار متطلبات التوافق الكهرومغناطيسي (EMC) في شركة OMRON HEALTHCARE EUROPE على العنوان المذكور في هذا الدليل المخصص للإرشادات أو على موقع www.omron-healthcare.com. قُم بالرجوع إلى معلومات التوافق الكهرومغناطيسي (EMC) للحصول على HBF-222T-EBK على الموقع الإلكتروني.

الضمان

يضمن فرع الشركة .OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V هذا المنتج لمدة ثلاث سنوات من تاريخ الشراء.
ولا يشمل الضمان البطارية، و/أو العبوة و/أو أي نوع من أنواع التلف الذي يسببه المستخدم نتيجة سوء الاستعمال (مثل إسقاط المنتج أو سوء التعامل مع المكونات المادية للمنتج). ولن يتم استبدال المنتجات التي تتم المطالبة بحق الضمان لها إلا في حالة إرجاعها مع فاتورة الشراء / إيصال الدفع الأصلي.

التخلص من هذا المنتج بالطريقة الصحيحة

(مخلفات المعدات الكهربية والإلكترونية)



تشير هذه العلامة الموجودة على المنتج أو المطبوعات المرتبطة به إلى وجوب عدم إرفاقه مع المخلفات المنزلية الأخرى عند التخلص منه في نهاية مدة التي يصلح فيها تشغيل المنتج. ولتفادي إحداث الضرر المحتمل بالبيئة أو بصحة الإنسان من جراء التخلص غير المسؤول من النفايات، يرجى فصل هذا المنتج عن غيره من أنواع النفايات وإعادة تدويره بطريقة مسؤولة لتعزيز الطريقة المستدامة لإعادة استخدام مصادر المواد الداخلة في التصنيع.

ويجب على من يستخدم الجهاز منزليًا الاتصال إما بمحل التجزئة الذي اشتروا هذا المنتج منه، أو بالجهة الحكومية المحلية المعنية بالأمر، لمعرفة تفاصيل عن المكان الذي يمكن نقل هذا العنصر إليه والطريقة المناسبة لذلك من أجل تحقيق إعادة تدوير آمنة من الناحية البيئية.

يجب على من يستخدم الجهاز في منشآت تجارية الاتصال بالمورد والرجوع للأحكام والشروط الواردة في عقد الشراء. فلا يجب الجمع بين هذا المنتج وغيره من المخلفات التجارية بغرض التخلص منها.

لا يحتوي هذا المنتج على أي مواد خطرة.
يجب التخلص من البطاريات المُستخدمة وفقًا للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.

وصف للرموز التي يمكن أن تجدها على المنتج نفسه أو على عبوات بيع المنتج أو في دليل الإرشادات، وذلك وفقًا لطراز المنتج.

	الجزء الذي يلامس جسم المستخدم - من نوع BF درجة الحماية من التعرض لصدمة كهربية (نتيجة تيار التسرب)	SN	الرقم التسلسلي
IP XX	درجة الحماية من التسرب الواردة في المعيار IEC 60529		الحد المسموح به لدرجة الحرارة
CE	علامة التوافق مع المتطلبات الأوربية		الحد المسموح به للرطوبة
	رمز معاييرGOST الروسية		الحد المسموح به للضغط الجوي
	رمز التوافق مع لوائح الاتحاد الجمركي الأوراسي	⎓	تيار مستمر
	يشير إلى حاجة المستخدم إلى الرجوع إلى إرشادات الاستخدام		يجب عدم استعمال هذا المنتج للأشخاص الذين لديهم مواد طبية مزروعة بأجسامهم، مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب، أو القلب أو الرئة الصناعية، أو غير ذلك من الأجهزة الإلكترونية لدعم الحياة عدم استعمال هذا المنتج.
MD	جهاز طبي		تاريخ التصنيع

AR

١٧. معلومات حول مكونات الجسم

قاعدة حساب مكونات الجسم

تتمتع دهون الجسم بإمكانية منخفضة لتوصيل الكهرباء

يقوم جهاز VIVA بقياس نسبة الدهون في الجسم باستخدام طريقة المعاوقة الكهربائية الحيوية (BI). تمثل العضلات والأوعية الدموية والعظام أنسجة الجسم ذات المحتوى المائي الكبير الذي يوصل الكهرباء بسهولة. بينما تعتبر دهون الجسم أنسجة ذات إمكانية توصيل منخفضة للكهرباء. يقوم جهاز VIVA بإرسال تيار كهربائي ضعيف جدًا يبلغ ٥٠ كيلو هرتز وأقل من ٥٠٠ ميكرون أمبير خلال الجسم لتحديد حجم الأنسجة الدهنية. لا يشعر المستخدم بهذا التيار الكهربائي الضعيف أثناء تشغيل جهاز VIVA.
لكي يقوم المقياس بتحديد تركيبة الجسم، فإنه يستخدم المعاوقة الكهربائية جنبًا إلى جنب مع المعلومات الخاصة بالطول والوزن والعمر والنوع للحصول على نتائج تستند إلى بيانات OMRON الخاصة بتركيبة الجسم.

أوقات القياس الموصى بها

إن فهم التغييرات الطبيعية في نسبة الدهون بالجسم من شأنه مساعدتك على منع الإصابة بالسمنة أو الحد منها. كما أن معرفة الأوقات التي تتغير فيها نسبة الدهون في الجسم وفقًا لجدولك اليومي من شأنه مساعدتك في الحصول على الحالة الدقيقة للدهون الموجودة في جسمك. ويوصى باستخدام هذا الجهاز في نفس البيئة والظروف اليومية. (انظر المخطط)



تجنب إجراء قياسات في ظل الظروف التالية:

- بعد أداء تمرين قاسٍ مباشرةً، كما هو الحال بعد الاستحمام أو بعد حمام البخار.
- بعد تناول الكحوليات أو كمية كبيرة من الماء، بعد تناول وجبة (ما يقرب من ساعتين).

في حالة إجراء القياس في ظل الظروف البدنية هذه، فقد تختلف مكونات الجسم المحسوبة بشكل كبير عن مكونات الجسم الفعلية نظرًا لتغير المحتوى المائي في الجسم.

ما المقصود بـ BMI (مؤشر كتلة الجسم)؟

يستخدم مؤشر كتلة الجسم المعادلة البسيطة التالية للإشارة إلى النسبة بين وزن شخص وطوله.

مؤشر كتلة الجسم = الوزن (كجم) / الطول (م) / الطول (م)

يستخدم جهاز OMRON VIVA معلومات الطول المخزنة ضمن رقم الشخص الخاص بك أو عند إدخال معلومات في وضع Guest (الضيف) لحساب تصنيف مؤشر كتلة الجسم الخاص بك.
إذا كانت نسبة الدهون التي أظهرها مؤشر كتلة الجسم أعلى من المعيار الدولي، فإن هناك احتمالاً متزايدًا بوجود أمراض شائعة. ومع ذلك، لا يمكن الكشف عن كافة أنواع الدهون بواسطة مؤشر كتلة الجسم.

ما المقصود بنسبة الدهون في الجسم؟

تشير نسبة الدهون في الجسم إلى مقدار كتلة الدهون الموجودة بالجسم بالنظر إلى الوزن الإجمالي للجسم محسوبًا بالنسبة المئوية.

نسبة الدهون في الجسم (٪) = {كتلة الدهون بالجسم (كجم) / وزن الجسم (كجم)} × ١٠٠

إن جهاز VIVA يستخدم طريقة المعاوقة الكهربية الحيوية لتقدير نسبة الدهون في الجسم.
يتم تصنيف الدهون على أنها دهون حشوية أو دهون تحت جلدية وفقًا للمكان الذي تنتشر فيه الدهون في الجسم.

ما المقصود بنسبة الدهون الحشوية؟

الدهون الحشوية هي الدهون المحيطة بالأعضاء الداخلية

يُعتقد وجود صلة كبيرة بين كميات الدهون الحشوية الكبيرة جدًا ومستويات الدهون المتزايدة في مجرى الدم، مما قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض شائعة مثل فرط دهون الدم والسكري، الأمر الذي يضعف قدرة الأنسولين على نقل الطاقة من مجرى الدم واستخدامها في الخلايا. لمنع الإصابة بالأمراض الشائعة أو لتحسين ظروفها، فمن الهام محاولة تقليل مستويات الدهون الحشوية إلى مستوى معقول. يعاني الأشخاص ذوو المستويات المرتفعة من الدهون الحشوية من كبر حجم المعدة. ومع ذلك، فلا يكون الحال كذلك دائمًا كما قد تؤدي مستويات الدهون الحشوية المرتفعة إلى البدانة الأيضية. تمثل البدانة الأيضية (السمنة الحشوية مع وزن طبيعي) مستويات الدهون الأعلى من المتوسط، حتى وإن كان وزن المرء متناسبًا مع طوله أو أقل.



عينة من الدهون الحشوية
(صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

ما المقصود بالدهون تحت الجلدية؟

الدهون تحت الجلدية هي الدهون الموجودة أسفل الجلد

لا تتراكم الدهون تحت الجلدية حول المعدة فقط بل تتراكم أيضًا حول المنطقة العلوية للذراعين وعظام الورك والفخذ، ويمكن أن تسبب تشوهًا في تناسق الجسم. وعلى الرغم من عدم ارتباطها المباشر بالمخاطر المتزايدة للإصابة بالمرض، فيُعتقد أنها تزيد الضغط على القلب إلى جانب مضاعفات أخرى. لا يتم عرض الدهون تحت الجلدية على هذا الجهاز، إلا أنها تكون مضمنة في نسبة الدهون في الجسم.



عينة من الدهون تحت الجلدية
(صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

ما المقصود بالعضلة الهيكلية؟

تنقسم العضلات إلى نوعين؛ عضلات موجودة بالأعضاء الداخلية، مثل القلب، والعضلات الهيكلية المرتبطة بالعظام والتي تستخدم في حركة الجسم. يمكن زيادة حجم العضلات الهيكلية من خلال التمرينات والأنشطة الأخرى. وتعني زيادة نسبة العضلات الهيكلية أن الجسم بإمكانه حرق الطاقة بسهولة أكبر، مما يعني وجود احتمالية أقل لتحولها إلى دهون، الأمر الذي يزيد من سهولة ممارسة الحياة بشكلٍ مفعم بالحيوية.

ما المقصود بمعدل الأيض وقت الراحة؟

بغض النظر عن مستوى النشاط الخاص بك، فمن الضروري اكتساب الحد الأدنى من السعرات الحرارية لدعم وظائف الجسم اليومية. ويشير ما يُعرف بمعدل الأيض وقت الراحة إلى عدد السعرات الحرارية التي تحتاج إلى اكتسابها من الطعام لتوفير الطاقة اللازمة لأداء وظائف الجسم.

AR

١٨. الأشكال التوضيحية الخاصة بتفسير نتائج القياس

تفسير نتيجة نسبة الدهون في الجسم

	العمر	- (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جدًا)
أنثى	١٠	< ١٦,١٪	١٦,١ - ٣٢,٢٪	٣٢,٣ - ٣٥,٢٪	≦ ٣٥,٣٪
	١١	< ١٦,٣٪	١٦,٣ - ٣٣,١٪	٣٣,٢ - ٣٦,٠٪	≦ ٣٦,١٪
	١٢	< ١٦,٤٪	١٦,٤ - ٣٣,٥٪	٣٣,٦ - ٣٦,٣٪	≦ ٣٦,٤٪
	١٣	< ١٦,٤٪	١٦,٤ - ٣٣,٨٪	٣٣,٩ - ٣٦,٥٪	≦ ٣٦,٦٪
	١٤	< ١٦,٣٪	١٦,٣ - ٣٤,٠٪	٣٤,١ - ٣٦,٧٪	≦ ٣٦,٨٪
	١٥	< ١٦,١٪	١٦,١ - ٣٤,٢٪	٣٤,٣ - ٣٦,٩٪	≦ ٣٧,٠٪
	١٦	< ١٥,٨٪	١٥,٨ - ٣٤,٥٪	٣٤,٦ - ٣٧,١٪	≦ ٣٧,٢٪
	١٧	< ١٥,٤٪	١٥,٤ - ٣٤,٧٪	٣٤,٨ - ٣٧,٣٪	≦ ٣٧,٤٪
	١٨ - ٣٩	< ٢١,٠٪	٢١,٠ - ٣٢,٩٪	٣٣,٠ - ٣٨,٩٪	≦ ٣٩,٠٪
	٤٠ - ٥٩	< ٢٣,٠٪	٢٣,٠ - ٣٣,٩٪	٣٤,٠ - ٣٩,٩٪	≦ ٤٠,٠٪
	٦٠ - ٨٠	< ٢٤,٠٪	٢٤,٠ - ٣٥,٩٪	٣٦,٠ - ٤١,٩٪	≦ ٤٢,٠٪
ذكر	١٠	< ١٢,٨٪	١٢,٨ - ٢٧,٩٪	٢٨,٠ - ٣١,٨٪	≦ ٣١,٩٪
	١١	< ١٢,٦٪	١٢,٦ - ٢٨,٥٪	٢٨,٦ - ٣٢,٦٪	≦ ٣٢,٧٪
	١٢	< ١٢,٣٪	١٢,٣ - ٢٨,٢٪	٢٨,٣ - ٣٢,٤٪	≦ ٣٢,٥٪
	١٣	< ١١,٦٪	١١,٦ - ٢٧,٥٪	٢٧,٦ - ٣١,٣٪	≦ ٣١,٤٪
	١٤	< ١١,١٪	١١,١ - ٢٦,٤٪	٢٦,٥ - ٣٠,٠٪	≦ ٣٠,١٪
	١٥	< ١٠,٨٪	١٠,٨ - ٢٥,٤٪	٢٥,٥ - ٢٨,٧٪	≦ ٢٨,٨٪
	١٦	< ١٠,٤٪	١٠,٤ - ٢٤,٧٪	٢٤,٨ - ٢٧,٧٪	≦ ٢٧,٨٪
	١٧	< ١٠,١٪	١٠,١ - ٢٤,٢٪	٢٤,٣ - ٢٦,٨٪	≦ ٢٦,٩٪
	١٨ - ٣٩	< ٨,٠٪	٨,٠ - ١٩,٩٪	٢٠,٠ - ٢٤,٩٪	≦ ٢٥,٠٪
	٤٠ - ٥٩	< ١١,٠٪	١١,٠ - ٢١,٩٪	٢٢,٠ - ٢٧,٩٪	≦ ٢٨,٠٪
	٦٠ - ٨٠	< ١٣,٠٪	١٣,٠ - ٢٤,٩٪	٢٥,٠ - ٢٩,٩٪	≦ ٣٠,٠٪

بحث البروفيسور HD McCarthy وآخرون الوارد في الصحيفة الدولية للسمنة، إصدار رقم ٣٠ لعام ٢٠٠٦، وكذلك البحث الذي أجراه البروفيسور Gallagher وآخرون الوارد في الصحيفة الأمريكية للتغذية الإكلينيكية، إصدار رقم ٧٢ في شهر سبتمبر لعام ٢٠٠٠، وتم تصنيفه إلى أربعة مستويات من جانب شركة OMRON HEALTHCARE.

تفسير نتيجة مستوى الدهون الحشوية

مستوى الدهون الحشوية	تصنيف المستوى
١ - ٩	٠ (طبيعي)
١٠ - ١٤	+ (مرتفع)
١٥ - ٣٠	++ (مرتفع جدًا)

وفقًا لأرقام شركة OMRON HEALTHCARE.

تفسير نتيجة النسبة المئوية للعضلات الهيكلية

	العمر	- (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جدًا)
أنثى	١٨ - ٣٩	٪٢٤,٣ >	٪٣٠,٣ - ٢٤,٣	٪٣٥,٣ - ٣٠,٤	٪٣٥,٤ ≦
	٤٠ - ٥٩	٪٢٤,١ >	٪٣٠,١ - ٢٤,١	٪٣٥,١ - ٣٠,٢	٪٣٥,٢ ≦
	٦٠ - ٨٠	٪٢٣,٩ >	٪٢٩,٩ - ٢٣,٩	٪٣٤,٩ - ٣٠,٠	٪٣٥,٠ ≦
ذكر	١٨ - ٣٩	٪٣٣,٣ >	٪٣٩,٣ - ٣٣,٣	٪٤٤,٠ - ٣٩,٤	٪٤٤,١ ≦
	٤٠ - ٥٩	٪٣٣,١ >	٪٣٩,١ - ٣٣,١	٪٤٣,٨ - ٣٩,٢	٪٤٣,٩ ≦
	٦٠ - ٨٠	٪٣٢,٩ >	٪٣٨,٩ - ٣٢,٩	٪٤٣,٦ - ٣٩,٠	٪٤٣,٧ ≦

وفقًا لأرقام شركة OMRON HEALTHCARE.

تفسير نتيجة مؤشر كتلة الجسم

مؤشر كتلة الجسم	مؤشر كتلة الجسم (التعيين بواسطة منظمة الصحة العالمية)
١٨,٥ >	- (نقصان الوزن)
١٨,٥ - ٢٤,٩	٠ (طبيعي)
٢٥ - ٢٩,٩	+ (زيادة الوزن)
٣٠ ≦	++ (بدانة)

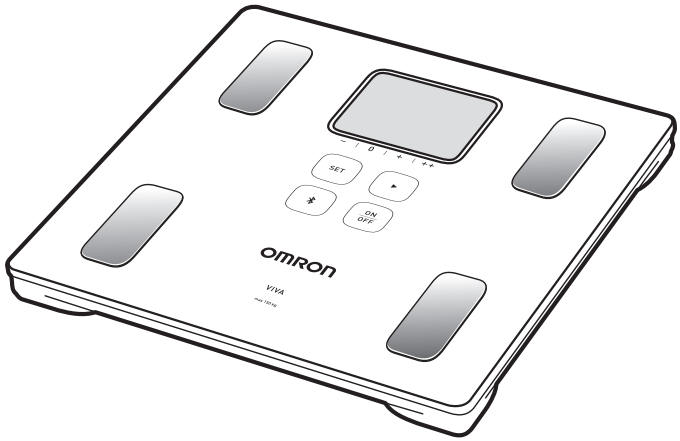
AR

الشركة المُصنعة 	**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.** 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN شركة امرون هيلث كير المحدودة 53, كونوتسوبو, ترادو- شو موكو، كايوتو, 617-0002 اليابان
جهة التمثيل بالاتحاد الأوروبي EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, هولندا www.omron-healthcare.com
المستورد في الاتحاد الأوروبي	
منشأة التصنيع	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, الصين
الشركات التابعة	OMRON HEALTHCARE UK LTD. الجهة المستوردة في المملكة المتحدة والشخص المسؤول في المملكة المتحدة Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

AR

تاريخ الإصدار: 2021-08-27 **صنع في الصين**

OMRON



Kroppssammansättningsmätare

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Användarhandbok

SV

Tack för att du köpt kroppssammansättningsmätaren från OMRON.
Läs bruksanvisningen noggrant innan du använder den här enheten så att du får veta hur man använder den på ett säkert och korrekt sätt.
Spara användarhandboken för framtida behov.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-SV-08-06/2021

21F1343

VIVA
Kroppssammansättningsmätare

Avsedd användning
Tack för att du köpt den här kroppssammansättningsmätaren från OMRON. Den här enheten är avsedd för att mäta och visa nedanstående värden för kroppssammansättning.

- Kroppsvikt
- Visceral fettnivå (upp till 30 nivåer)
- Vilometabolism (i kcal)
- Kroppsfett (i %)
- Skelettmuskulatur (i %)
- BMI (Body Mass Index)

Enheten är avsedd för användning av vuxna som förstår den här användarhandboken. Den är inte avsedd för yrkesmässig användning på sjukhus eller andra medicinska inrättningar, utan endast för privat användning i hemmet.

Läs igenom denna bruksanvisning noga före användning och för att få mer information om de enskilda funktionerna.

Innehåll

Innan du använder enheten 2

Att tänka på när det gäller säkerhet 2
1. Känn din enhet 4
2. Sätta i och byta batterierna 5
3. Para ihop enheten med din smarta enhet 6
4. Ställa in mätenhet, datum och tid 7
5. Registrera personliga data 8

Bruksanvisning 9

6. Så här gör du en korrekt mätning 9
   6.1 Rätt kroppshållning under mätningen 9
   6.2 Om "0 kg-korrigeringen" (försiktighetsåtgärd vid förvaring) 10
   6.3 Så här utförs "0 kg-korrigering" 10
7. Göra en mätning 10

Använda minnesfunktionen 12

8. Visa mätresultaten på din smarta enhet 12

Vid behov 13

9. Välj ditt personliga nummer och gör en mätning 13
10. Guest-läge (läge utan registrering) 14
11. Endast vägning 15
12. Ändra eller radera dina personliga data 16
13. Radera kommunikationsinställningen 17
14. Underhåll och förvaring 17
15. Felsökning 18
16. Tekniska data 21

Information om kroppssammansättning 24

17. Information om kroppssammansättning 24
18. Diagram för tolkning av mätresultat 26

Innan du använder enheten

Att tänka på när det gäller säkerhet

Symboler och definitioner som används:

⚠**Fara!**	Felaktig användning kan orsaka fara som kan leda till dödsfall eller allvarlig kroppsskada.
⚠**Varning!**	Felaktig användning kan eventuellt leda till dödsfall eller allvarlig kroppsskada.
⚠**Var försiktig!**	Felaktig användning kan leda till kroppsskada eller sakskada.

⚠Fara!

• Använd aldrig den här enheten tillsammans med medicinska elektroniska enheter såsom:
(1) Medicintekniska elektroniska implantat, t.ex. pacemakrar.
(2) Elektroniska livsuppehållande system såsom konstgjort hjärta/konstgjord lunga.
(3) Bärbara elektroniska medicinska enheter såsom en EKG-apparat.
Denna enhet kan göra att sådan utrustning inte fungerar som den ska, vilket innebär en avsevärd hälsorisk för den som använder utrustningen.



⚠Varning!

- Förvara enheten utom räckhåll för små barn. Innehåller smådelar som kan utgöra en kvävningsrisk om de sväljs av små barn.
- Använd inte enheten på hala ytor som till exempel ett vått golv.
- Undvik att hoppa upp på enheten, samt att studsa på enheten.
- Använd inte enheten när din kropp och/eller dina fötter är våta, t.ex. när du badat.
- Stå barfota på enheten. Om du har strumpor på fötterna när du står på enheten kan du halka och skada dig.
- Trampa inte på enhetens kant eller bildskärm.
- Personer som är handikappade eller fysiskt svaga bör alltid få hjälp av en annan person när de använder enheten.
- Om du får batterivätska i ögonen ska du omedelbart skölja med rikligt med rent vatten. Kontakta läkare omedelbart.
- Använd inte den här produkten på sjukhus, i flygplan eller i andra miljöer där användningen av radiovågor är förbjuden.
- Denna produkt sänder ut radiofrekvenser (RF) i bandet 2,4 GHz. Använd inte denna produkt på platser där RF är förbjudet, t.ex. i flygplan eller på sjukhus.

⚠Var försiktig!

- Enheten får inte tas isär, repareras eller omarbetas.
- Du bör inte påbörja ett program för viktminskning eller motion utan att först rådgöra med en läkare eller annan specialist inom hälso- och sjukvård. Självdiagnos kan skada din hälsa.
- Under mätning bör du se till att det inte finns någon mobiltelefon eller annan eldriven enhet som avger elektromagnetiska fält inom 30 cm från denna enhet. Det kan leda till att enheten inte fungerar som den ska och/eller att värdena blir felaktiga.
- Använd batterier som anges för enheten. Var noga med att vända batteripolerna åt rätt håll när du sätter i batterierna.
- Byt ut gamla batterier mot nya omedelbart.
- Kasta aldrig batterier i öppen eld.

- Om du får batterivätska på huden eller kläderna ska du omedelbart skölja med rikligt med rent vatten.
- Ta ut batterierna ur enheten om den inte ska användas under en längre tid (cirka tre månader eller mer).
- Använd inte olika typer av batterier samtidigt.
- Använd inte gamla och nya batterier tillsammans.
- Tvätta alltid fötterna innan du använder enheten. Om du lider av en fotinfektion eller någon annan hudsjukdom kan du smitta andra.
- När enheten används av olika personer ska den torkas av med en fuktad duk med milt rengöringsmedel efter användning. Torka den sedan torr.
- Använd inte enheten för något annat syfte än det som beskrivs i denna handbok.
- Detta är ett precisionsinstrument och får inte falla i golvet, skakas eller utsättas för kraftiga stötar.

Dataöverföring

- Byt inte batteri medan ditt mätresultat håller på att överföras till din smarta enhet. Det kan leda till att mätaren inte fungerar som den ska och att mätresultatet inte kan överföras.
- Placera inte integrerade kretskort, magneter, metallföremål eller andra enheter som avger elektromagnetiska fält i närheten av denna mätare medan ditt mätresultat håller på att överföras till din smarta enhet. Det kan leda till att enheten inte fungerar som den ska och att mätresultatet inte kan överföras.

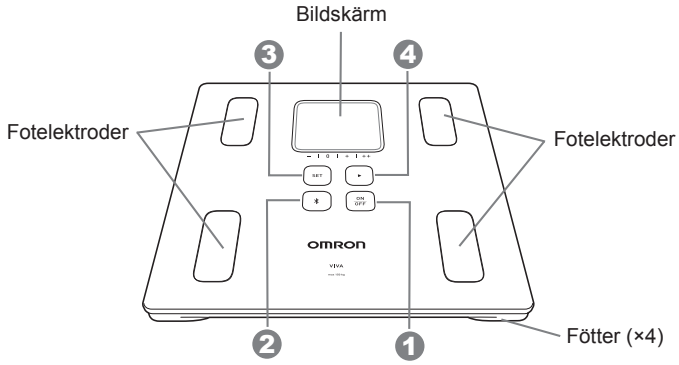
Felaktig mätning

Felaktig mätning kan uppkomma på följande användare:
Äldre personer (över 81 år) / Personer med feber / Kroppsbyggare eller mycket vältränade idrottare / Patienter som genomgår dialys / Patienter med benskörhet som har mycket låg bentäthet / Gravida kvinnor / Personer med svullnader.

- Detta beror på att kroppens sammansättning, t.ex. vattenhalten i kroppen, kan avvika mycket från medelvärdet.

1. Känn din enhet

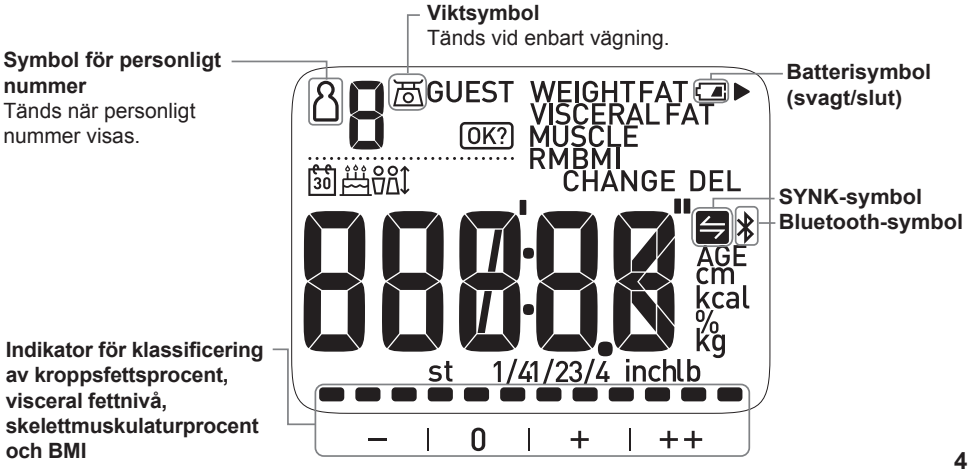
Huvudenhet



1	ON/OFF	**ON/OFF-knapp** • Tryck på den här knappen för att sätta på strömmen. • Tryck på den här knappen (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.
2		**Bluetooth-knapp** • Tryck på den här knappen för att överföra data manuellt. • Tryck på den här knappen (minst 2 sekunder) för att para ihop enheten med din smarta enhet. ※ Den här knappen kan användas även när strömmen är avstängd.
3	SET	**SET-knapp** • Tryck på den här knappen för att ställa in eller bekräfta data.
4	▶	**Framåt-knapp** • Tryck på den här knappen för att gå framåt. • Håll knappen intryckt för att snabbt flytta framåt under inställning av datum, tid och längd.

SV

Bildskärm



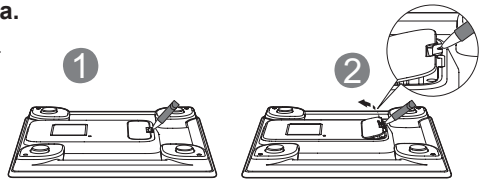
Innan du använder enheten

2. Sätta i och byta batterierna

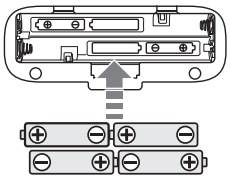
1. Öppna batterilocket på enhetens baksida.

Du kan använda ett hårt föremål, t.ex. en penna.





2. Sätt i batterierna och var noga med att vända dem åt rätt håll enligt markeringen inne i batterifacket.

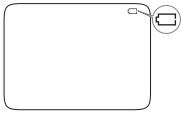


3. Stäng batterilocket.

Batteriernas livslängd och byte

- **Cirka 6 månader (när alkaliska AAA-batterier används för fyra mätningar, fyra dataöverföringar och av fyra personer per dag vid en rumstemperatur på 23 °C)**
  - De medföljande batterierna är endast avsedda för provanvändning och kan ha en kortare livslängd.
- **När indikatorn för tomt batteri visas på skärmen ska samtliga fyra batterier ersättas med nya.**
  - Ersätt alla fyra batterier med nya (av samma typ) samtidigt.
  - När symbolen för svagt batteri blinkar, bör du ersätta batterierna med nya i god tid.

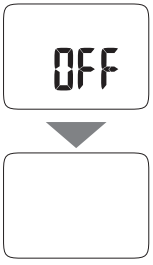
Symbol för tomt batteri



- **Byt batterierna när du stängt av strömmen.**
  - Personliga data som sparats i minnet finns kvar även om batterierna tas bort.
  - Använda batterier ska kasseras enligt de nationella riktlinjerna för kassering av batterier.
- **När du har bytt batterier måste du ställa in mätenhet, datum och tid igen. (Mer information finns i avsnitt 4.)**
  - Om du redan har parat ihop enheten med appen "OMRON connect" så trycker du på knappen (*) för att kommunicera med appen, och då ställs datum och tid in automatiskt.

Om avstängningsfunktionen

- **Tryck på knappen (ON/OFF) (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.**
- **Strömmen stängs av automatiskt under nedanstående förhållanden.**
  - 10 sekunder efter det att "Err" visas.
  - Enheten används inte på 1 minut när "0,0 kg" visas.
  - Enheten används inte på 3 minuter.



3. Para ihop enheten med din smarta enhet

1. **Sätt på Bluetooth på din smarta enhet.**

2. **Hämta och installera appen "OMRON connect" på din smarta enhet.**

Du kan välja en av nedanstående 2 metoder.

■ **Skanna QR-koden för att få tillgång till nedanstående adress.**

omronconnect.com/setup

QR code

■ **Leta upp appen "OMRON connect" i "App Store" eller "Google Play".**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

SV

3. **Öppna appen i din smarta enhet och följ anvisningarna för inställning och parkoppling.**

Om du redan har appen "OMRON connect" går du till:

Menu>Device>Add Device

Obs!

- En smart enhet hanterar data för en användare.
- Om en annan app än "OMRON connect" används kan det hända att data inte överförs på rätt sätt.
- Läs användningsmetoden och bruksanvisningen i appen för utförlig information.

4. Ställa in mätenhet, datum och tid

Du måste ställa in mätenhet, datum och tid innan du mäter för första gången och när du har bytt batterierna.

- Datum och tid kan även ställas in från appen "OMRON connect".

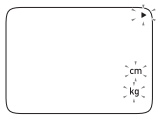
1. Tryck på knappen (ON/OFF) för att sätta på strömmen.

"kg" och "cm" blinkar på skärmen.

2. Ställa in mätenheten.

Tryck på knappen (▶) för att justera och tryck på knappen (SET) för att bekräfta.

- Standardmätenheterna är "kg" och "cm".
- Du kan ställa in mätenheterna på "lb" och "inch" eller "st-lb" och "inch".



3. Ställa in enheten på rätt datum och tid.

Tryck på knappen (▶) för att justera och tryck på knappen (SET) för att bekräfta.

- Ställa in årsområdet: 2017 till 2045.
- Tiden är 24-timmarssystem.
- Under inställningen av år, datum, timme och minut håller du knappen (▶) intryckt för att snabbt gå framåt i steg om 10.



När inställningarna för mätenhet, år, månad, dag, timmar och minuter har visats i nämnd ordning stängs strömmen av automatiskt.

Obs!

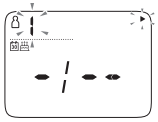
- Om du gör något fel under inställningen trycker du på knappen (ON/OFF) för att stänga av strömmen och startar från "steg 1" igen.
- Strömmen stängs av om enheten inte används på 3 minuter. Ställ in mätenhet, datum och tid igen.
- Om du vill ändra mätenhet, datum eller tid tar du ut batterierna och väntar i minst 20 sekunder. Sätt sedan i batterierna och gör om inställningen.

5. Registrera personliga data

För att mäta kroppssammansättning måste du ange dina personliga data (födelsedatum, kön, längd). Registrerad data kan sparas för upp till 4 personer.

- Personliga data kan även registreras från appen "OMRON connect".

1. Tryck på knappen (ON/OFF) för att sätta på strömmen.



Strömmen sätts på. Det personliga numret "1" blinkar.
Födelsedatum (- / - -) visas.

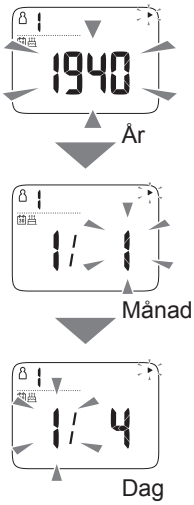
2. Välj och bekräfta ditt personliga nummer.

Tryck på knappen (▶) för att välja ditt personliga nummer och tryck på knappen (SET) för att bekräfta.

3. Ställa in födelsedatum.

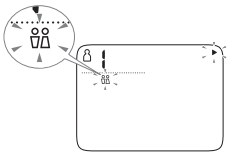
Tryck på knappen (▶) för att ställa in födelsedatumet och tryck på knappen (SET) för att bekräfta.

- Inställningsområde för året:1900 till 2045
- Under inställningen av år och datum håller du knappen (▶) intryckt för att snabbt gå framåt i steg om 10.



4. Ställ in kön

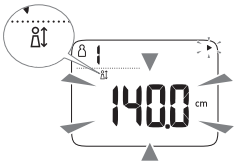
Tryck på knappen (▶) för att ställa in kön – (MAN) eller (KVINNA) – och tryck på knappen (SET) för att bekräfta.



5. Ställa in längd.

Tryck på knappen (▶) för att justera längden och tryck på knappen (SET) för att bekräfta.

- Håll knappen intryckt för att snabbt gå framåt i steg om 10 cm (eller 1 tum).
- När alla inställningar har visats och du har bekräftat dem, visas "0,0 kg" på skärmen.



SV

6. Ställ dig på enheten för att göra en mätning när "0,0 kg" visas.

Data för kroppsvikt och kroppssammansättning registreras i enheten för att stödja automatisk igenkänning.
Efter ett tag visas mätresultaten enligt nedanstående.



7. Stig av enheten när mätresultaten har visats.

Registreringen av personliga data är klar.

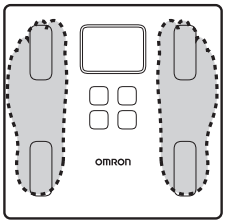
8. Tryck på knappen ON/OFF (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.

För att lägga till nya personliga data börjar du från "steg 1".

6. Så här gör du en korrekt mätning

6.1 Rätt kroppshållning under mätningen

Ställ dig på enheten barfota.
Ställ dig så att fotvalven är mitt på enheten.



Obs!

- Om du ställer dig på enheten med strumpor eller skor på leder det till en felaktig mätning.



Böj inte på knäna under mätning.

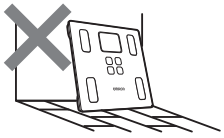
Gör mätningen på ett hårt och plant golv.

Obs!

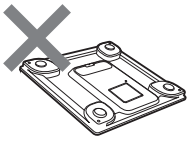
- Ett mjukt underlag, t.ex. en heltäckningsmatta eller matta, kan leda till felaktig mätning.

6.2 Om "0 kg-korrigeringen" (försiktighetsåtgärd vid förvaring)

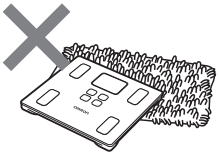
Enheten korrigerar regelbundet och automatiskt noggrannheten när den inte används.
- Om enheten placeras så som visas nedan fungerar inte funktionen för noggrannhetskorrigering, och du bör utföra "0 kg-korrigeringen" innan du mäter.



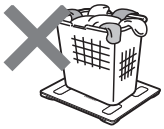
Enheten står lutad mot väggen eller mot andra föremål



Enheten är placerad upp och ned

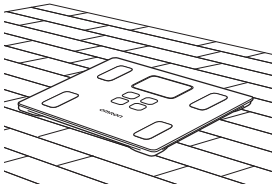


Enheten är placerad på ett föremål



Ett föremål är placerat på enheten

6.3 Så här utförs "0 kg-korrigering"



1. **Ställ enheten på ett hårt, plant golv.**

2. **Tryck på knappen (ON OFF) för att sätta på strömmen.**

3. **Välj ditt personliga nummer eller "0".**

Välj ditt personliga nummer eller "0" med knappen (▶) och tryck sedan på knappen (SET) för att bekräfta.

4. **När "0,0 kg" visas, trycker du på knappen (ON OFF) (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.**

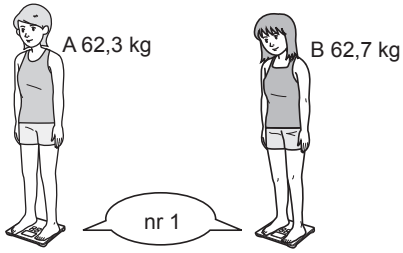
Därmed är "0 kg-korrigeringen" klar. Vänta i 5 sekunder och gör sedan en mätning.

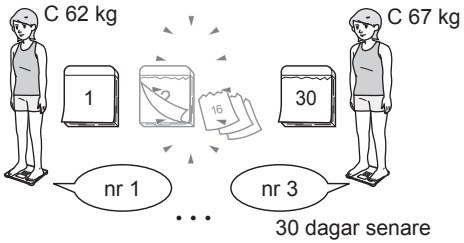
7. Göra en mätning

När en person ställer sig på enheten sätts den på för att känna igen det personliga numret automatiskt och starta mätningen.

Fel personligt nummer kan visas i nedanstående fall.

- Användare med liknande kroppstyp och kroppsvikt mäts.
- Din kroppsvikt har förändrats sedan den senaste mätningen.

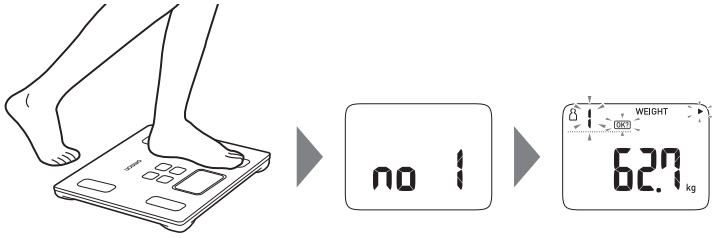




Om felaktig igenkänning fortsätter väljer du ditt personliga nummer för att göra en mätning. (Mer information finns i avsnitt 9.)

1. Göra en mätning när strömmen till enheten är avstängd.

När du ställer dig på enheten sätts strömmen på automatiskt.



2. När det personliga numret och mätresultat visas är mätningen klar.

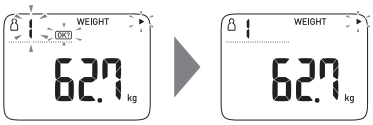
Stig av enheten.

3. Bekräfta ditt personliga nummer.

■ Om ditt personliga nummer är rätt …

Tryck på knappen SET för att bekräfta ditt personliga nummer. OK? försvinner.

Även om du stängt av strömmen medan OK? blinkar, registreras resultaten i enheten som mätvärdet som är kopplat till det personliga numret som visas.



■ Om ditt personliga nummer är fel …

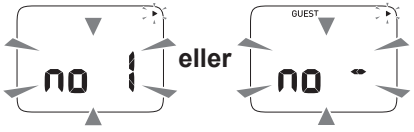
Innan du stänger av strömmen väljer du ditt personliga nummer med knappen ▶ och trycker sedan på knappen SET för att bekräfta.



■ Om du felaktigt bekräftade ditt personliga nummer …

Innan strömmen stängs av trycker du på knappen SET så att du kan välja ditt personliga nummer igen.

Om "no 1" till "no 4" blinkar på skärmen, eller om GUEST visas, har dina personliga data inte registrerats i enheten.
Registrera dina personliga data.
Du kan även använda Guest-läget.



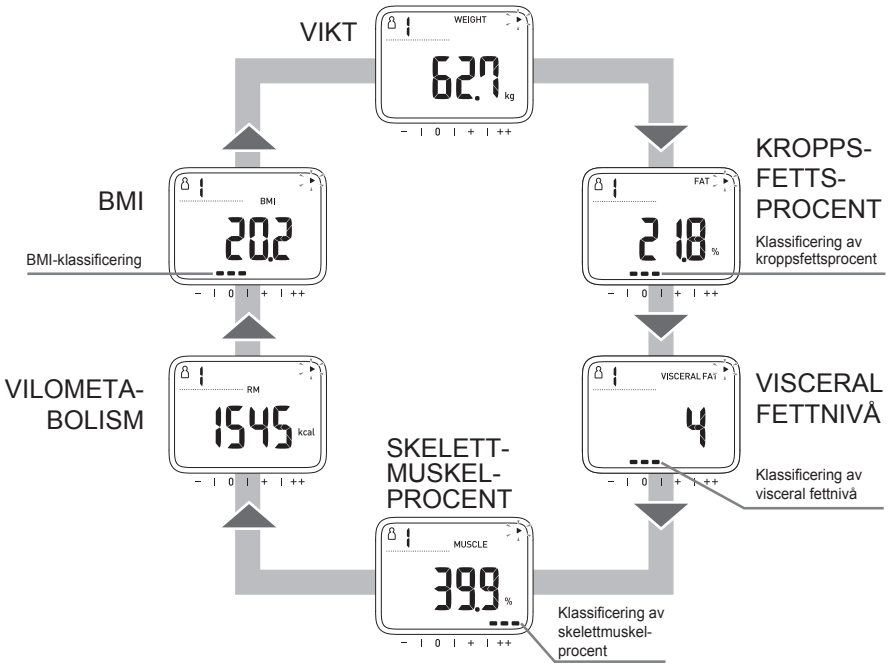
4. Kontrollera mätresultaten.

Resultatvisningen roteras automatiskt så som visas nedan.

När du har bekräftat ditt personliga nummer kan du växla till ett mätresultat som du vill visa med knappen (▶).

Obs!

- Använd indikatorn för klassificering av kroppsfettsprocent, visceral fettnivå, skelettmuskulaturprocent och BMI som en vägledning för mätning.
- För att förstå dina mätresultat bättre kan du gå till informationen och diagrammen i avsnitt 17 och 18.



5. Tryck på knappen (ON OFF) (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.

Strömmen stängs av om enheten inte används på 3 minuter.

Använda minnesfunktionen

8. Visa mätresultaten på din smarta enhet

Följ anvisningarna från appen "OMRON connect" för att visa dina mätresultat.
Sedan kan du bekräfta ändringarna i dina värden för vikt och kroppssammansättning på din smarta enhet.

Obs!

- Appen "OMRON connect" måste vara installerad i din smarta enhet. (Mer information finns i avsnitt 3.)

SV

Vid behov

9. Välj ditt personliga nummer och gör en mätning

Om det händer ofta att ditt personliga nummer inte blir igenkänt, kan du välja ditt personliga nummer och göra mätningen enligt nedanstående steg.

1. **Tryck på knappen (ON/OFF) för att sätta på strömmen.**

Strömmen sätts på. Det personliga numret "1" blinkar.

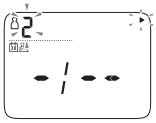


2. **Välj ditt personliga nummer.**

Välj ditt personliga nummer med knappen (▶).

När födelsedatumet (- / - -) visas,
har dina personliga data inte registrerats för ditt personliga nummer.

Registrera dina personliga data. (Mer information finns i avsnitt 5.)

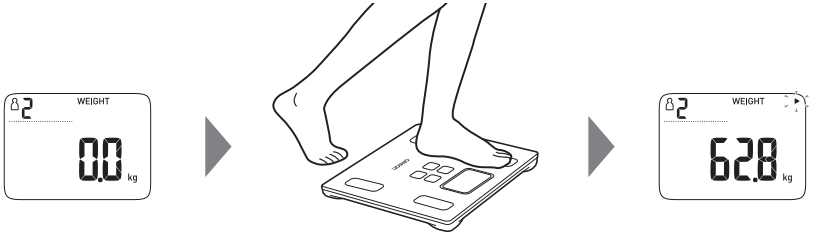


3. **Tryck på knappen (SET) för att bekräfta ditt personliga nummer.**

"0,0 kg" visas.

4. **Gör en mätning när "0,0 kg" visas.**

Ställ dig på enheten.



5. **Kontrollera mätresultaten.**

Resultatvisningen roteras automatiskt.

6. **Tryck på knappen (ON/OFF) (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.**

Strömmen stängs av om enheten inte används på 3 minuter.

Vid behov

10. Guest-läge (läge utan registrering)

När detta läge används registreras inte dina mätresultat.

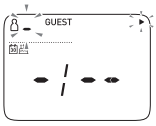
1. Tryck på knappen ON OFF för att sätta på strömmen.

Strömmen sätts på. Det personliga numret "1" blinkar.



2. Välj och bekräfta "👤 –".

Välj "GUEST" med knappen ▶ och tryck sedan på knappen SET för att bekräfta.

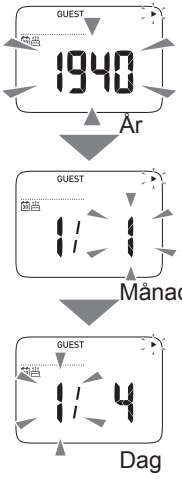


3. Skriv in personliga data.

3.1 Ställ in födelsedatumet

Tryck på knappen ▶ för att ställa in födelsedatumet och tryck på knappen SET för att bekräfta.

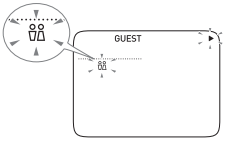
- Ställa in årsområdet: 1900 till 2045
- Under inställningen av år och datum håller du knappen ▶ intryckt för att snabbt gå framåt i steg om 10.



SV

3.2 Ställ in kön

Tryck på knappen ▶ för att ställa in kön –♂ (MAN) eller ♀ (KVINNA) – och tryck på knappen SET för att bekräfta.



3.3 Ställ in längden

Tryck på knappen ▶ för att ställa in längden och tryck på knappen SET för att bekräfta.

- Håll knappen intryckt för att snabbt gå framåt i steg om 10 cm (1 tum).



När alla inställningar har visats och du har bekräftat dem, visas "0,0 kg" på skärmen.

Strömmen stängs av om enheten inte används på 1 minut efter det att "0,0 kg" visas.

4. Starta mätningen när "0,0 kg" visas.

Ställ dig på enheten.



5. Kontrollera mätresultaten.

Resultatvisningen roteras automatiskt.

6. Tryck på knappen (ON OFF) (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.

Strömmen stängs av om enheten inte används på 3 minuter.

Vid behov

11. Endast vägning

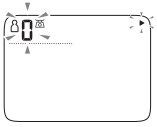
När detta läge används registreras inte ditt mätresultat.

1. Tryck på knappen (ON OFF) för att sätta på strömmen.

Strömmen sätts på. Det personliga numret "1" blinkar.

2. Välj och bekräfta "1".

Välj "1" med knappen (▶) och tryck sedan på knappen (SET) för att bekräfta.



3. Ställ dig på enheten när "0,0 kg" visas på skärmen.



4. Kontrollera mätresultatet.

Din vikt visas och blinkar för att indikera att vägningen är klar.

5. Tryck på knappen (ON OFF) (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.

Strömmen stängs av om enheten inte används på 3 minuter.

Vid behov

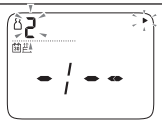
12. Ändra eller radera dina personliga data



1. **Tryck på knappen ON/OFF för att sätta på strömmen.**
Strömmen sätts på. Det personliga numret "1" blinkar.

2. **Välj ditt personliga nummer**
Tryck på knappen ▶ för att välja det personliga numret.

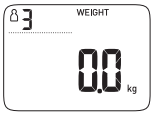




När födelsedatumet (- : - -) visas,

Ditt personliga data är ej registrerad för ditt personliga nummer.

Registrera dina personliga data. (Mer information finns i avsnitt 5.)



3. **Tryck på knappen SET för att bekräfta det personliga numret.**
"0,0 kg" visas.



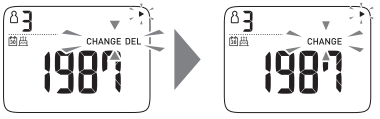
4. **Tryck på knappen SET.**
"CHANGE" (ändra) och "DEL" (radera) blinkar.

5. **Välj "CHANGE" eller "DELETE" för personliga data**

- Även om personliga data ändras, så varken ändras eller raderas mätresultatet. När du använder det personliga numret som har använts av en annan person, raderar du personliga data och registrerar sedan personliga data igen.

Ändra dina personliga data
(Mätresultaten raderas inte)

1. **Tryck på knappen ▶ för att välja "CHANGE"**



2. **Tryck på knappen SET**
Året blinkar.

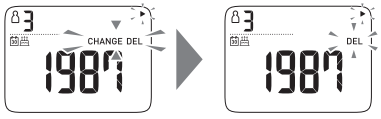


3. **Ändra födelsedatum, kön och längd enligt steg 3–5 i avsnitt 5.**

- För att stoppa en ändring halvvägs trycker du på knappen ON/OFF (minst 2 sekunder) för att stänga av strömmen.
- Det ej överförda mätresultaten ändras inte.

Radera dina personliga data
(Mätresultaten raderas också)

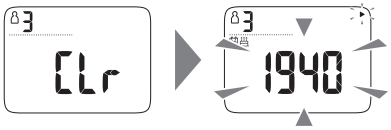
1. **Tryck på knappen ▶ för att välja "DEL"**



2. **Tryck på knappen SET**
OK? blinkar.



3. **Tryck på knappen SET igen**



SV

Vid behov

13. Radera kommunikationsinställningen

Gör så här om du vill stoppa användningen av appen "OMRON connect" eller radera kommunikationsinställningarna från din smarta enhet. Alla kommunikationsinställningar som är registrerade i enheten raderas.

1. Håll knappen (Bluetooth) intryckt längre än 2 sekunder.

" P " och Bluetooth-symbolen blinkar.



2. Håll återigen knappen (Bluetooth) intryckt längre än 2 sekunder.

" OK? " och "CLr" (rensa) blinkar.



3. Tryck på knappen SET för att bekräfta.

Strömmen stängs av om enheten inte används på 10 sekunder efter det att "CLr" visas.



Vid behov

14. Underhåll och förvaring

Så här rengör du enheten

- Se alltid till att enheten är ren innan du använder den.
- Torka av enheten med en mjuk, torr duk. Om det behövs kan du använda en duk fuktad med vatten eller rengöringsmedel och krama ur den väl innan du torkar av enheten. Torka sedan av med en torr duk.
- Enheten får inte rengöras med bensen, thinner eller andra flyktiga vätskor.
- Tvätta inte enheten med vatten.

Skötsel och förvaring

- Förvara inte enheten under följande förhållanden:
  - Fuktighet, då fukt eller vatten kan komma in i enheten
  - Höga temperaturer, direkt solljus eller dammiga platser
  - Platser där det finns risk för plötsliga stötar eller vibrationer
  - På platser där kemikalier förvaras eller det finns frätande gas.
- Utför inte reparationer av något slag på egen hand. Denna produkt kalibreras vid tillverkningen. Om du någon gång ifrågasätter mätningarnas noggrannhet bör du kontakta din auktoriserade OMRON-distributör. I allmänhet rekommenderas att enheten inspekteras vartannat år för att säkerställa korrekt funktion och noggrannhet.

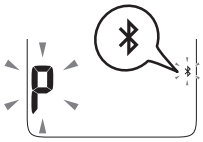
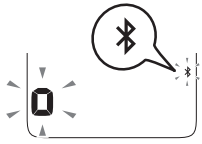
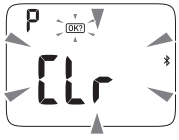
Vid behov

15. Felsökning

Om något av nedanstående problem uppstår under mätning bör du först kontrollera att det inte finns någon annan eldriven enhet inom 30 cm. Om problemet kvarstår, se tabellen nedan.

Felvisning	Orsak	Korrigering
Err 1	Du steg av enheten under en mätning av kroppssammansättning.	Stå kvar på enheten tills mätningen av kroppssammansättning är klar. (Mer information finns i avsnitt 6.)
	Dina fotsulor har inte ordentlig kontakt med elektroderna.	Se till att du står på rätt sätt på enheten genom att placera fotsulorna stadigt på elektroderna när du gör en mätning. (Mer information finns i avsnitt 6.)
Err2	Kroppshållningen för mätning är felaktig, dina fotsulor är inte i stadig kontakt med elektroderna eller dina fotsulor var torra.	Stå med raka knän och rak rygg. Håll fötterna stadigt placerade på elektroderna och rör inte på fötterna medan du gör en mätning. (Mer information finns i avsnitt 6.) Fukta fotsulorna lätt med en våt handduk och försök igen.
Err5	Enheten vidrördes eller användes efter att datum och tid hade ställts in, men innan skärmen stängdes av automatiskt.	Ta bort och sätt sedan tillbaka batteriet. Starta om enheten enligt anvisningarna från och med "Para ihop enheten med din smarta enhet". (Mer information finns i avsnitt 3.) • När datum och tid visas ska du låta enheten vara tills strömmen stängs av automatiskt.
	Enhetsfel.	Ta bort och sätt sedan tillbaka batteriet. När du har gjort detta ska du starta om enheten. Om felet fortsätter visas, rådfråga servicerepresentanten för OMRON.
Err6	Kommunikationsfel.	Stäng av strömmen och pröva att kommunicera igen. Om detta fel visas igen, kontakta servicerepresentanten för OMRON.
Err	Du rörde dig under en mätning.	Stå still under en mätning.
	Din kroppsvikt var utanför det mätbara området.	
	Kommunikationsfel.	Bekräfta skärmen på din smarta enhet och följ anvisningarna i appen "OMRON connect". Se "Help" i appen "OMRON connect".
	Batterierna är svaga.	Vi rekommenderar att du byter batterierna i god tid. (Mer information finns i avsnitt 2.)
	Batterierna är slut.	Byt batterier. (Mer information finns i avsnitt 2.)

SV

Problem	Orsak	Korrigering
 Blinkar	24–29 uppsättningar mätresultat har sparats.	Överför mätresultaten till appen "OMRON connect". Då försvinner symbolen.
	30 uppsättningar mätresultat har sparats.	Om antalet är över 30 raderas de äldsta resultaten. Överför mätresultaten till appen "OMRON connect". Då försvinner symbolen.
	Du höll knappen (ᛒ) intryckt längre än 2 sekunder.	Detta visas när du parar ihop din enhet med din smarta enhet. Följ anvisningarna i appen "OMRON connect". Tryck på knappen (ON/OFF) (minst 2 sekunder) för att stoppa parkopplingen.
	Du tryckte på knappen (ᛒ).	Detta visas när data överförs till din smarta enhet. Följ anvisningarna i appen "OMRON connect". Tryck på knappen (ON/OFF) (minst 2 sekunder) för att stoppa överföringen.
	Du höll knappen (ᛒ) intryckt längre än 2 sekunder när "P" och Bluetooth-symbolen blinkade.	Detta visas när du raderar kommunikationsinställningen. (Mer information finns i avsnitt 13.) Tryck på knappen (ON/OFF) (minst 2 sekunder) för att stoppa åtgärden.
Även om du sätter på strömmen visas ingenting. Även om du ställer dig på enheten visas ingenting.	Inga batterier är isatta.	Sätt i batterier.
	Batterierna är isatta på fel håll.	Sätt i batterierna på rätt håll.
	Batterierna är förbrukade.	Ersätt alla fyra batterierna med nya.
När du har bytt batterierna visas ingenting när du ställer dig på enheten.	Du ställde inte in mätenhet, datum och tid när du hade bytt batterierna.	Ställ in mätenhet, datum och tid. (Mer information finns i avsnitt 4.)
	Vikten är för låg. (Mindre än 12 kg.)	Välj personligt nummer innan du gör en mätning.
"- - - - -" visas för vissa resultat.	Registrerade data eller värden för kroppssammansättning var utanför det mätbara området.	Kontrollera att inställningarna för födelsedatum, kön och längd är korrekta. Även om dessa inställningar är korrekta, visas "- - - - -" om de är utanför det åldersområde som kan visas eller som stöds.

Problem	Orsak	Korrigering
Mätresultatet är högre eller lägre än det verkliga resultatet. Resultaten varierar kraftigt vid varje mätning.	Du har fel kroppshållning under en mätning.	Gör en mätning med rätt kroppshållning.
	Du gör en mätning med en matta eller heltäckningsmatta som underlag, eller ett ojämnt golv.	Gör mätningen på ett hårt och plant golv.
	Dina fotsulor och din kropp är kalla, vilket sätter ned blodcirkulationen.	Värm upp kroppen för att få igång blodcirkulationen till det normala innan du gör en mätning.
	Fotelektroderna är mycket kalla.	Låt enheten stå i ett varmt rum en stund innan du gör en mätning.
	Dina fotsulor är torra.	Fukta fotsulorna lätt med en våt handduk innan du gör en mätning.
	"0 kg-korrigeringen" utfördes inte på rätt sätt.	Utför "0 kg-korrigeringen". (Mer information finns i avsnitt 6.3.)
Du blir inte igenkänd på rätt sätt.	Din kroppsvikt har förändrats kraftigt sedan den senaste mätningen.	Välj personligt nummer innan du gör en mätning. (Mer information finns i avsnitt 9.)
	Du har ungefär samma kroppstyp som en annan registrerad person.	
	Mätresultaten för en annan användare har registrerats.	
Du vill mäta kroppssammansättningen, men bara kroppsvikten visas.	Du har inte valt personligt nummer eller GUEST. (Personligt nummer eller GUEST visas inte.)	Välj personligt nummer eller GUEST innan du gör en mätning.
En knapp svarar inte.	Du tryckte på en knapp medan du stod på enheten.	Stig av enheten och tryck sedan på en knapp.
	Knappen är våt eller smutsig.	Torka av vattnet eller smutsen innan du gör en mätning.
	Du tryckte på två eller fler knappar samtidigt.	Tryck bara på en knapp i taget.
Även om du inte gör någonting stängs strömmen av.	Se "Om avstängningsfunktionen". (Mer information finns i avsnitt 2.)	
Det går inte att skicka data	Se "Help" i appen "OMRON connect".	

Vid behov

16. Tekniska data

Produktkategori	**Kroppssammansättningsanalysatorer**	
Produktbeskrivning	**Kroppssammansättningsmätare**	
Modell (kod)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Bildskärm*	**Kroppsvikt:**	2,0 till 150,0 kg med en stegvis ökning på 0,1 kg (4,4 till 330,0 lb med en stegvis ökning på 0,2 lb) (0 st 4,4 lb till 23 st 8,0 lb med en stegvis ökning på 0,2 lb)
	Kroppsfettsprocent:	5,0 till 60,0 % med en stegvis ökning på 0,1 %
	Skelettmuskelprocent:	5,0 till 50,0 % med en stegvis ökning på 0,1 %
	BMI:	7,0 till 90,0 med en stegvis ökning på 0,1
	Vilometabolism:	385 till 3 999 kcal med en stegvis ökning på 1 kcal
	Visceral fettnivå:	30 nivåer med en stegvis ökning på 1 nivå
	Klassificering av kroppsfettprocent, skelettmuskelprocent och BMI: – (låg) / 0 (normal) / + (hög) / ++ (mycket hög) 4 nivåer	
	Klassificering av visceral fettnivå: 0 (normal) / + (hög) / ++ (mycket hög) 3 nivåer * Åldersområdet för klassificeringen av kroppsfettsprocent och klassificering av kroppsfettsprocent är 10 till 80 år. * Åldersområdet för skelettmuskelprocent, klassificering av skelettmuskelprocent, visceral fettnivå, klassificering av visceral fettnivå och vilometabolism är 18 till 80 år.	
Överföringsprotokoll	**Bluetooth®** lågenergi-teknik	
Trådlös kommunikation	**Frekvensområde:** **Modulering:** **Effektiv utstrålad effekt:**	2,4 GHz (2 400–2 483,5 MHz) GFSK <20 dBm
Inställningsvärden*	Nedanstående information kan sparas för upp till 4 personer.	
	Mätenhet	kg och cm / lb och inch / st-lb och inch
	Födelsedatum	1 januari 1900 till 31 december 2045
	Kön	Man/kvinna
	Längd	100,0 till 199,5 cm med en stegvis ökning på 0,5 cm (3' 4" till 6' 6 1/2" med en stegvis ökning på 1/4")
	* När en persons längd är under 100,0 cm eller över 199,5 cm: BMI och mätresultat för kroppssammansättning är avsedda som referens.	
Viktprecision	2,0 kg till 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb till 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb till 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg till 150,0 kg: ± 1 % (88,2 lb till 330,0 lb: ± 1 %) (6 st 4,2 lb till 23 st 8,0 lb: ± 1 %)	
Noggrannhet (S.E.E.)	**Kroppsfettsprocent:**	3,5 %
	Skelettmuskelprocent:	3,5 %
	Visceral fettnivå:	3 nivåer

Hållbarhetstid	5 år
IP-klassificering	IP 21* * IP-klassificering är den skyddsgrad som kapslingen ger enligt IEC 60529. Denna enhet är skyddad mot solida främmande föremål med en diameter på 12,5 mm och större, t.ex. ett finger. Denna enhet är skyddad mot vertikalt fallande vattendroppar som kan orsaka problem vid normal användning.
Strömförsörjning	4 alkaliska AAA-batterier (LR03)
Batterilivslängd	Cirka 6 månader (När alkaliska AAA-batterier används för fyra mätningar, fyra dataöverföringar och av fyra personer per dag vid en rumstemperatur på 23 °C)
Drifttemperatur/ luftfuktighet/lufttryck	+5 °C till +40 °C, 30 % till 85 % relativ luftfuktighet (utan kondens), 860 hPa–1 060 hPa
Temperatur/ luftfuktighet/lufttryck under förvaring och transport	-20 °C till +60 °C, 10 % till 95 % relativ luftfuktighet (utan kondens), 860 hPa–1 060 hPa
Vikt	Cirka 1,6 kg (inklusive batterier)
Utvändiga mått	Cirka 285 (B) × 28 (H) × 280 (D) mm (Cirka 11 1/5"(B) × 1 1/10"(H) × 11"(D))
Innehåll	Kroppssammansättningsmätare, 4 alkaliska AAA-batterier (LR03), inställningsanvisningar, användarhandbok

Obs!

- Kan undergå teknisk modifiering utan föregående meddelande.
- Rapportera alla allvarliga incidenter som har uppstått i samband med denna enhet till tillverkaren och den behöriga tillsynsmyndigheten i den medlemsstat där du är bosatt.

CE 0197

Denna produkt fungerar i det olicensierade ISM-bandet vid 2,4 GHz. Om denna produkt används i närheten av andra trådlösa enheter, inklusive mikrovågsugn och trådlöst LAN, vilka fungerar på samma frekvensband som denna produkt, finns det en risk för att det ska uppstå interferens mellan denna produkt och andra sådana enheter. Om sådan interferens uppstår ska driften av andra enheter stoppas eller denna produkt ska flyttas innan den används, eller denna produkt ska inte användas i närheten av andra trådlösa enheter.

Bluetooth®-märket och -logotyperna är registrerade varumärken som ägs av Bluetooth SIG, Inc. och all användning av sådana märken av OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. sker under licens.

Härmed intygar OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. att radioutrustningstypen VIVA (HBF-222T-EBK) uppfyller kraven i direktiv 2014/53/EU.
Den fullständiga texten i EU-deklarationen om överensstämmelse finns på följande internetadress: www.omron-healthcare.com.

Apple och Apple-logotypen är varumärken som tillhör Apple Inc., registrerade i USA och andra länder. App Store är ett servicemärke som tillhör Apple Inc.
Android, Google Play-logotypen är varumärken som tillhör Google Inc.

Viktig information om elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)

HBF-222T-EBK som tillverkats av OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. uppfyller kraven i standarden EN60601-1-2:2015 om elektromagnetisk kompatibilitet (EMC). Ytterligare dokumentation i enlighet med denna EMC-standard finns hos OMRON HEALTHCARE EUROPE på den adress som anges i denna bruksanvisning eller på www.omron-healthcare.com. Se EMC-informationen för HBF-222T-EBK på webbplatsen.

Garanti

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garanterar denna produkt i 3 år efter inköpsdatumet. Garantin omfattar inte batteri, förpackning och/eller skador som beror på felaktig användning (t.ex. att tappa enheten eller missbruka den fysiskt) som beror på användaren. Reklamerade produkter ersätts endast när de returneras tillsammans med originalfakturan/kassakvittot.

Korrekt kassering av denna produkt (elektriskt och elektronisk avfall)



Denna markering som visas på produkten eller i dess litteratur anger att den inte får kasseras som hushållsavfall när dess användningstid är slut. För att förhindra möjlig skada på miljön eller människors hälsa på grund av okontrollerad avfallshantering ska denna produkt avskiljas från andra typer av avfall och återvinnas på ett ansvarsfullt sätt för att gynna en hållbar användning av materialresurser.

Privata användare skall antingen kontakta återförsäljaren där produkten har inhandlats, eller den vårdenhet som lämnat ut utrustningen, för att få information om var och hur de kan lämna in produkten för miljösäker återvinning.

Företagsanvändare ska kontakta sin leverantör och kontrollera villkoren i köpekontraktet. Denna produkt ska inte blandas med annat kommersiellt avfall.

Denna produkt innehåller inte några farliga ämnen.
Använda batterier ska kasseras enligt de nationella riktlinjerna för kassering av batterier.

Beskrivning av symboler som, beroende på modell, kan återfinnas på själva produkten, på produktförpackningen eller i användarhandboken.

	Personansluten del – Typ BF Grad av skydd mot elstöt (läckström)	SN	Serienummer
IP XX	Kapslingsklassning enligt IEC 60529		Temperaturgräns
CE	CE-märkning		Luftfuktighetsgräns
	GOST-R-symbol		Gräns för atmosfäriskt tryck
EAC	Symbol för eurasisk överensstämmelse	⎓	Likström
	Användaren bör läsa bruksanvisningen		Denna produkt ska inte användas av personer med medicinska implantat, t.ex. hjärtpacemakrar, konstgjort hjärta, konstgjord lunga eller andra elektroniska livsuppehållande system.
MD	Medicinteknisk produkt		Tillverkningsdatum

17. Information om kroppssammansättning

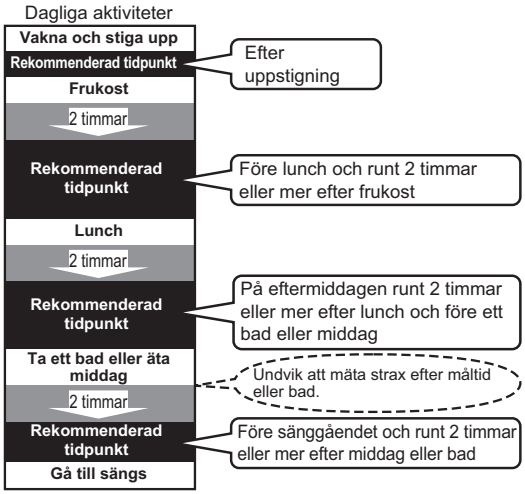
Princip för beräkning av kroppssammansättning

Kroppsfett leder inte elektricitet så lätt

VIVA mäter kroppsfettprocent genom metoden bioelektrisk impedans (BI). Muskler, blodkärl och ben är kroppsvävnader som innehåller mycket vatten, vilket är en bra ledare av elektricitet. Kroppsfett är en vävnad som inte leder elektricitet så lätt. VIVA skickar en extremt svag elektrisk ström på 50 kHz och mindre än 500 μA genom din kropp för att fastställa mängden fettvävnad. Den svaga elektriska strömmen känns inte medan du använder VIVA.
För att kunna bestämma din kroppssammansättning använder enheten den elektriska impedansen tillsammans med information om din längd, vikt, ålder och kön för att ta fram resultat baserat på OMRON:s uppgifter om kroppssammansättning.

Rekommenderade tidpunkter för mätning

Kunskaper om de normala förändringarna i din kroppsfettsprocent kan hjälpa dig att förebygga eller minska fetma. Om du vet vid vilka tidpunkter kroppsfettsprocenten skiftar inom ditt eget dygnsschema får du hjälp att ta fram en exakt trendkurva för ditt kroppsfett. Vi rekommenderar att du använder enheten i samma miljö och under samma dagliga omständigheter. (Se diagram)



Undvik att mäta under följande förhållanden:

- Omedelbart efter kraftig ansträngning, efter bad eller bastubad.
- Efter att ha druckit alkohol eller stora mängder vatten, efter en måltid (cirka 2 timmar).

Om en mätning görs under dessa fysiska förhållanden kan den beräknade kroppssammansättningen skilja sig signifikant från den faktiska eftersom kroppens vatteninnehåll förändras.

Vad är BMI (Body Mass Index)?

BMI använder följande enkla formel för att ange förhållandet mellan en persons vikt och längd.

BMI = vikt (kg)/längd (m)/längd (m)

OMRON VIVA använder den information om din längd som finns sparad under ditt personliga nummer eller när du anger information i Guest-läget för beräkning av din BMI-klassificering.
Om den fettnivå som fastställs genom BMI-talet är högre än den internationella standarden finns det en ökad sannolikhet för vanliga sjukdomar. Alla typer av fett kan dock inte fastställas genom BMI.

Vad är kroppsfettsprocent?

Med kroppsfettsprocent menas hur stor del av den totala kroppsvikten som utgörs av fettmassa uttryckt i procent.

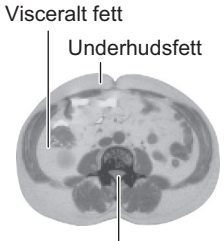
Kroppsfettsprocent (%) = {Kroppsfettsmassa (kg) / Kroppsvikt (kg)} × 100

VIVA använder BI-metoden för att bedöma din kroppsfettsprocent.
Beroende på var i kroppen fettet är fördelat klassificeras det som visceralt fett eller som underhudsfett.

Vad är visceral fettnivå?

Visceralt fett = fett som omger inre organ

För mycket visceralt fett anses ha nära samband med ökade nivåer av fett i blodomloppet, vilket kan leda till vanliga sjukdomar som till exempel hyperlipidemi och diabetes som försämrar insulinets förmåga att överföra energi från blodomloppet och använda det i cellerna. För att förhindra eller förbättra tillståndet för vanliga sjukdomar är det viktigt att försöka minska det viscerala fettet till en acceptabel nivå. Personer med hög nivå visceralt fett tenderar att ha stort midjemått. Så är dock inte alltid fallet och höga viscerala fettnivåer kan leda till ämnesomsättningsfetma. Ämnesomsättningsfetma (visceral fetma med normal vikt) innebär att fettnivåerna är högre än genomsnittet trots att personens vikt ligger på eller under den standard som gäller för längden.

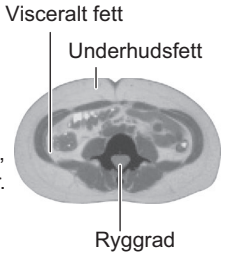


Exempel på visceralt fett (MRT-bild)

Vad är underhudsfett?

Underhudsfett = fett under huden

Underhudsfettet samlas inte enbart runt midjan utan även på överarmarna, höfter och lår, och kan göra att kroppsproportionerna förändras. Även om det inte har direkt samband med ökad sjukdomsrisk, anses det öka belastningen på hjärtat och medföra andra komplikationer. Den här enheten visar inte underhudsfett, men underhudsfettet ingår i kroppsfettsprocenten.



Exempel på underhudsfett (MRT-bild)

Vad är skelettmuskulatur?

Musklerna kan delas in i två typer, nämligen muskler i inre organ som till exempel hjärtat, och skelettmuskler som är fästa i ben som används för att röra kroppen. Skelettmuskulatur kan öka genom motion och annan aktivitet. Om andelen skelettmuskler ökar innebär det att kroppen får lättare att förbränna energi, vilket i sin tur innebär att det är mindre sannolikt att energin lagras som fett och det blir enklare att ha en aktiv livsstil.

Vad är vilometabolism?

Oberoende av din aktivitetsnivå behöver du alltid inta en miniminivå av kalorier för att upprätthålla kroppsfunktionerna. Detta kallas för vilometabolism och anger hur många kalorier du behöver få i dig för att få tillräckligt med energi för att kroppen ska fungera.

Information om kroppssammansättning

18. Diagram för tolkning av mätresultat

Tolka resultatet av kroppsfettsprocenten

	Ålder	- (Låg)	0 (Normal)	+ (Hög)	++ (Mycket hög)
Kvinna	10	< 16,1 %	16,1–32,2 %	32,3–35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3–33,1 %	33,2–36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4–33,5 %	33,6–36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4–33,8 %	33,9–36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3–34,0 %	34,1–36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1–34,2 %	34,3–36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8–34,5 %	34,6–37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4–34,7 %	34,8–37,3 %	≧ 37,4 %
	18–39	< 21,0 %	21,0–32,9 %	33,0–38,9 %	≧ 39,0 %
	40–59	< 23,0 %	23,0–33,9 %	34,0–39,9 %	≧ 40,0 %
	60–80	< 24,0 %	24,0–35,9 %	36,0–41,9 %	≧ 42,0 %
Man	10	< 12,8 %	12,8–27,9 %	28,0–31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6–28,5 %	28,6–32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3–28,2 %	28,3–32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6–27,5 %	27,6–31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1–26,4 %	26,5–30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8–25,4 %	25,5–28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4–24,7 %	24,8–27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1–24,2 %	24,3–26,8 %	≧ 26,9 %
	18–39	< 8,0 %	8,0–19,9 %	20,0–24,9 %	≧ 25,0 %
	40–59	< 11,0 %	11,0–21,9 %	22,0–27,9 %	≧ 28,0 %
	60–80	< 13,0 %	13,0–24,9 %	25,0–29,9 %	≧ 30,0 %

HD McCarthy et al, i International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, och av Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, och klassificerat i fyra nivåer av OMRON HEALTHCARE.

Tolka resultatet av visceral fettnivå

Visceral fettnivå	Nivåklassificering
1–9	0 (Normal)
10–14	+ (Hög)
15–30	++ (Mycket hög)

Enligt siffror från OMRON HEALTHCARE.

Tolkning av resultatet för skelettmuskelprocent

	Ålder	- (Låg)	0 (Normal)	+ (Hög)	++ (Mycket hög)
Kvinna	18–39	< 24,3 %	24,3–30,3 %	30,4–35,3 %	≧ 35,4 %
	40–59	< 24,1 %	24,1–30,1 %	30,2–35,1 %	≧ 35,2 %
	60–80	< 23,9 %	23,9–29,9 %	30,0–34,9 %	≧ 35,0 %
Man	18–39	< 33,3 %	33,3–39,3 %	39,4–44,0 %	≧ 44,1 %
	40–59	< 33,1 %	33,1–39,1 %	39,2–43,8 %	≧ 43,9 %
	60–80	< 32,9 %	32,9–38,9 %	39,0–43,6 %	≧ 43,7 %

Enligt siffror från OMRON HEALTHCARE.

Tolkning av BMI-resultatet

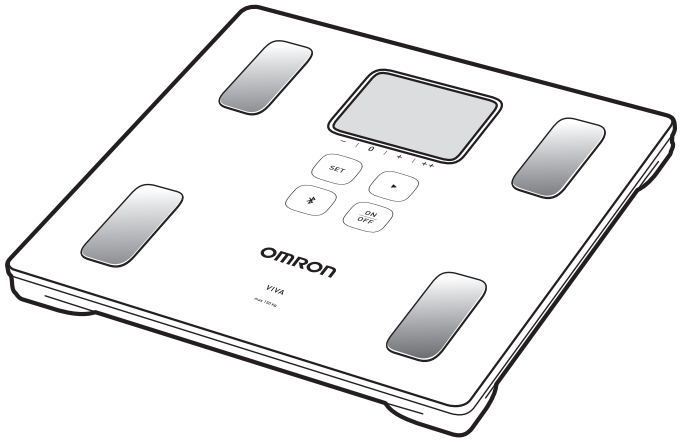
BMI	BMI (beteckning enligt WHO)
< 18,5	- (Underviktig)
18,5–24,9	0 (Normal)
25–29,9	+ (Övervikt)
≧ 30	++ (Överviktig)

Tillverkare 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
EU-representant EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, NEDERLÄNDERNA www.omron-healthcare.com
Importör i EU	
Produktionsenhet	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Kina
Dotterbolag	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importör i Storbritannien och ansvarig person i Storbritannien Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Utgivningsdatum: 2021-08-27

Tillverkad i Kina

OMRON



Váha s analýzou stavby tela

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Návod na obsluhu

SK

Ďakujeme Vám, že ste si kúpili váhu s analýzou stavby tela OMRON.
Pred použitím tejto jednotky si určite pozorne preštudujte tento návod na obsluhu, aby ste rozumeli zásadám bezpečného a správneho použitia.
Tento návod na obsluhu ponechajte na vhodnom mieste, aby ste doň mohli neskôr nahliadnuť.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-SK-08-06/2021

21F1343

VIVA
Váha s analýzou stavby tela

Účel použitia
Ďakujeme Vám, že ste si kúpili túto váhu s analýzou stavby tela OMRON. Táto jednotka slúži na meranie a zobrazovanie nasledujúcich parametrov zloženia tela.

- Telesná hmotnosť
- Množstvo viscerálneho tuku (až 30 úrovní)
- Bazálny metabolizmus (v kcal)
- Podiel tuku v tele (v %)
- Podiel kostrového svalstva (v %)
- BMI (Body Mass Index)

Táto jednotka je určená na prevádzku dospelými, ktorí rozumejú tomuto návodu na obsluhu. Nie je určená na profesionálne použitie v nemocniciach alebo iných lekárskych zariadeniach. Slúži iba na domáce použitie.

Pred prvým použitím váhy si dôkladne prečítajte tento návod na obsluhu a využívajte ho aj naďalej ako zdroj informácií o jednotlivých funkciách.

Obsah

Pred uvedením zariadenia do činnosti 2

Poznámky k bezpečnosti 2
1. Oboznámte sa so zariadením 4
2. Vkladanie a výmena batérií 5
3. Spárovanie zariadenia s vaším inteligentným zariadením 6
4. Nastavenie jednotky merania, dátumu a času 7
5. Registrácia osobných údajov 8

Návod na obsluhu 9

6. Presné merania 9
   6.1 Správne držanie tela počas merania 9
   6.2 „0 kg korekcia" (pozor pri skladovaní uchovávaní) 10
   6.3 Použitie „0 kg korekcie" 10
7. Postup pri meraní 10

Funkcia pamäte 12

8. Prezeranie výsledkov meraní na vašom inteligentnom zariadení 12

V prípade potreby 13

9. Výber svojho osobného čísla a vykonanie merania 13
10. Režim hosťa (režim bez záznamu) 14
11. Samostatné meranie hmotnosti 15
12. Zmena alebo vymazanie vašich osobných údajov 16
13. Vymazanie nastavení komunikácie 17
14. Údržba a uskladnenie 17
15. Riešenie problémov 18
16. Technické parametre 21

Informácie o zložení tela 24

17. Informácie o zložení tela 24
18. Diagramy na interpretáciu výsledkov meraní 26

Pred uvedením zariadenia do činnosti

Poznámky k bezpečnosti

Symboly a definície:

⚠Pozor, nebezpečenstvo!	Nesprávny spôsob použitia môže zapríčiniť vznik nebezpečenstva vážneho zranenia alebo ohrozenia života.
⚠Výstraha!	Nesprávny spôsob použitia môže mať za následok vážne zranenie alebo smrť.
⚠Pozor!	Nesprávny spôsob použitia môže mať za následok zranenie alebo poškodenie majetku.

⚠Pozor, nebezpečenstvo!

• Nikdy toto zariadenie nepoužívajte v kombinácii s nasledujúcimi lekárskymi elektronickými zariadeniami:
(1) S elektronickými implantátmi – napr. kardiostimulátorom,
(2) S elektronickými systémami zabezpečujúcimi životne dôležité funkcie – napr. umelé srdce/pľúca,
(3) S prenosnými elektronickými lekárskymi zariadeniami – napr. elektrokardiografom.
Toto zariadenie by mohlo spôsobiť poruchu ich činnosti, čo by pre osoby, ktoré ich využívajú, znamenalo veľké ohrozenie zdravia.



⚠Výstraha!

- Dbajte na to, aby sa k zariadeniu nedostali malé deti. Obsahuje malé časti, ktoré môžu u detí po prehltnutí viesť k uduseniu.
- Zariadenie neklaďte na šmykľavý podklad, akým je mokrá podlaha.
- Na zariadenie neskáčte a ani na ňom neposkakujte.
- Toto zariadenie nepoužívajte vo chvíli, keď máte telo alebo nohy vlhké, napríklad po kúpeli.
- Na zariadenie sa postavte naboso. Ak sa na prístroj postavíte v ponožkách, môžete sa pošmyknúť a poraniť sa.
- Nestúpajte na okraj ani na časť s displejom prístroja.
- Osobám s postihnutím alebo fyzicky chabou kondíciou je vždy potrebné pri použití tohto zariadenia pomáhať.
- Ak by sa Vám elektrolyt z batérií dostal do očí, ihneď si oči vypláchnite veľkým množstvom čistej vody. Ihneď vyhľadajte lekársku pomoc.
- Nepoužívajte tento produkt v nemocniciach, na letiskách alebo v inom prostredí, kde je obmedzené použitie rádiových vĺn.
- Tento produkt vydáva rádiofrekvenčné (RF) žiarenia v pásme 2,4 GHz. Nepoužívajte tento produkt na miestach s RF obmedzeniami ako napr. lietadlá alebo nemocnice.

⚠Pozor!

- Zariadenie nerozoberajte, neopravujte ani nemeňte.
- Nepokúšajte sa o chudnutie ani nezačínajte s cvičením, kým sa neporadíte so svojím lekárom alebo zdravotníkom. Ak sa budete snažiť určiť si diagnózu sami, môžete poškodiť svoje zdravie.
- Počas merania sa uistite, že sa do 30 cm od tohto zariadenia nenachádza žiadny mobilný telefón ani iné elektrické zariadenia, ktoré vyžarujú elektromagnetické polia. Môže to viesť k chybám pri prevádzke zariadenia a/alebo k nesprávnemu meraniu.
- Používajte batérie určené pre túto jednotku. Batérie nevkladajte s polaritou nezodpovedajúcou naznačenej orientácii.
- Opotrebované batérie nahrádzajte novými bezodkladne.
- Batérie nezahadzujte do ohňa.

- Ak by sa Vám elektrolyt z batérií dostal do očí alebo na pokožku, ihneď si zasiahnuté miesto vypláchnite veľkým množstvom čistej vody.
- Ak zariadenie nemienite dlhší čas (tri mesiace a viac) používať, vyberte z neho batérie.
- Súčasne nepoužívajte rôzne typy batérií.
- Naraz nepoužívajte opotrebované a nové batérie.
- Pred použitím prístroja si vždy umyte chodidlá. Ak trpíte na infekciu chodidiel alebo iné kožné ochorenia, môžete infikovať iné osoby.
- Keď bude prístroj používať viac ľudí, utrite ho po použití vlhkou handričkou namočenou v jemnom čistiacom prípravku. Potom ho utrite dosucha.
- Toto zariadenie nepoužívajte na iné účely než je opísané v tomto návode.
- Nakoľko je toto zariadenie precíznym prístrojom, dbajte na to, aby nespadlo a nebolo vystavené nárazom a vibráciám.

Prenos údajov

- Nevymieňajte batériu počas prenosu výsledkov meraní do vášho inteligentného zariadenia. Môže to viesť k chybám pri prevádzke vášho monitora alebo prenosu výsledku merania.
- Počas prenosu výsledku merania do vášho inteligentného zariadenia neukladajte do blízkosti tohto monitora žiadne karty s integrovanými obvodmi, magnety, kovové predmety ani iné zariadenia vyžarujúce elektromagnetické polia. Môže to viesť k chybám pri prevádzke vášho prístroja alebo prenosu výsledku merania.

Nesprávne meranie

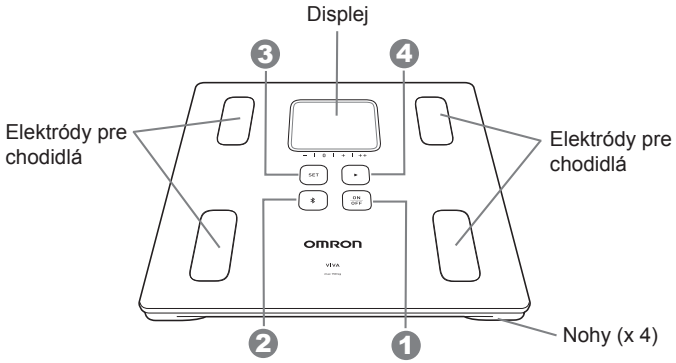
U nasledujúcich osôb nemusí byť meranie správne:
Staršie osoby (nad 81 rokov)/osoby s horúčkou/kulturisti alebo vyšportovaní atléti/pacienti podstupujúci dialýzu/pacienti s osteoporózou, ktorí majú veľmi nízku hustotu kostí/tehotné ženy/ osoby s opuchmi.

- Keďže sa zloženie tela, ako napríklad obsah vody, môže významne líšiť od priemernej hodnoty.

Pred uvedením zariadenia do činnosti

1. Oboznámte sa so zariadením

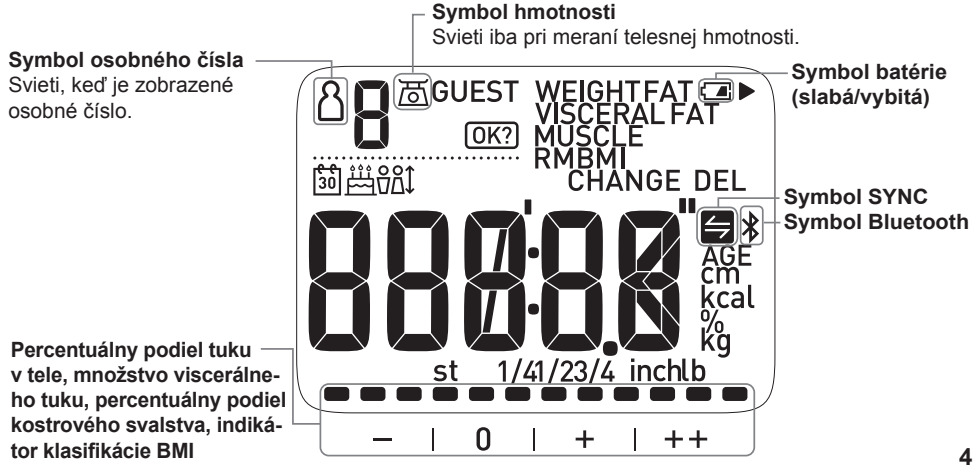
Hlavné zariadenie



1	ON/OFF	**Tlačidlo ON/OFF** • Týmto tlačidlom zapnete napájanie. • Podržaním tohto tlačidla (2 sekundy alebo dlhšie) vypnete napájanie.
2	ᛒ	**Tlačidlo Bluetooth** • Stlačením tohto tlačidla prenesiete údaje ručne. • Podržaním tohto tlačidla (2 sekundy alebo dlhšie) spárujete prístroj s vaším inteligentným zariadením. ※ Toto tlačidlo je možné použiť aj vtedy, keď je napájanie vypnuté.
3	SET	**Tlačidlo SET** • Týmto tlačidlom nastavíte alebo potvrdíte údaje.
4	▶	**Tlačidlo Ďalej** • Týmto tlačidlom prejdete ďalej. • Stlačením a podržaním tohto tlačidla budete rýchlo listovať nastavením dátumu, času a výšky.

SK

Displej



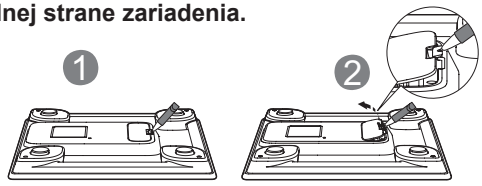
Pred uvedením zariadenia do činnosti

2. Vkladanie a výmena batérií

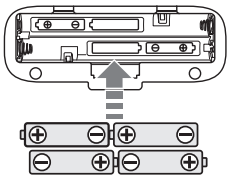
1. Otvorte kryt priestoru pre batérie na zadnej strane zariadenia.

Môžete použiť tvrdý predmet ako pero.





2. Vložte batérie so správnou orientáciou polarity podľa označenia uvedeného v priestore pre batérie.

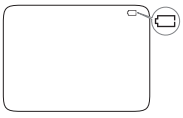


3. Zatvorte kryt priestoru pre batérie.

Životnosť a výmena batérií

- **Približne 6 mesiacov (pri použití alkalických batérií AAA na štyri merania, štyri prenosy údajov a u štyroch osôb denne pri izbovej teplote 23 °C)**
  - Pribalené batérie sú určené výhradne na spustenie zariadenia do činnosti a môžu mať kratšiu životnosť.
- **Keď sa na displeji objaví symbol vybitej batérie, vymeňte všetky štyri batérie za nové.**
  - Vymeňte všetky štyri batérie za nové (rovnaký typ) súčasne.
  - Keď bude blikať symbol slabej batérie, odporúčame batérie vopred vymeniť za nové.

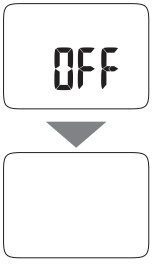
Symbol vybitej batérie



- **Najprv zariadenie vypnite a až potom vymeňte batérie.**
  - Osobné údaje uložené v prístroji sa nevymažú ani po vybratí batérií.
  - Likvidáciu opotrebovaných batérií uskutočňujte podľa platných nariadení o zneškodňovaní batérií.
- **Po výmene batérií je nutné opäť nastaviť jednotku merania, dátum a čas. (Prečítajte si časť 4.)**
  - Ak je už prístroj spárovaný s aplikáciou „OMRON connect", stlačením tlačidla (*) nadviažte komunikáciu s touto aplikáciou a dátum a čas sa nastavia automaticky.

Funkcia vypínania

- **Stlačením tlačidla (ON/OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnete napájanie.**



- **Zariadenie sa automaticky vypne za nasledujúcich podmienok.**
  - 10 sekúnd po zobrazení hlásenia „Err".
  - Zariadenie nebudete 1 minútu používať, keď je zobrazený text „0,0 kg".
  - Zariadenie nebudete používať 3 minúty.

3. Spárovanie zariadenia s vaším inteligentným zariadením

1. Zapnite Bluetooth na svojom inteligentnom zariadení.

2. Stiahnite a nainštalujte si aplikáciu „OMRON connect" do svojho inteligentného zariadenia.

Môžete zvoliť jednu z nasledujúcich 2 metód.

■ Načítaním kódu QR získate prístup k nasledujúcej adrese.

omronconnect.com/setup

Kód QR

■ V „App Store" alebo na „Google Play" vyhľadajte aplikáciu „OMRON connect".

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

SK

3. Otvorte aplikáciu na svojom inteligentnom zariadení a dodržiavajte pokyny pre nastavenie a párovanie.

Ak už máte aplikáciu OMRON connect, prejdite na položku:

Menu > Device > Add Device (Ponuka > Zariadenie > Pridať zariadenie)

POZNÁMKY

- Jedno inteligentné zariadenie spravuje údaje jedného používateľa.
- Ak použijete inú aplikáciu než „OMRON connect", údaje sa nemusia preniesť správne.
- Podrobnosti nájdete v metóde použitia a pokynoch na použitie v aplikácii.

4. Nastavenie jednotky merania, dátumu a času

Pred prvým meraním alebo po výmene batérie je nutné nastaviť jednotku merania, dátum a čas.

- Dátum a čas možno tiež nastaviť z aplikácie „OMRON connect”.

1. Stlačením tlačidla (ON/OFF) zapnite napájanie.

Na displeji bude blikať „kg & cm”.

2. Nastavte jednotku merania.

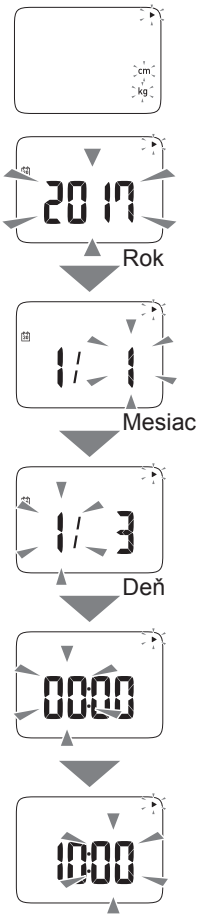
Stlačením tlačidla (▶) upravte hodnotu, tlačidlom (SET) voľbu potvrďte.

- Predvolená jednotka merania je „kg & cm”.
- Jednotku merania môžete nastaviť na „lb & inch” alebo „st-lb & inch”.

3. Nastavte v prístroji správny čas a dátum.

Stlačením tlačidla (▶) upravte hodnotu, tlačidlom (SET) voľbu potvrďte.

- Rozmedzie nastavenia roku: 2017 až 2045.
- Čas používa 24-hodinový systém.
- Počas nastavovania roku, dátumu, hodiny a minúty môžete podržaním tlačidla (▶) hodnotu rýchlo upravovať v krokoch po 10.



Po zadaní jednotky merania, roku, mesiaca, dňa, hodiny a minút v uvedenom poradí sa zariadenie automaticky vypne.

POZNÁMKY

- Ak pri nastavení urobíte chybu, stlačením tlačidla (ON/OFF) vypnite napájanie a môžete začať opäť od „Kroku 1”.
- Napájanie sa vypne, ak prístroj nebudete 3 minúty používať. Nastavte jednotku merania, dátum a čas znovu.
- Ak chcete upraviť jednotku merania, dátum alebo čas, vytiahnite batérie a počkajte aspoň 20 sekúnd. Potom vložte batérie a prístroj znovu resetujte.

Pred uvedením zariadenia do činnosti

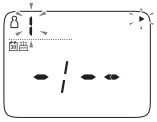
5. Registrácia osobných údajov

Meranie zloženia tela vyžaduje registráciu vašich osobných údajov (dátum narodenia, pohlavie, výška). Zaregistrované údaje je možné uložiť až pre 4 osoby.

- Osobné údaje možno tiež zaregistrovať z aplikácie „OMRON connect".

1. Stlačením tlačidla (ON/OFF) zapnite napájanie.

Napájanie sa zapne. Bude blikať osobné číslo „1". Zobrazí sa dátum narodenia (- / - -).



2. Zvoľte a potvrďte svoje osobné číslo.

Tlačidlom (▶) zvoľte svoje osobné číslo a tlačidlom (SET) voľbu potvrďte.

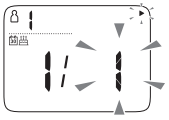
3. Nastavte dátum narodenia.

Stlačením tlačidla (▶) nastavte dátum narodenia a tlačidlom (SET) voľbu potvrďte.

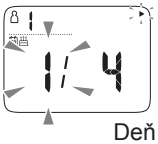
- Rozmedzie nastavenia roku: 1900 až 2045
- Počas nastavovania roku môžete podržaním tlačidla (▶) hodnotu rýchlo upravovať v krokoch po 10.



Rok



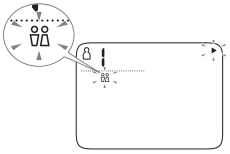
Mesiac



Deň

4. Nastavte pohlavie

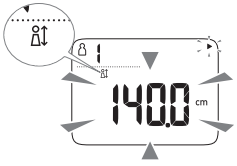
Stlačením tlačidla (▶) nastavte pohlavie ♂ (MUŽ) alebo ♀ (ŽENA) a stlačením tlačidla (SET) voľbu potvrďte.



5. Nastavte výšku.

Stlačením tlačidla (▶) upravte výšku a tlačidlom (SET) voľbu potvrďte.

- Podržaním upravíte hodnotu rýchlejšie v krokoch po 10 cm (alebo 1 palci).
- Na displeji sa pre Vašu kontrolu uvedú všetky zadané údaje následne sa zobrazí „0,0 kg".



a

SK

6. Postavte sa na prístroj a vykonajte meranie, keď sa na displeji zobrazí „0,0 kg”.

Údaje o hmotnosti a zložení tela sa zapíšu do prístroja a umožnia mu automatické rozoznávanie. Po chvíli sa zobrazia výsledky merania.



7. Keď sa zobrazia výsledky merania, zostúpte z prístroja.

Registrácia osobných údajov je dokončená.

8. Stlačením tlačidla (ON/OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnete napájanie.

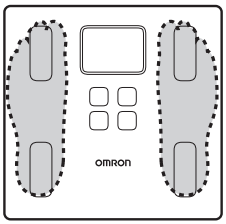
Ak chcete pridať nové osobné údaje, začnite od „kroku 1”.

Návod na obsluhu

6. Presné merania

6.1 Správne držanie tela počas merania

Postavte sa na prístroj naboso.
Oblúky chodidiel uložte doprostred prístroja.



Poznámka

- Keď sa postavíte na prístroj v ponožkách alebo topánkach, dostanete nepresné výsledky merania.



Počas merania nekrčte kolená.

Meranie vykonávajte na tvrdej a rovnej podlahe.

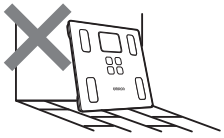
Poznámka

- Polstrovaný povrch, ako napríklad podložka alebo koberec, môže spôsobiť nepresné výsledky merania.

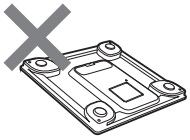
6.2 „0 kg korekcia" (pozor pri skladovaní uchovávaní)

Prístroj pravidelne automaticky koriguje presnosť, keď ho nepoužívate.

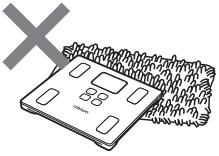
- Ak jednotku uložíte do nižšie znázornenej polohy, táto automatická korekcia presnosti nefunguje. Preto pred Pred meraním použite funkciu „0 kg korekcia".



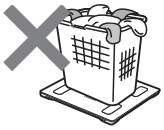
Prístroj je opretý o stenu alebo iné predmety



Prístroj je uložený hornou stranou nadol

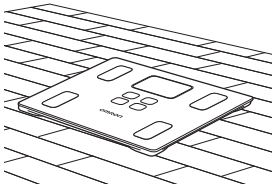


Prístroj je uložený na predmete



Na prístroji sa nachádza nejaký predmet

6.3 Použitie „0 kg korekcie"



1. **Umiestnite prístroj na pevnú a rovnú podlahu.**

2. **Stlačením tlačidla (ON/OFF) zapnite napájanie.**

3. **Zvoľte svoje osobné číslo alebo „0".**

Tlačidlom (▶) zvoľte svoje osobné číslo alebo „0" a potom voľbu potvrďte stlačením tlačidla (SET).

4. **Keď sa zobrazí hodnota „0,0 kg", stlačením tlačidla (ON/OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnite napájanie.**

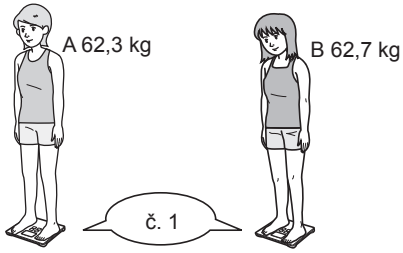
Týmto dokončíte „0 kg korekciu". Počkajte 5 sekúnd a potom vykonajte meranie.

7. Postup pri meraní

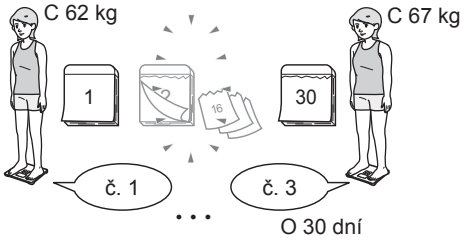
Keď niekto stúpne na prístroj, automaticky sa zapne, rozozná osobné číslo a spustí meranie.

V nasledujúcich prípadoch sa môže zobraziť nesprávne osobné číslo.

- Merajú sa používatelia s podobným typom a hmotnosťou tela.



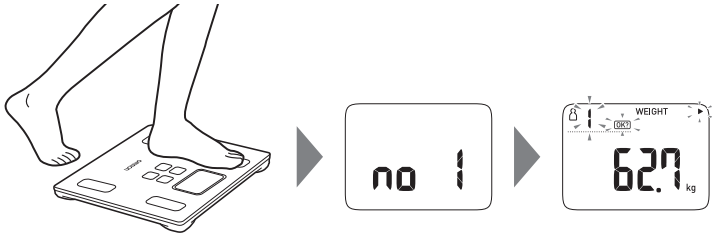
- Vaša telesná hmotnosť sa od posledného merania zmenila.



Pokiaľ bude prístroj neustále robiť chyby pri rozoznávaní, zvoľte pri meraní svoje číslo. (Prečítajte si časť 9.)

1. Meranie vykonávajte, keď je prístroj vypnutý.

Keď na prístroj postavíte, automaticky sa zapne.



2. Keď sa zobrazí osobné číslo a výsledky merania, meranie sa dokončí.

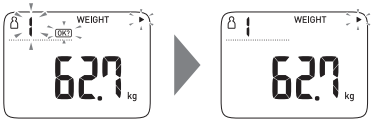
Zostúpte z prístroja.

3. Potvrďte svoje osobné číslo.

■ Ak je vaše osobné číslo správne...

Stlačením tlačidla (SET) potvrďte svoje osobné číslo. (OK?) zmizne.

Aj keď vypnete napájanie s blikajúcou položkou (OK?) , výsledky sa zapíšu do prístroja ako nameraná hodnota spojená so zobrazeným osobným číslom.



■ Ak je vaše osobné číslo nesprávne...

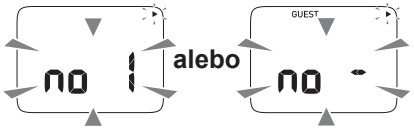
Než sa napájanie vypne, tlačidlom (▶) vyberte svoje osobné číslo a potom výber potvrďte stlačením tlačidla (SET).



■ Ak ste svoje osobné číslo potvrdili nesprávne...

Než sa napájanie vypne, stlačte tlačidlo (SET), aby ste mohli znovu zvoliť svoje osobné číslo.

Ak bude na displeji blikať možnosť „no 1" (č. 1) až „no 4" (č. 4) alebo bude zobrazený text GUEST (Hosť), vaše osobné údaje sa do prístroja nezaregistrovali.
Zaregistrujte svoje osobné údaje.
Môžete tiež použiť režim hosťa.



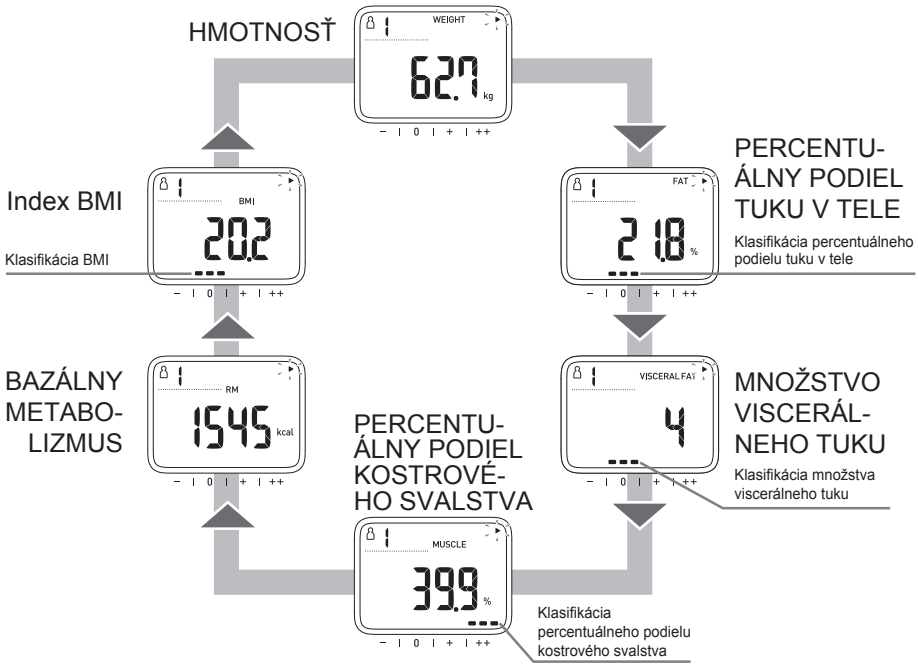
4. Skontrolujte namerané údaje.

Displej s výsledkami sa automaticky otáča (pozri nižšie).

Keď potvrdíte svoje osobné číslo, môžete ho tlačidlom (▶) prepnúť na výsledok merania, ktorý si chcete prezrieť.

Poznámka

- Ako základ merania použite percentuálny podiel telesného tuku, množstvo viscerálneho tuku, percentuálny podiel kostrového svalstva a indikátor klasifikácie BMI.
- Informácie a diagramy v častiach 17 a 18 vám umožnia lepšie porozumieť výsledkom merania.



5. Stlačením tlačidla (ON OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnete napájanie.

Napájanie sa vypne, ak prístroj nebudete 3 minúty používať.

Funkcia pamäte

8. Prezeranie výsledkov meraní na vašom inteligentnom zariadení

Pri prezeraní svojich výsledkov meraní dodržiavajte pokyny v aplikácii „OMRON connect".

Potom môžete potvrdiť zmeny svojej hmotnosti a zloženia tela na svojom inteligentnom zariadení.

Poznámka

- Na vašom inteligentnom zariadení musí byť nainštalovaná aplikácia „OMRON connect". (Prečítajte si časť 3.)

SK

V prípade potreby

9. Výber svojho osobného čísla a vykonanie merania

Ak prístroj často nebude rozoznávať vaše osobné číslo, môžete zvoliť svoje osobné číslo a vykonať meranie nasledovne.

1. Stlačením tlačidla (ON/OFF) zapnite napájanie.

Napájanie sa zapne. Bude blikať osobné číslo „1”.

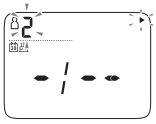


2. Zvoľte svoje osobné číslo.

Tlačidlom (▶) zvoľte svoje osobné číslo.

Keď sa zobrazí dátum narodenia (- / - -),
Vaše osobné údaje neboli zaregistrované do vášho osobného čísla.

Zaregistrujte svoje osobné údaje. (Prečítajte si časť 5.)

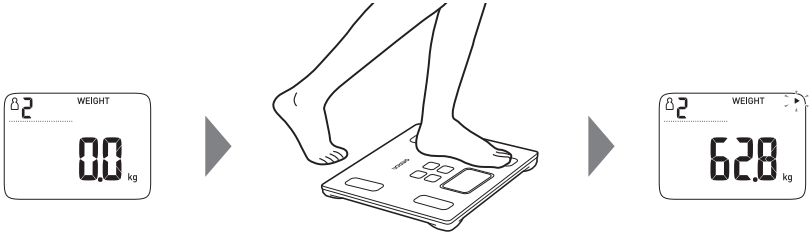


3. Stlačením tlačidla (SET) potvrďte svoje osobné číslo.

Zobrazí sa „0,0 kg”.

4. Vykonajte meranie, keď sa zobrazuje „0,0 kg”.

Postavte sa na zariadenie.



5. Skontrolujte namerané údaje.

Displej s výsledkami sa automaticky otáča.

6. Stlačením tlačidla (ON/OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnete napájanie.

Napájanie sa vypne, ak prístroj nebudete 3 minúty používať.

V prípade potreby

10. Režim hosťa (režim bez záznamu)

V tomto režime sa vaše výsledky merania nebudú ukladať.

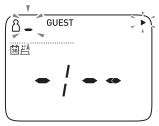
1. Stlačením tlačidla (ON/OFF) zapnite napájanie.

Napájanie sa zapne. Bude blikať osobné číslo „1".



2. Zvoľte a potvrďte „ ".

Tlačidlom (▶) zvoľte položku „GUEST" (Hosť) a potom potvrďte stlačením tlačidla (SET).

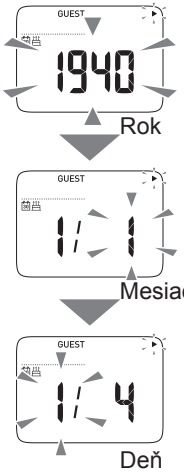


3. Zadajte osobné údaje.

3.1 Nastavte dátum narodenia

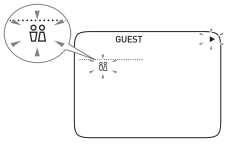
Stlačením tlačidla (▶) nastavte dátum narodenia a tlačidlom (SET) voľbu potvrďte.

- Rozmedzie nastavenia roku: 1900 až 2045
- Počas nastavovania roku môžete podržaním tlačidla (▶) hodnotu rýchlo upravovať v krokoch po 10.



3.2 Nastavte pohlavie

Stlačením tlačidla (▶) nastavte pohlavie (MUŽ) alebo (ŽENA) a stlačením tlačidla (SET) voľbu potvrďte.



3.3 Nastavte výšku

Stlačením tlačidla (▶) upravte výšku a tlačidlom (SET) voľbu potvrďte.

- Podržaním upravíte hodnotu rýchlejšie v krokoch po 10 cm (1 palci).



Na displeji sa pre Vašu kontrolu uvedú všetky zadané údaje a následne sa zobrazí „0,0 kg".

Napájanie sa vypne, ak prístroj nebudete 1 minútu používať po zobrazení textu „0,0 kg".

SK

4. Spusťte meranie, keď sa zobrazuje „0,0 kg".

Postavte sa na zariadenie.



5. Skontrolujte namerané údaje.

Displej s výsledkami sa automaticky otáča.

6. Stlačením tlačidla (ON OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnete napájanie.

Napájanie sa vypne, ak prístroj nebudete 3 minúty používať.

V prípade potreby

11. Samostatné meranie hmotnosti

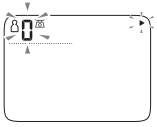
V tomto režime sa váš výsledok merania nebude ukladať.

1. Stlačením tlačidla (ON OFF) zapnite napájanie.

Napájanie sa zapne. Bude blikať osobné číslo „1".

2. Zvoľte a potvrďte „".

Stlačením tlačidla (▶) zvoľte položku „" a potom potvrďte tlačidlom (SET).



3. Keď sa zobrazuje „0,0 kg", postavte sa na zariadenie.



4. Skontrolujte nameraný údaj.

Keď sa zobrazí údaj a zabliká, znamená to, že sa meranie hmotnosti skončilo.

5. Stlačením tlačidla (ON OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnete napájanie.

Napájanie sa vypne, ak prístroj nebudete 3 minúty používať.

V prípade potreby

12. Zmena alebo vymazanie vašich osobných údajov

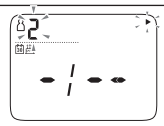


1. **Stlačením tlačidla (ON/OFF) zapnite napájanie.**
Napájanie sa zapne. Bude blikať osobné číslo „1”.



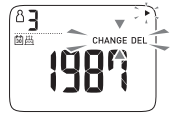
2. **Zvoľte svoje osobné číslo**
Stlačením tlačidla (▶) zvoľte svoje osobné číslo.

Keď sa zobrazí dátum narodenia (- - / - -),
Vaše osobné údaje neboli zaregistrované do vášho osobného čísla.
Zaregistrujte svoje osobné údaje. (Prečítajte si časť 5.)





3. **Stlačením tlačidla (SET) potvrďte osobné číslo.**
Zobrazí sa „0,0 kg”.



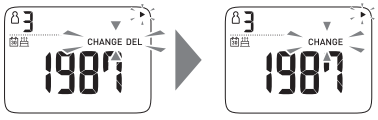
4. **Stlačte tlačidlo (SET).**
Bude blikať položka „CHANGE” (Zmeniť) alebo „DEL” (Vymazať).

5. **Výberom možnosti „CHANGE” (Zmeniť) alebo možnosti „DELETE” (Vymazať) zmeňte alebo vymažte osobné údaje**

- Aj keď sa osobné údaje zmenia, výsledky meraní sa nezmenia ani nevymažú. Pri použití osobného čísla, ktoré už používa iná osoba, vymažte osobné údaje a následne ich znovu zaregistrujte.

Zmena osobných údajov
(Výsledky meraní sa nevymažú)

1. **Stlačením tlačidla (▶) vyberte položku „CHANGE” (Zmeniť)**



2. **Stlačte tlačidlo (SET)**
Bude blikať rok.

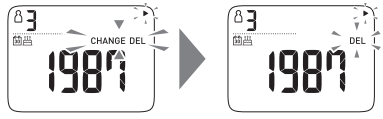


3. **Zmeňte nastavenie položiek „birth date” (dátum narodenia), „gender” (pohlavie) a „height” (výška) podľa krokov 3 ~ 5 v časti 5.**

- Ak chcete zastaviť v polovici postupu, stlačením tlačidla (ON/OFF) (2 sekundy alebo dlhšie) vypnite napájanie.
- Neprenesené výsledky meraní sa nezmenia.

Vymazanie osobných údajov
(Výsledky meraní sa vymažú tiež)

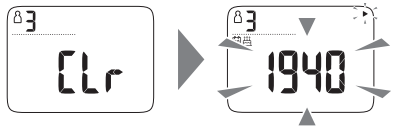
1. **Stlačením tlačidla (▶) vyberte položku „DEL” (Vymazať)**



2. **Stlačte tlačidlo (SET)**
OK? bliká.



3. **Opäť stlačte tlačidlo (SET)**



SK

V prípade potreby

13. Vymazanie nastavení komunikácie

Ak chcete prestať používať aplikáciu „OMRON connect" alebo vymazať nastavenie komunikácie z vášho inteligentného zariadenia, postupujte nasledovne. Všetky nastavenia komunikácie uložené v prístroji sa vymažú.

1. Stlačte a podržte tlačidlo (Bluetooth) dlhšie ako 2 sekundy.

„P" a symbol Bluetooth budú blikať.



2. Opäť stlačte a podržte tlačidlo (Bluetooth) dlhšie ako 2 sekundy.

„ OK? " a „CLr" zablikajú.



3. Potvrďte stlačením tlačidla SET.

Napájanie sa vypne, ak prístroj nebudete 10 sekúnd používať po zobrazení textu „CLr".



V prípade potreby

14. Údržba a uskladnenie

Čistenie zariadenia

- Pred použitím vždy dbajte na to, aby bolo zariadenie čisté.
- Utrite prístroj jemnou suchou handričkou. Ak je to potrebné, handričku namočte do vody alebo roztoku so saponátom, dôkladne vyžmýkajte, prístroj utrite a potom poutierajte suchou handričkou.
- Na čistenie prístroja nepoužívajte benzén ani riedidlo či iné prchavé rozpúšťadlá.
- Prístroj neumývajte vodou.

Starostlivosť a uskladnenie

- Zariadenie neuskladňujte v nasledujúcich podmienkach:
  - Vo vlhkom prostredí, v ktorom by mohla vlhkosť alebo voda vniknúť do zariadenia,
  - Pri vysokej teplote, na priamom slnku a v prašnom prostredí,
  - Na miestach vystavovaných nárazom, úderom alebo vibráciám,
  - V skladoch chemických látok alebo na miestach s korozívnymi výparmi.
- Sami nerobte na zariadení žiadne opravy. Tento produkt je v čase výroby kalibrovaný. Ak máte akékoľvek otázky k presnosti merania, obráťte sa na autorizovaného distribútora OMRON. Všeobecne odporúčame nechať zariadenie skontrolovať raz za 2 roky, aby bola zaistená správna funkcia a presnosť.

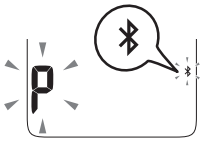
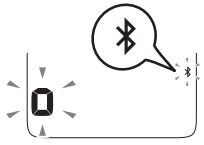
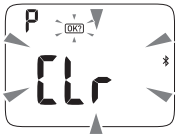
V prípade potreby

15. Riešenie problémov

V prípade nižšie uvedených problémov počas merania sa najskôr uistite, že sa vo vzdialenosti do 30 cm nenachádza žiadne iné elektrické zariadenie. Ak problém pretrváva, postupujte podľa nasledujúcej tabuľky.

Indikácia chyby	Príčina	Náprava
Err 1	Zostúpili ste z prístroja počas merania zloženia tela.	Zostaňte stáť na prístroji až do ukončenia merania zloženia tela. (Prečítajte si časť 6.)
	Chodidlá nemáte v dostatočnom kontakte s elektródami.	Uistite sa, že stojíte na prístroji správne – chodidlá pri meraní pevne priložte na elektródy. (Prečítajte si časť 6.)
Err2	Poloha pri meraní nie je správna, vaše chodidlá nie sú v pevnom kontakte s elektródami alebo sú suché.	Postavte sa s rovnými kolenami a chrbtom. Držte chodidlá pevne priložené na elektródach a nepohybujte nimi pri meraní. (Prečítajte si časť 6.) Jemne si navlhčite chodidlá mokrým uterákom a skúste vykonať meranie znova.
Err5	Po nastavení dátumu a času ste sa dotkli váhy alebo ju použili pred tým, ako sa displej automaticky vypol.	Vyberte a znova vložte batériu. Reštartujte zariadenie od kroku „Spárovanie zariadenia s vaším inteligentným zariadením”. (Prečítajte si časť 3.) • Keď sa zobrazí dátum a čas, nechajte váhu nedotknutú, kým sa automaticky vypne napájanie.
	Chyba zariadenia.	Vyberte a znova vložte batériu. Po dokončení reštartujte zariadenie. Ak sa táto chyba bude ďalej zobrazovať, obráťte sa na technický servis spoločnosti OMRON.
Err6	Chyba komunikácie.	Vypnite prístroj a vyskúšajte komunikáciu zopakovať. Ak sa táto chyba zobrazí znova, obráťte sa na technický servis spoločnosti OMRON.
Err	Počas merania ste sa pohli.	Pri meraní stojte pokojne.
	Vaša hmotnosť bola mimo merateľného rozsahu.	
Err	Chyba komunikácie.	Potvrďte displej vášho inteligentného zariadenia a postupujte podľa pokynov v aplikácii „OMRON connect”. Pozrite si „Help” (Pomocník) v aplikácii „OMRON connect”.
	Batérie sú slabé.	Odporúčame batérie vopred vymeniť za nové. (Prečítajte si časť 2.)
	Batérie sú vybité.	Vymeňte batérie. (Prečítajte si časť 2.)

SK

Problém	Príčina	Náprava
 bliká	Uložilo sa 24 až 29 sád výsledkov merania.	Preneste výsledky do aplikácie „OMRON connect”, symbol potom zmizne.
	Uložilo sa 30 sád výsledkov merania.	Ak počet prekročí 30, najstaršie výsledky sa vymažú. Preneste výsledky do aplikácie „OMRON connect”, symbol potom zmizne.
	Podržali ste tlačidlo ᛒ dlhšie ako 2 sekundy.	Toto sa zobrazí, keď spárujete prístroj so svojím inteligentným zariadením. Pokračujte podľa pokynov v aplikácii „OMRON connect”. Podržaním tlačidla ON/OFF (2 sekundy alebo dlhšie) zastavíte párovanie.
	Stlačili ste tlačidlo ᛒ.	Toto sa zobrazí pri prenose údajov do vášho inteligentného zariadenia. Pokračujte podľa pokynov v aplikácii „OMRON connect”. Podržaním tlačidla ON/OFF (2 sekundy alebo dlhšie) zastavíte prenos.
	Podržali ste tlačidlo ᛒ viac ako 2 sekundy, keď blikala položka „P” a symbol Bluetooth.	Toto sa zobrazí, keď vymažete nastavenie komunikácie. (Prečítajte si časť 13.) Podržaním tlačidla ON/OFF (2 sekundy alebo dlhšie) zastavíte prevádzku.
Aj keď prístroj zapnete, nič sa nezobrazuje. Aj keď na prístroj postavíte, nič sa nezobrazuje.	Nie sú vložené batérie.	Vložte batérie.
	Batérie sú vložené v nesprávnom smere.	Vložte batérie v správnom smere.
	Batérie sú opotrebované.	Všetky štyri batérie vymeňte za nové batérie.
Po výmene batérií a postavení sa na prístroj sa nič nezobrazuje.	Po výmene batérií ste nenastavili jednotku merania, dátum a čas.	Nastavte jednotku merania, dátum a čas. (Prečítajte si časť 4.)
	Vaša telesná hmotnosť je príliš nízka. (Menej ako 12 kg.)	Pred meraním vyberte osobné číslo.
U niektorých výsledkov sa zobrazuje „- - - - -”.	Zaregistrované údaje alebo hodnoty zloženia tela boli mimo merateľného rozsahu.	Skontrolujte správnosť nastaveného dátumu narodenia, pohlavia a výšky. Aj keď sú tieto nastavenia správne, „- - - - -” sa zobrazí, keď sú mimo viditeľného alebo podporovaného vekového rozmedzia.

Problém	Príčina	Náprava
Výsledok merania je vyšší alebo nižší ako vlastný výsledok. Výsledok sa pre jednotlivé merania značne líši.	Vaše držanie tela je počas merania nesprávne.	Vykonajte meranie so správnym držaním tela.
	Meranie vykonávate na koberci alebo polstrovanom povrchu či nerovnej podlahe.	Meranie vykonávajte na tvrdej a rovnej podlahe.
	Vaše chodidlá a telo sú studené, čo má vplyv na krvný obeh.	Pred meraním sa ohrejte, aby sa krvný obeh vrátil do normy.
	Chodidlové elektródy sú veľmi studené.	Pred meraním chvíľu ponechajte prístroj v teplej miestnosti.
	Vaše chodidlá sú suché.	Pred meraním si jemne navlhčite chodidlá mokrým uterákom.
	„0 kg korekcia" nebola správne implementovaná.	Implementujte „0 kg korekciu". (Prečítajte si časť 6.3.)
Nie ste správne rozpoznaný/-á.	Vaša telesná hmotnosť sa od posledného merania významne zmenila.	Pred meraním vyberte osobné číslo. (Prečítajte si časť 9.)
	Váš typ tela je podobný inej zaregistrovanej osobe.	
	Boli zaregistrované výsledky meraní iného používateľa.	
Chcete zmerať zloženie tela, zobrazuje sa však iba telesná hmotnosť.	Nie je zvolené osobné číslo alebo nastavenie GUEST (Hosť). (Nezobrazuje sa osobné číslo ani nastavenie GUEST (Hosť).)	Pred meraním vyberte osobné číslo alebo nastavenie GUEST (Hosť).
Tlačidlo nereaguje.	Stlačili ste tlačidlo, keď ste stáli na prístroji.	Zostúpte z prístroja a potom stlačte tlačidlo.
	Tlačidlo je mokré alebo znečistené.	Pred meraním z neho zotrite vodu alebo nečistoty.
	Stlačili ste súčasne dve alebo viac tlačidiel.	Stáčajte vždy iba jedno tlačidlo.
Aj keď nič neurobíte, prístroj sa vypne.	Pozrite si časť „O vypínaní". (Prečítajte si časť 2.)	
Chyba pri odosielaní údajov	Pozrite si časť „Help" (Pomocník) v aplikácii „OMRON connect".	

V prípade potreby

16. Technické parametre

Kategória produktu	**Analyzátory telesnej stavby**	
Popis produktu	**Váha s analýzou stavby tela**	
Model (kód)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Displej*	**Telesná hmotnosť:**	2,0 až 150,0 kg s prírastkom po 0,1 kg (4,4 až 330,0 lb s prírastkom po 0,2 lb) (0 st 4,4 lb až 23 st 8,0 lb s prírastkom po 0,2 lb)
	Percentuálny podiel tuku v tele:	5,0 až 60,0 % s prírastkom po 0,1 %
	Percentuálny podiel kostrového svalstva:	5,0 až 50,0 % s prírastkom po 0,1 %
	Index BMI:	7,0 až 90,0 s prírastkom po 0,1
	Bazálny metabolizmus:	385 až 3 999 s prírastkom po 1 kcal
	Množstvo viscerálneho tuku:	30 úrovní s prírastkom po 1 úrovni
	Percentuálny podiel telesného tuku, percentuálny podiel kostrového svalstva a klasifikácia BMI: – (nízky)/0 (normálny)/+ (vysoký)/++ (veľmi vysoký) 4 úrovne	
	Klasifikácia množstva viscerálneho tuku: 0 (normálne)/+ (vysoké)/++ (veľmi vysoké) 3 úrovne * Vekový rozsah pre percentuálny podiel tuku v tele a klasifikáciu percentuálneho pomeru tuku v tele je 10 až 80 rokov. * Vekový rozsah pre percentuálny podiel kostrového svalstva, klasifikáciu percentuálneho podielu kostrového svalstva, množstvo viscerálneho tuku, klasifikáciu množstva viscerálneho tuku, a bazálny metabolizmus je 18 až 80 rokov.	
Prenosový protokol	Nízkoenergetická technológia **Bluetooth®**	
Bezdrôtová komunikácia	**Frekvenčné pásmo:** **Modulácia:** **Efektívny vyžarovací výkon:**	2,4 GHz (2 400 až 2 483,5 MHz) GFSK < 20 dBm
Nastavenie položiek*	Nasledujúce informácie je možné uložiť až pre 4 osoby.	
	Jednotka merania	kg&cm/lb&inch/st-lb&inch
	Dátum narodenia	1.1.1900 až 31.12.2045
	Pohlavie	Muž/žena
	Výška	100,0 až 199,5 cm s prírastkom po 0,5 cm (3' 4" až 6' 6 1/2" s prírastkom po 1/4")
	* Keď je výška osoby menšia ako 100,0 cm alebo väčšia ako 199,5 cm: Výsledky meraní BMI a zloženia tela budú iba orientačné.	
Presnosť merania hmotnosti	2,0 kg až 40,0 kg: ±0,4 kg (4,4 lb až 88,2 lb: ±0,88 lb) (4,4 lb až 6 st 4,2 lb: ±0,88 lb)	
	40,0 kg až 150,0 kg: ±1 % (88,2 lb až 330,0 lb: ±1 %) (6 st 4,2 lb až 23 st 8,0 lb: ±1 %)	
Presnosť (S.E.E.)	**Percentuálny podiel tuku v tele:**	3,5 %
	Percentuálny podiel kostrového svalstva:	3,5 %
	Množstvo viscerálneho tuku:	3 úrovne

Servisná životnosť	5 rokov
Klasifikácia IP	IP21* * Klasifikácia IP udáva stupeň ochrany poskytnutý krytom podľa normy IEC 60529. Toto zariadenie je chránené pred pevnými cudzími objektmi s priemerom 12,5 mm a väčšími ako napr. prst. Toto zariadenie je chránené pred vertikálne padajúcimi kvapkami vody, ktoré môžu spôsobovať problém počas normálnej prevádzky.
Napájanie	4 alkalické batérie AAA (LR03)
Životnosť batérií	Približne 6 mesiacov (pri použití alkalických batérií AAA na štyri merania, štyri prenosy údajov a u štyroch osôb denne pri izbovej teplote 23 °C)
Prevádzková teplota/ vlhkosť/tlak vzduchu	+5 až +40 °C, 30 % až 85 % relat. vlhkosť (nekondenzujúca), 860 až 1 060 hPa
Skladovacia a prepravná teplota/ vlhkosť/tlak vzduchu	-20 až +60 °C, 10 % až 95 % relat. vlhkosť (nekondenzujúca), 860 až 1 060 hPa
Hmotnosť	Približne 1,6 kg (vrátane batérií)
Vonkajšie rozmery	Približne 285 (š) x 28 (v) x 280 (h) mm (Približne 11 1/5" (š) × 1 1/10" (v) × 11" (h))
Obsah	Monitor zloženia tela, 4 alkalické batérie AAA (LR03), pokyny na nastavenie, návod na obsluhu

Poznámka

- Technické parametre podliehajú zmenám bez upozornenia.
- Nahláste výrobcovi a poverenému orgánu v členskom štáte, v ktorom sa nachádzate, prípadný vážny incident, ku ktorému došlo v súvislosti s týmto zariadením.

CE 0197

Tento produkt pracuje v nelicencovanom pásme ISM pri 2,4 GHz. Pri použití produktu v blízkosti iných bezdrôtových zariadení vrátane mikrovlnných a bezdrôtových LAN, ktoré pracujú v rovnakých frekvenčných pásmach ako tento produkt, môže dôjsť k rušeniu medzi produktom a takými iným zariadeniami. Pokiaľ dôjde k takému rušeniu, pred použitím tohto produktu vypnite iné zariadenia alebo tento produkt presuňte alebo ho nepoužívajte v blízkosti iných bezdrôtových zariadení.

SK

Pojem a logá **Bluetooth®** sú registrované ochranné známky spoločnosti Bluetooth SIG, Inc. a všetky použitia takých značiek spoločnosťou OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. podliehajú licencii.

Týmto spoločnosť OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. prehlasuje, že rádiové zariadenie typu VIVA (HBF-222T-EBK) spĺňa požiadavky smernice 2014/53/EÚ.
Plný text vyhlásenia o zhode EÚ je k dispozícii na nasledujúcich stránkach: www.omron-healthcare.com.

Apple a logo Apple sú ochranné známky spoločnosti Apple Inc., registrované v USA a iných krajinách.
App Store je servisná známka spoločnosti Apple Inc.
Android, logo Google Play sú ochranné známky spoločnosti Google Inc.

Dôležité informácie týkajúce sa elektromagnetickej kompatibility (EMC)

Zariadenie HBF-222T-EBK vyrobené spoločnosťou OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. spĺňa normu EN60601-1-2:2015 o elektromagnetickej kompatibilite (EMC). Ďalšia dokumentácia v súlade s ustanoveniami tejto normy o EMC je k dispozícii od spoločnosti OMRON HEALTHCARE EUROPE na adrese uvedenej v tomto návode na použitie alebo na internetovej adrese www.omron-healthcare.com Pozrite si informácie o EMC pre zariadenie HBF-222T-EBK na webovej stránke.

Záruka

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. poskytuje na tento produkt záruku 3 roky od dátumu nákupu. Záruka nepokrýva batérie, obaly a/alebo poškodenie akéhokoľvek druhu v dôsledku neprimeraného zaobchádzania (ak zariadenie spadne alebo sa s ním zle zaobchádza) zo strany používateľa. Reklamované produkty možno nahradiť len vtedy, ak sa vrátia spolu s pôvodnou faktúrou alebo dokladom o kúpe.

Správny spôsob zneškodnenia tohto produktu (elektrické a elektronické zariadenia ako odpad)



Toto označenie uvedené na produkte alebo súvisiacej dokumentácii znamená, že sa produkt po opotrebovaní nesmie likvidovať spolu s domácim odpadom. V záujme ochrany životného prostredia a zdravia ľudí pred nekontrolovanou likvidáciou odpadu je potrebné tento produkt separovať od ostatných druhov odpadu a zodpovedajúco ho recyklovať, aby sa mohlo realizovať únosné opakované využívanie zdrojových materiálov.

Individuálni používatelia tohto produktu (súkromné osoby) získajú informácie o mieste a spôsobe správnej recyklácie v intenciách ochrany životného prostredia od predajcu, u ktorého tento produkt kúpili.

Firmy sa majú obrátiť na svojho dodávateľa a postupovať v zmysle podmienok obchodného kontraktu. Tento produkt sa nemá pri likvidácii miešať s iným komerčným odpadom.

Tento produkt neobsahuje žiadne nebezpečné látky.
Likvidáciu opotrebovaných batérií uskutočňujte podľa platných nariadení o zneškodňovaní batérií.

Opis symbolov, ktoré sa v závislosti od modelu môžu nachádzať na vlastnom produkte, predajnom balení alebo návode na obsluhu.

	Aplikovaný diel – typ BF Stupeň ochrany proti úrazu elektrickým prúdom (zvodový prúd)	SN	Sériové číslo
IP XX	Stupeň ochrany proti vniknutiu podľa IEC 60529		Teplotné obmedzenia
CE	Označenie CE		Obmedzenie vlhkosti
	Symbol GOST-R		Obmedzenie atmosférického tlaku
	Symbol Euroázijskej zhody	⎓	Jednosmerný prúd
	Nutnosť preštudovať si návod na obsluhu		Tento produkt nesmú používať osoby so zdravotnými implantátmi, napr. kardiostimulátormi, umelým srdcom, pľúcami alebo inými elektronickými systémami na podporu životných funkcií.
MD	Zdravotnícka pomôcka		Dátum výroby

17. Informácie o zložení tela

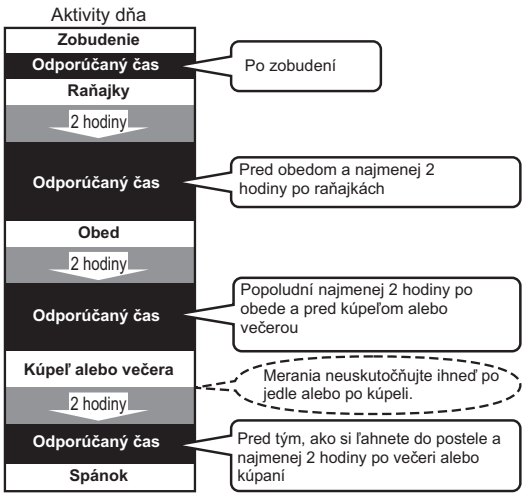
Princíp výpočtu parametrov stavby tela

Tuk v tele má malú elektrickú vodivosť

Model VIVA stanovuje percentuálny podiel tuku v tele na základe bioelektrickej impedancie (BI). Svaly, cievy a kosti sú tkanivá ľudského tela, ktoré majú vysoký podiel vody, a preto sa vyznačujú dobrou elektrickou vodivosťou. Tuk v tele predstavuje tkanivo, ktoré sa vyznačuje slabou elektrickou vodivosťou. Za účelom zisťovania množstva tukového tkaniva v tele vysiela model VIVA do tela extrémne slabý elektrický prúd nižší než 500 μA s frekvenciou 50 kHz. Tento slabý elektrický prúd nie je pri činnosti VIVA cítiť.
Na určenie stavby tela využíva toto zariadenie nameranú elektrickú impedanciu a informácie o výške, hmotnosti, veku a pohlaví a určuje výsledné údaje na základe údajov OMRON o stavbe tela.

Odporúčané časy pre meranie

Pochopenie normálnych výkyvov v percentuálnom podiele tuku Vášho tela Vám pomôže chrániť sa pred obezitou alebo redukovať jej mieru. Ozrejmenie času v rámci vlastného denného cyklu, pri ktorom nastávajú výkyvy v percentuálnom podiele tuku v tele, Vám pomôže získať presné informácie o trendoch zmien množstva tuku v tele. Odporúčame toto zariadenie používať neustále v tom istom prostredí a za podobných podmienok dňa. (Pozri tabuľku)



Merania neuskutočňujte za nasledujúcich podmienok:

- Bezprostredne po namáhavom cvičení, po kúpeli alebo saune.
- Po požití alkoholu alebo vypití veľkého množstva vody a po jedle (cca 2 hodiny).

Ak sa meranie uskutočňuje v uvedenom fyzickom stave, vzhľadom na zmeny obsahu vody v tele sa môžu údaje vypočítaných parametrov stavby tela zásadne líšiť od skutočných hodnôt.

Čo to je BMI (Body Mass Index)?

Tento index využíva nasledujúci jednoduchý vzorec a vyjadruje pomer medzi hmotnosťou a výškou osoby.

BMI = hmotnosť [kg] / výška [m] / výška [m]

Na výpočet a klasifikáciu BMI využíva model OMRON VIVA informáciu o výške uloženú pod vaším osobným číslom alebo po zadaní informácií v režime hosťa.
Ak sa na základe BMI odhalí vyšší podiel tuku v tele než uvádza medzinárodná norma, je pravdepodobnosť vzniku bežných ochorení vyššia. Avšak určením indexu BMI sa nedajú odhaliť všetky typy tuku.

Čo to je percentuálny podiel tuku v tele?

Percentuálny podiel tuku v tele predstavuje množstvo tuku vzhľadom na celkovú hmotnosť tela vyjadrené v percentách.

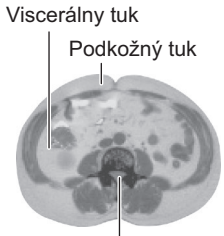
Percentuálny podiel tuku v tele [%] = {Hmotnosť tuku v tele [kg] / hmotnosť tela [kg]} x 100

VIVA využíva na určovanie percentuálneho podielu tuku v tele metódu BI.
Podľa toho, kde v tele sa tuk nachádza, sa rozlišuje viscerálny tuk a podkožný tuk.

Čo to je množstvo viscerálneho tuku?

Viscerálny tuk = tuk obklopujúci vnútorné orgány

Priveľa viscerálneho tuku sa považuje za spätý s vyšším obsahom tuku v krvnom riečišti, ktorý môže viesť k bežným ochoreniam typu hyperlipidémie a cukrovky, ktorá predstavuje poruchu schopnosti inzulínu prenášať energiu z krvného riečišťa a využívať ju v bunkách. V záujme ochrany alebo zlepšenia kondície súvisiacej s bežnými ochoreniami je dôležité pokúsiť sa znížiť množstvo viscerálneho tuku na prijateľnú úroveň. Osoby s veľkým množstvom viscerálneho tuku mávajú veľký žalúdok. Avšak to nie je vždy tak a veľké množstvo viscerálneho tuku môže súvisieť s metabolickou obezitou. Metabolická obezita (viscerálna obezita v rámci normálnej hmotnosti) reprezentuje také množstvo tuku v tele, ktoré je vyššie než priemerné, pričom je hmotnosť celého tela vzhľadom na výšku v norme alebo nižšia.

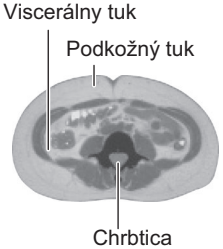


Príklad viscerálneho tuku (MRI snímka)

Čo to je podkožný tuk?

Podkožný tuk = tuk uložený pod kožou

Podkožný tuk sa akumuluje nielen okolo žalúdka, ale aj okolo horných končatín, bokov, stehien a má na svedomí neželané proporcie tela. Hoci sa nepovažuje za priamo súvisiaci so zvýšeným rizikom ochorení, predpokladá sa, že pôsobí zvýšeným tlakom na srdce a spôsobuje iné komplikácie. Podkožný tuk sa pri meraní na tomto zariadení neuvádza, ale je súčasťou percentuálneho podielu tuku v tele.



Príklad podkožného tuku (MRI snímka)

Čo to je kostrové svalstvo?

Svalstvo sa delí na dva typy - svalstvo vnútorných orgánov ako napríklad srdce a svalstvo upínajúce sa ku kostiam, ktoré slúži pre pohyby tela. Kostrové svalstvo možno budovať cvičením a inými aktivitami. Vyšší podiel kostrového svalstva znamená, že telo dokáže spaľovať energiu ľahšie, takže je menej pravdepodobné, že sa premení na tuk, čo napomáha viesť zdravý životný štýl plný energie.

Čo to je bazálny metabolizmus?

Nezávisle od aktivity je pre zachovanie každodennej funkčnosti tela potrebný určitý minimálny kalorický príjem. Nazýva sa bazálny metabolizmus a informuje, koľko kalórií musíte zjesť, aby ste získali dosť energie pre funkcie vášho tela.

18. Diagramy na interpretáciu výsledkov meraní

Interpretácia výsledkov percentuálneho podielu tuku v tele

	Vek	- (nízky)	0 (normálny)	+ (vysoký)	++ (veľmi vysoký)
Žena	10	< 16,1 %	16,1 až 32,2 %	32,3 až 35,2 %	≧ 35,3 %
	11	< 16,3 %	16,3 až 33,1 %	33,2 až 36,0 %	≧ 36,1 %
	12	< 16,4 %	16,4 až 33,5 %	33,6 až 36,3 %	≧ 36,4 %
	13	< 16,4 %	16,4 až 33,8 %	33,9 až 36,5 %	≧ 36,6 %
	14	< 16,3 %	16,3 až 34,0 %	34,1 až 36,7 %	≧ 36,8 %
	15	< 16,1 %	16,1 až 34,2 %	34,3 až 36,9 %	≧ 37,0 %
	16	< 15,8 %	15,8 až 34,5 %	34,6 až 37,1 %	≧ 37,2 %
	17	< 15,4 %	15,4 až 34,7 %	34,8 až 37,3 %	≧ 37,4 %
	18 až 39	< 21,0 %	21,0 až 32,9 %	33,0 až 38,9 %	≧ 39,0 %
	40 až 59	< 23,0 %	23,0 až 33,9 %	34,0 až 39,9 %	≧ 40,0 %
	60 až 80	< 24,0 %	24,0 až 35,9 %	36,0 až 41,9 %	≧ 42,0 %
Muž	10	< 12,8 %	12,8 až 27,9 %	28,0 až 31,8 %	≧ 31,9 %
	11	< 12,6 %	12,6 až 28,5 %	28,6 až 32,6 %	≧ 32,7 %
	12	< 12,3 %	12,3 až 28,2 %	28,3 až 32,4 %	≧ 32,5 %
	13	< 11,6 %	11,6 až 27,5 %	27,6 až 31,3 %	≧ 31,4 %
	14	< 11,1 %	11,1 až 26,4 %	26,5 až 30,0 %	≧ 30,1 %
	15	< 10,8 %	10,8 až 25,4 %	25,5 až 28,7 %	≧ 28,8 %
	16	< 10,4 %	10,4 až 24,7 %	24,8 až 27,7 %	≧ 27,8 %
	17	< 10,1 %	10,1 až 24,2 %	24,3 až 26,8 %	≧ 26,9 %
	18 až 39	< 8,0 %	8,0 až 19,9 %	20,0 až 24,9 %	≧ 25,0 %
	40 až 59	< 11,0 %	11,0 až 21,9 %	22,0 až 27,9 %	≧ 28,0 %
	60 až 80	< 13,0 %	13,0 až 24,9 %	25,0 až 29,9 %	≧ 30,0 %

HD McCarthy et al, in the International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 a Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, a klasifikované do štyroch úrovní spoločnosťou OMRON HEALTHCARE.

Interpretácia výsledkov určovania množstva viscerálneho tuku

Množstvo viscerálneho tuku	Klasifikácia
1 až 9	0 (normálny)
10 až 14	+ (vysoký)
15 až 30	++ (veľmi vysoký)

Podľa vlastných údajov spoločnosti OMRON HEALTHCARE.

Interpretácia výsledkov percentuálneho podielu kostrového svalstva

	Vek	- (nízky)	0 (normálny)	+ (vysoký)	++ (veľmi vysoký)
Žena	18 až 39	< 24,3 %	24,3 až 30,3 %	30,4 až 35,3 %	≧ 35,4 %
	40 až 59	< 24,1 %	24,1 až 30,1 %	30,2 až 35,1 %	≧ 35,2 %
	60 až 80	< 23,9 %	23,9 až 29,9 %	30,0 až 34,9 %	≧ 35,0 %
Muž	18 až 39	< 33,3 %	33,3 až 39,3 %	39,4 až 44,0 %	≧ 44,1 %
	40 až 59	< 33,1 %	33,1 až 39,1 %	39,2 až 43,8 %	≧ 43,9 %
	60 až 80	< 32,9 %	32,9 až 38,9 %	39,0 až 43,6 %	≧ 43,7 %

Podľa vlastných údajov spoločnosti OMRON HEALTHCARE.

Interpretácia výsledku BMI

Index BMI	BMI (určenie podľa WHO)
< 18,5	- (Podváha)
18,5 až 24,9	0 (normálny)
25 až 29,9	+ (Nadváha)
≧ 30	++ (obezita)

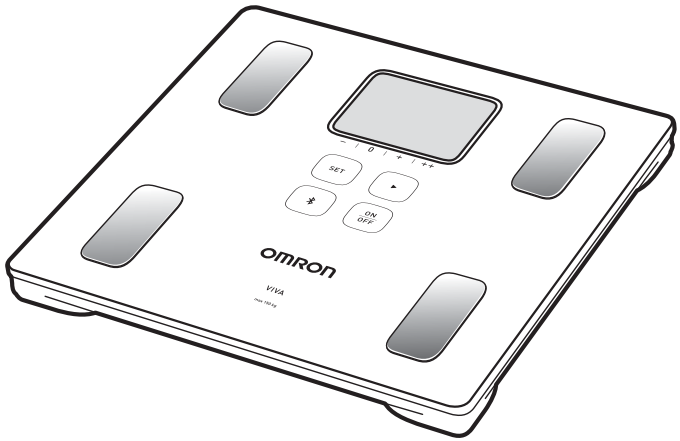
SK

Výrobca 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONSKO
Zastúpenie v EÚ **EC REP**	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLANDSKO www.omron-healthcare.com
Dovozca pre EÚ	
Výrobná prevádzka	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Čína
Dcérske spoločnosti	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Dovozca pre Spojené kráľovstvo a zodpovedná osoba v UK Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Dátum vydania: 2021-08-27

Vyrobené v Číne

OMRON



Vücut Kompozisyonu Ölçüm Aleti

VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d’emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**
- **كتيب الإرشادات**

EN DE FR ES IT NL RU TR AR

OMRON Vücut Kompozisyonu Ölçüm Aletini satın aldığınız için teşekkür ederiz. Bu üniteyi kullanmadan önce güvenli ve doğru kullanımı öğrenmek için lütfen bu Kullanım Kılavuzu'nu okuyun.
Bu Kullanım Kılavuzu'nu, daha sonra başvurmak üzere dikkatli bir şekilde saklayın.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-08-06/2021

VIVA
Vücut Kompozisyonu Ölçüm Aleti

Kullanım Amacı

Bu OMRON Vücut Kompozisyonu Ölçüm Aletini satın aldığınız için teşekkür ederiz. Bu ünite, aşağıdaki vücut kompozisyonu parametrelerini ölçmeye ve görüntülemeye yöneliktir.

- Vücut Ağırlığı
- İç Organlardaki Yağ (en fazla 30 seviye)
- Dinlenme Metabolizması (kcal cinsinden)
- Vücut Yağı (% cinsinden)
- İskelet Kasları (% cinsinden)
- BMI (Vücut Kütle İndeksi)

Bu ünite, bu kullanım kılavuzunu anlayabilen yetişkinler tarafından çalıştırılmaya yöneliktir. Hastane ya da tıbbi tesislerde profesyonel kullanım için tasarlanmamıştır, yalnızca evde kullanıma yöneliktir.

Münferit işlevler hakkında daha fazla bilgi edinmek için lütfen üniteyi kullanmaya başlamadan önce bu kullanım kılavuzunu dikkatli bir şekilde okuyun.

İçindekiler

Üniteyi kullanmadan önce 212

Güvenlikle İlgili Notlar 212
1. Ünitenizi Tanıma 214
2. Pil Takma ve Değiştirme 215
3. Üniteyi Akıllı Cihazınızla Eşleştirme 216
4. Ölçüm Birimini, Tarihi ve Saati Ayarlama 217
5. Kişisel Verileri Kaydetme 218

Kullanım talimatları 219

6. Doğru Ölçüm Yapma 219
   6.1 Ölçüm sırasında doğru duruşlar 219
   6.2 “0 kg düzeltme” hakkında (Saklama ikazı) 220
   6.3 “0 kg düzeltme” özelliğini uygulama 220
7. Ölçüm Yapma 220

Hafıza İşlevinin Kullanılması 222

8. Ölçüm Sonuçlarını Akıllı Cihazınızda Görüntüleme 222

Gerektiğinde 223

9. Kişisel Numaranızı Seçme ve Ölçüm Yapma 223
10. Misafir Modu (Kaydedilmeyen Mod) 224
11. Sadece Ağırlığı Ölçme 225
12. Kişisel Verilerinizi Değiştirme veya Silme 226
13. İletişim Ayarını Silme 227
14. Bakım ve Saklama 227
15. Sorun Giderme 228
16. Teknik Veriler 231

Vücut kompozisyonuna ilişkin bilgiler 234

17. Vücut kompozisyonu hakkında bilgiler 234
18. Ölçüm Sonuçları Yorum Diyagramları 236

Güvenlikle İlgili Notlar

Semboller ve açıklamalar aşağıda verilmektedir:

⚠**Tehlike:**	Uygunsuz kullanım ölüm ya da ciddi yaralanmaya neden olacak tehlikelere yol açabilir.
⚠**Uyarı:**	Uygunsuz kullanım, ölüm ya da ciddi yaralanmaya neden olabilir.
⚠**Dikkat:**	Uygunsuz kullanım yaralanmaya ya da ünitenin zarar görmesine neden olabilir.

⚠Tehlike:

• Bu üniteyi, kesinlikle aşağıda belirtilen elektrikli tıbbi cihazlarla birlikte kullanmayın:
(1) Kalp pilleri gibi elektronik tıbbi implantlar.
(2) Yapay kalp/akciğer gibi elektronik yaşam destek sistemleri.
(3) Elektrokardiyograf gibi taşınabilir elektronik tıbbi cihazlar.
Bu ünite bu cihazların arızalanmasına neden olarak bu cihazları kullanan kişiler için ciddi sağlık sorunlarına yol açabilir.



⚠Uyarı:

- Üniteyi çocukların erişemeyeceği bir yerde saklayın. Çocuklar yutarsa boğulma tehlikesine neden olabilecek küçük parçalar içerir.
- Bu üniteyi ıslak zemin gibi kaygan yüzeylerde kullanmayın.
- Ünitenin üzerine sıçrayıp çıkmayın ya da üzerinde zıplamayın.
- Üniteyi vücudunuz ve/veya ayaklarınız ıslakken, örneğin banyo yaptıktan sonra kullanmayın.
- Ünitenin üzerine çıplak ayakla çıkın. Ünitenin üzerine çorapla çıkılması kayarak kendinizi yaralamanıza neden olabilir.
- Ünitenin kenarına ya da ekranın bulunduğu alanın üzerine çıkmayın.
- Engelli ya da fiziki olarak güçsüz olan kişilerin üniteyi kullanması durumunda daima başka bir kişinin yardımcı olması gerekmektedir.
- Pilin içindeki sıvı gözünüze kaçarsa, gözlerinizi derhal bol suyla çalkalayın. Derhal bir doktora başvurun.
- Bu ürünü hastanelerde, uçaklarda veya radyo dalgalarının kullanılmasının yasak olduğu diğer ortamlarda kullanmayın.
- Bu ürün 2,4 GHz bandında radyo frekansları (RF) yayar. Bu ürünü uçak veya hastane gibi RF'nin yasak olduğu yerlerde kullanmayın.

⚠Dikkat:

- Üniteyi sökmeyin, onarmayın ya da üzerinde modifikasyonlar gerçekleştirmeyin.
- Öncelikle bir doktora veya sağlık uzmanına danışmadan kilo verme ya da egzersiz programına başlamayın. Kendi kendinize teşhis koymanız sağlığınıza zarar verebilir.
- Ölçüm sırasında, bu cihazın 30 cm yakınında cep telefonu veya elektromanyetik alanlar yayan başka elektrikli cihazların bulunmadığından emin olun. Aksi halde, cihaz yanlış çalışabilir ve/veya yanlış ölçüme neden olabilir.
- Bu ünite için belirtilen pilleri kullanın. Pilleri, kutupları yanlış yönde olacak şekilde takmayın.
- Eski pilleri hemen yeni pillerle değiştirin.
- Pilleri ateşe atmayın.

- Pilin içindeki sıvı cildinize ya da giysinize bulaşırsa, sıvının bulaştığı yeri derhal bol suyla yıkayın.
- Üniteyi uzun süre kullanmayacaksanız (yaklaşık üç ay veya daha fazla) pilleri üniteden çıkarın.
- Farklı tipteki pilleri bir arada kullanmayın.
- Eski pilleri ve yeni pilleri bir arada kullanmayın.
- Üniteyi kullanmadan önce mutlaka ayaklarınızı yıkayın. Ayak enfeksiyonu veya başka bir deri hastalığı geçiriyorsanız, başka insanlara enfeksiyon bulaştırabilirsiniz.
- Ünite birden fazla kişi tarafından kullanılacaksa, üniteyi kullandıktan sonra hafif deterjanla nemlendirilmiş bir bezle silin. Ardından silerek kurulayın.
- Bu üniteyi, bu kullanım kılavuzunda belirtilen amaçlar dışında kullanmayın.
- Hassas bir alet olduğundan üniteyi düşürmeyin, sarsmayın ya da güçlü darbelere maruz bırakmayın.

Veri Aktarımı

- Ölçüm sonucunuz akıllı cihazınıza aktarılırken pil değiştirmeyin. Aksi takdirde, monitörünüz yanlış çalışabilir ve ölçüm sonucunuz aktarılmayabilir.
- Ölçüm sonucunuz akıllı cihazınıza aktarılırken bu monitörün yakınına entegre devre kartları, mıknatıslar, metal nesneler veya elektromanyetik alanlar yayan başka cihazlar yerleştirmeyin. Aksi takdirde, üniteniz yanlış çalışabilir ve ölçüm sonucunuz aktarılmayabilir.

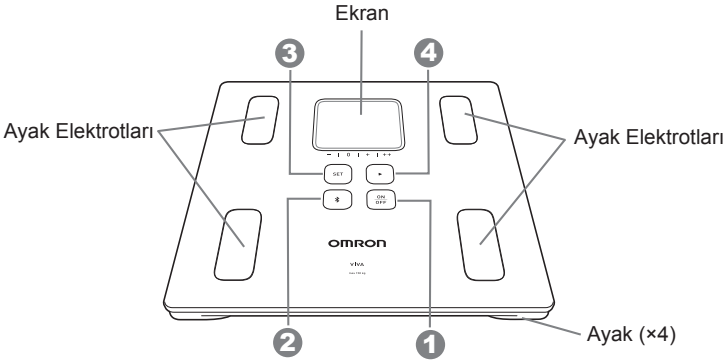
Hatalı Ölçüm

Aşağıdaki kullanıcılar için hatalı ölçümler yapılabilir:
Yaşlılar (81 yaşından büyük) / Ateşli hastalar / Vücut geliştiriciler veya yoğun antrenman yapan sporcular / Diyaliz tedavisi gören hastalar / Kemik yoğunluğu çok düşük olan osteoporoz hastaları / Hamile kadınlar / Şişkinliği olan kişiler.

- Bunun nedeni, vücut sıvısı gibi vücut kompozisyonu bilgilerinin ortalama değerden büyük ölçüde sapma gösterebilmesidir.

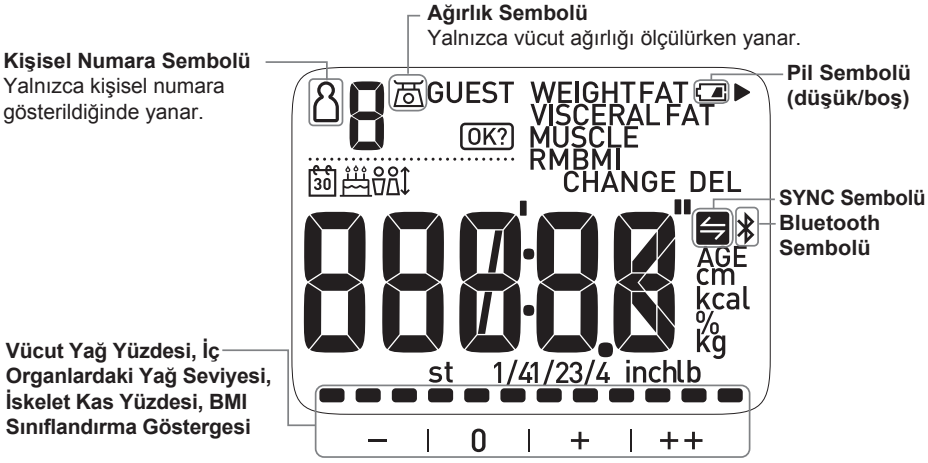
1. Ünitenizi Tanıma

Ana Ünite



❶	ON/OFF	**AÇMA/KAPATMA Düğmesi** • Gücü açmak için bu düğmeye basın. • Gücü kapatmak için bu düğmeye basın (2 saniye veya daha uzun).
❷	ᛒ	**Bluetooth Düğmesi** • Verileri manuel olarak aktarmak için bu düğmeye basın. • Üniteyi akıllı cihazınızla eşleştirmek için bu düğmeye basın (2 saniye veya daha uzun). ※ Bu düğme güç kapalı olduğunda da kullanılabilir.
❸	SET	**SET Düğmesi** • Verileri ayarlamak veya onaylamak için bu düğmeye basın.
❹	▶	**İlerle Düğmesi** • İlerlemek için bu düğmeyi kullanın. • Tarih, saat ve boy ayarı sırasında hızlı ilerlemek için bu düğmeyi basılı tutun.

Ekran

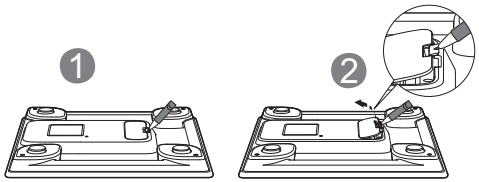


2. Pil Takma ve Değiştirme

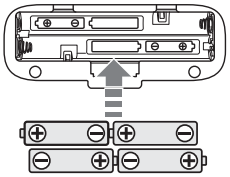
1. **Ünitenin arkasındaki pil kapağını açın.**

Kalem gibi sert bir nesne kullanılabilir.





2. **Pilleri, kutupları pil kapağının içinde belirtilen şekilde doğru yerleşecek şekilde takın.**

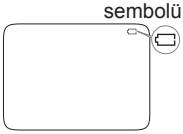


3. **Pil kapağını kapatın.**

Pil Ömrü ve Pilin Değiştirilmesi

- **Yaklaşık 6 ay (AAA alkalin piller bir gün içinde 23°C oda sıcaklığında dört ölçüm, dört veri aktarımı ve dört kişi için kullanıldığında)**
  - Üniteyle birlikte verilen piller yalnızca deneme amaçlıdır, bu nedenle ömürleri daha kısa olabilir.
- **Ekranda boş pil sembolü göründüğünde, dört pilin tamamını yenileriyle değiştirin.**
  - Dört pilin tamamını (aynı türde) yeni pillerle aynı anda değiştirin.
  - Düşük pil sembolü yanıp söndüğünde, pillerin hemen yenileriyle değiştirilmesi önerilir.

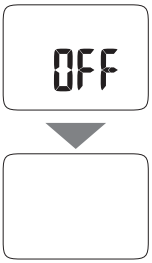
Boş Pil sembolü



- **Pilleri, üniteyi kapattıktan sonra değiştirin.**
  - Ünitede depolanmış kişisel veriler, piller çıkarılsa bile hafızada kalır.
  - Pillerin, pillerin atılmasıyla ilgili ulusal düzenlemelere uygun şekilde atılması gerekmektedir.
- **Piller değiştirildiğinde, ölçüm birimi, saat ve tarihi sıfırlamanız gerekir. (Bkz. Bölüm 4.)**
  - "OMRON connect" uygulamasıyla daha önce eşleştirme yaptıysanız, bu uygulamayla iletişim kurmak için (ᛒ) düğmesine bastığınızda tarih ve saat otomatik olarak ayarlanır.

Güç KAPATMA İşlevi Hakkında

- **Gücü kapatmak için (ON/OFF) düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).**



- **Aşağıdaki durumlarda güç otomatik olarak kapanır.**
  - "Err" ifadesi gösterildikten 10 saniye sonra.
  - "0,0 kg" ifadesi gösterildiğinde ünite 1 dakika boyunca kullanılmamışsa.
  - Ünite 3 dakika boyunca kullanılmamışsa.

3. Üniteyi Akıllı Cihazınızla Eşleştirme

1. **Akıllı cihazınızın Bluetooth özelliğini etkinleştirin.**

2. **"OMRON connect" uygulamasını cihazınıza indirip yükleyin.**

Aşağıdaki 2 yöntemden birini seçebilirsiniz.

■ **Aşağıdaki adrese erişmek için QR kodunu tarayın.**

omronconnect.com/setup

QR kodu

■ **"App Store" veya "Google Play" mağazasında "OMRON connect" uygulamasını arayın.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Akıllı cihazınızda uygulamayı açıp kurulum ve eşleştirme talimatlarını izleyin.**

"OMRON connect" uygulamanız zaten varsa şuraya gidin:

Menü>Cihaz>Cihaz Ekle

NOTLAR

- Bir akıllı cihaz yalnızca bir kullanıcının verilerini yönetir.
- "OMRON connect" dışında bir uygulama kullanılırsa, veriler doğru şekilde aktarılmayabilir.
- Ayrıntılar için lütfen uygulamanın içindeki kullanım yöntemi ve kullanım talimatlarını okuyun.

4. Ölçüm Birimini, Tarihi ve Saati Ayarlama

İlk kez ölçüm yapmadan önce veya pilleri değiştirdikten sonra ölçüm birimi, tarih ve saatin ayarlanması gerekir.

- Tarih ve saat ayarı “OMRON connect” uygulamasından da yapılabilir.

1. Gücü açmak için (ON/OFF) düğmesine basın.

Ekranda “kg&cm” ifadesi yanıp söner.

2. Ölçüm birimini ayarlayın.

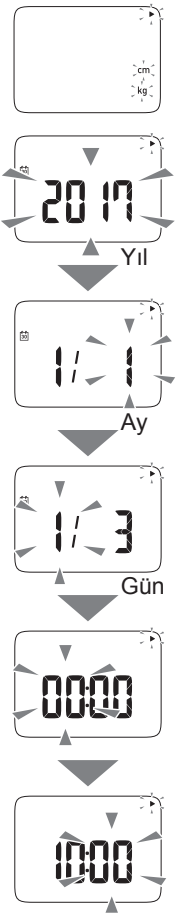
Ayarlamak için (▶) düğmesine, onaylamak için de (SET) düğmesine basın.

- Varsayılan ölçüm birimi “kg & cm” birimidir.
- Ölçüm birimini “lb & inç” veya “st-lb & inç” şeklinde ayarlayabilirsiniz.

3. Üniteyi doğru tarih ve saate ayarlayın.

Ayarlamak için (▶) düğmesine, onaylamak için de (SET) düğmesine basın.

- Yıl ayarı aralığı: 2017 - 2045.
- Saat 24 saatlik sistemdir.
- Yıl, gün, saat ve dakikayı ayarlarken, 10'luk artışlarla hızlıca ilerlemek için (▶) düğmesini basılı tutun.



Ölçüm birimi, yıl, ay, gün, saat ve dakika ayarlarının tümü bu sırayla görüntülendikten sonra güç otomatik olarak kapanır.

NOTLAR

- Ayar sırasında herhangi bir hata yapılırsa, (ON/OFF) düğmesine basarak gücü kapatın ve “Adım 1” den yeniden başlayın.
- Ünite 3 dakika boyunca kullanılmazsa güç kapanır. Ölçüm birimi, tarih ve saati bir kez daha ayarlayın.
- Ölçüm birimi, tarih veya saati değiştirmek için pilleri çıkarın ve en az 20 saniye bekleyin. Ardından pilleri takıp yeniden sıfırlayın.

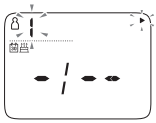
5. Kişisel Verileri Kaydetme

Vücut kompozisyonunun ölçülmesi için kişisel bilgilerinizin (doğum tarihi, cinsiyet, boy) kaydedilmesi gerekir. 4 kişiye kadar kayıtlı veriler saklanabilir.

- Kişisel veriler “OMRON connect” uygulamasından da kaydedilebilir.

1. Gücü açmak için (ON/OFF) düğmesine basın.

Güç açılır. “1” kişisel numarası yanıp söner. Doğum tarihi (- - / - -) görüntülenir.



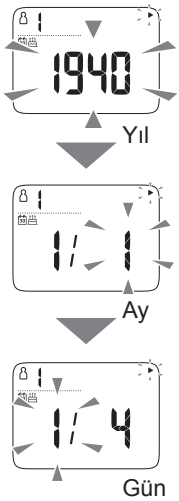
2. Kişisel numaranızı seçip onaylayın.

Kişisel numaranızı seçmek için (▶) düğmesine, onaylamak için (SET) düğmesine basın.

3. Doğum tarihini ayarlayın.

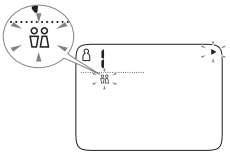
Doğum tarihini ayarlamak için (▶) düğmesine, onaylamak için de (SET) düğmesine basın.

- Yıl ayarı aralığı:1900 - 2045
- Yıl ve günü ayarlarken, 10'luk artışlarla hızlıca ilerlemek için (▶) düğmesini basılı tutun.



4. Cinsiyeti ayarlayın

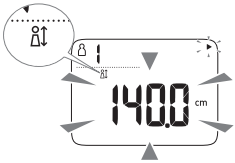
(▶) düğmesine basarak cinsiyeti ♀ (ERKEK) veya ♂ (KADIN) olarak ayarlayın ve (SET) düğmesine basarak onaylayın.



5. Boyu ayarlayın.

Boyu ayarlamak için (▶) düğmesine, onaylamak için (SET) düğmesine basın.

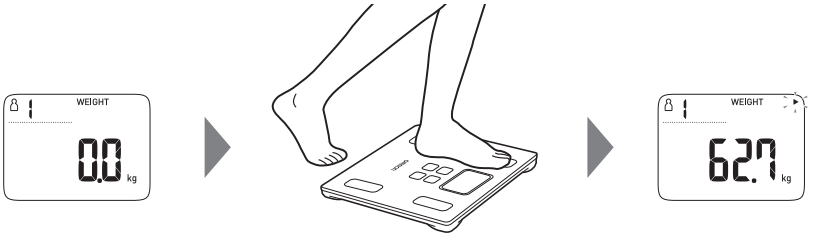
- 10 cm'lik (veya 1 inç) artışlarla hızlıca ilerlemek için sürekli basın.
- Tüm ayarlar onaylamanız için görüntülendikten sonra, ekranda “0,0 kg” görüntülenir.



TR

6. “0,0 kg” ifadesi gösterildiğinde ölçüm yapmak için üniteye çıkın.

Vücut ağırlığı ve vücut kompozisyonu verileri, otomatik tanımayı desteklemek üzere üniteye kaydedilir.
Bir süre sonra, ölçüm sonuçları aşağıdaki gibi gösterilir.



7. Ölçüm sonuçları gösterildikten sonra üniteden inin.

Kişisel veri kaydı tamamlanır.

8. Gücü kapatmak için (ON OFF) düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).

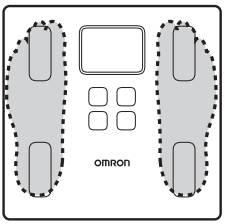
Yeni kişisel veriler eklemek için “Adım 1”'den başlayın.

Kullanım talimatları

6. Doğru Ölçüm Yapma

6.1 Ölçüm sırasında doğru duruşlar

Üniteye çıplak ayakla çıkın.
Taban çukurlarınızı ünitenin merkezine yerleştirin.



Not

- Üniteye çorap veya ayakkabıyla çıkılması, hatalı ölçüm yapılmasına neden olabilir.



Ölçüm sırasında dizlerinizi bükmeyin.

Sert ve düz bir zeminde ölçüm yapın.

Not

- Mat veya halı gibi yastıklı bir zemin, hatalı ölçüm yapılmasına neden olabilir.

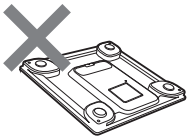
6.2 “0 kg düzeltme” hakkında (Saklama ikazı)

Ünite kullanımda olmadığında doğruluğu düzenli aralıklarla otomatik olarak düzeltir.

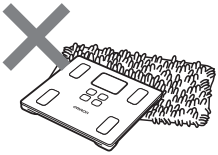
- Ünite aşağıda gösterildiği gibi yerleştirilirse, bu doğruluk düzeltme işlevi çalışmaz; ölçüm yapmadan önce “0 kg düzeltme” özelliğini uygulayın.



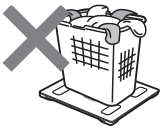
Ünite duvara veya başka nesnelere yaslanmışsa



Ünite baş aşağı yerleştirilmişse

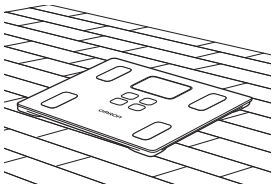


Ünite bir nesne üzerine yerleştirilmişse



Ünite üzerine bir nesne yerleştirilmişse

6.3 “0 kg düzeltme” özelliğini uygulama



1. **Üniteyi sert ve düz bir zemine yerleştirin.**

2. **Gücü açmak için (ON/OFF) düğmesine basın.**

3. **Kişisel numaranızı veya “” öğesini seçin.**

(▶) düğmesiyle kişisel numaranızı veya “” öğesini seçin ve ardından (SET) düğmesine basarak onaylayın.

4. **Ekranda “0,0 kg” gösterildiğinde, (ON/OFF) düğmesine basarak (2 saniye veya daha uzun) gücü kapatın.**

Bunun yapılması “0 kg düzeltme” işlemini tamamlar. 5 saniye bekledikten sonra ölçüm yapın.

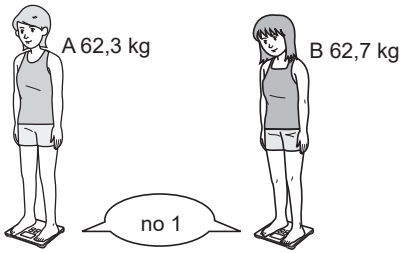
Kullanım talimatları

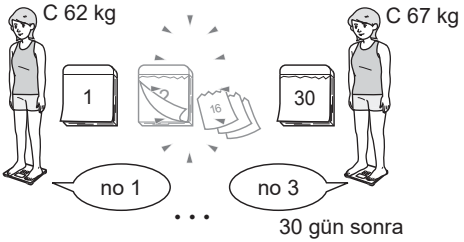
7. Ölçüm Yapma

Kişi ünitenin üzerine çıktığında, ünite açılarak kişisel numarayı otomatik olarak tanır ve ölçümü başlatır.

Aşağıdaki durumlarda yanlış kişisel numara gösterilebilir.

- Benzer vücut türüne ve vücut ağırlığına sahip kullanıcılar ölçüldüğünde.
- Son ölçümden sonra vücut ağırlığınız değiştiğinde.



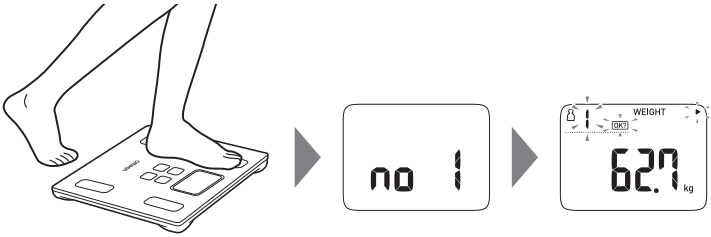


Hatalı tanıma devam ederse, ölçüm yapmak için kişisel numaranızı seçin. (Bkz. Bölüm 9.)

TR

1. Ünitenin gücü kapalıyken ölçüm yapın.

Ünitenin üzerine çıktığınızda güç otomatik olarak açılır.



2. Kişisel numara ve ölçüm sonuçları gösterildiğinde, ölçüm tamamlanır.

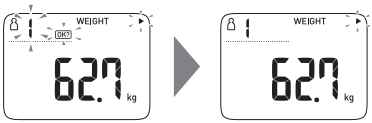
Üniteden inin.

3. Kişisel numaranızı onaylayın.

■ Kişisel numaranız doğruysa…

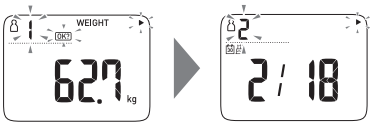
Kişisel numaranızı onaylamak için SET düğmesine basın. OK? öğesi kaybolur.

OK? yanıp sönerken gücü kapatsanız bile, ölçüm değeri ekranda gösterilen kişisel numarayla ilişkilendirilerek sonuçlar üniteye kaydedilir.



■ Kişisel numaranız yanlışsa…

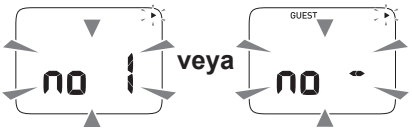
Güç kapanmadan önce, ▶ düğmesiyle kişisel numaranızı seçin ve ardından SET düğmesine basarak onaylayın.



■ Kişisel numaranızı hatalı onayladıysanız…

Güç kapanmadan önce, kişisel numaranızı yeniden seçebilmek için SET düğmesine basın.

Ekranda “no 1” - “no 4” arasında bir değer yanıp sönüyor veya MİSAFİR ifadesi gösteriliyorsa, kişisel verileriniz üniteye kaydedilmemiştir.
Kişisel verilerinizi kaydedin.
Misafir Modu'nu da kullanabilirsiniz.



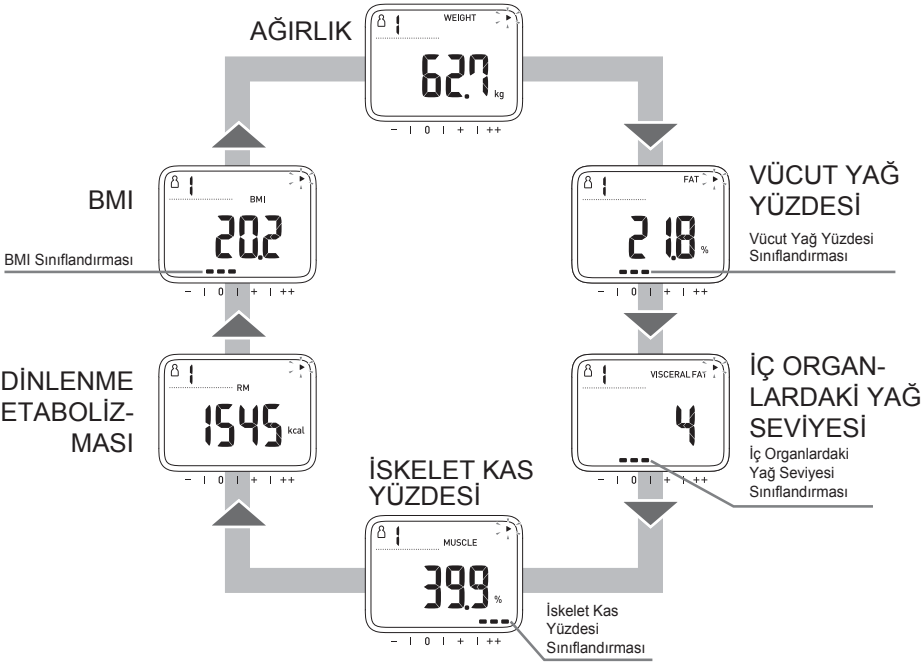
4. Ölçüm sonuçlarını kontrol edin.

Sonuç ekranı aşağıda gösterildiği gibi otomatik olarak döndürülür.

Kişisel numaranızı onayladıktan sonra, ▶ düğmesiyle görüntülemek istediğiniz bir ölçüm sonucuna geçebilirsiniz.

Not

- Vücut Yağ Yüzdesini, İç Organlardaki Yağ Seviyesini, İskelet Kas Yüzdesini ve BMI sınıflandırma göstergesini ölçümün kılavuzu olarak kullanın.
- Ölçüm sonuçlarınızı daha iyi anlamak için Bölüm 17 ve 18'deki bilgilere ve diyagramlara bakın.



5. Gücü kapatmak için ON/OFF düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).

Ünite 3 dakika boyunca kullanılmazsa güç kapanır.

Hafıza İşlevinin Kullanılması

8. Ölçüm Sonuçlarını Akıllı Cihazınızda Görüntüleme

TR

Ölçüm sonuçlarınızı görüntülemek için "OMRON connect" uygulamasındaki talimatları izleyin.

Bundan sonra, kilo ve vücut kompozisyon parametrelerinizin değişimlerini akıllı cihazınızda görüntüleyebilirsiniz.

Not

- Akıllı cihazınızda "OMRON connect" uygulaması yüklü olmalıdır. (Bkz. Bölüm 3.)

Gerektiğinde

9. Kişisel Numaranızı Seçme ve Ölçüm Yapma

Kişisel numaranız sıklıkla tanınmıyorsa, aşağıdaki gibi kişisel numaranızı seçip ölçüm yapabilirsiniz.

1. **Gücü açmak için (ON/OFF) düğmesine basın.**

Güç açılır. “1” kişisel numarası yanıp söner.

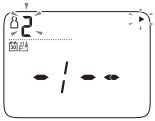


2. **Kişisel numaranızı seçin.**

(▶) düğmesiyle kişisel numaranızı seçin.

Doğum tarihi (- / - -) gösterildiğinde,
Kişisel numaranıza kişisel verileriniz kaydedilmemiştir.

Kişisel verilerinizi kaydedin. (Bkz. Bölüm 5.)



3. **Kişisel numaranızı onaylamak için (SET) düğmesine basın.**

“0,0 kg” gösterilir.

4. **“0,0 kg” gösterildiğinde ölçüm yapın.**

Ünitenin üstüne çıkın.



5. **Ölçüm sonuçlarını kontrol edin.**

Sonuç ekranı otomatik olarak döndürülür.

6. **Gücü kapatmak için (ON/OFF) düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).**

Ünite 3 dakika boyunca kullanılmazsa güç kapanır.

Gerektiğinde

10. Misafir Modu (Kaydedilmeyen Mod)

Bu mod kullanıldığında ölçüm sonuçlarınız kaydedilmez.

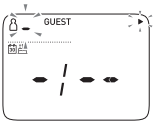
1. Gücü açmak için (ON/OFF) düğmesine basın.

Güç açılır. “1” kişisel numarası yanıp söner.



2. “ ” öğesini seçip onaylayın.

(▶) düğmesiyle “MİSAFİR” öğesini seçip (SET) düğmesine basarak onaylayın.

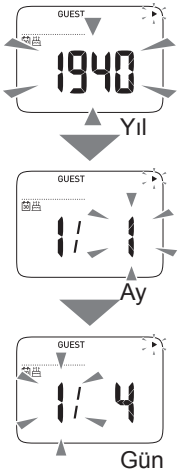


3. Kişisel verileri girin.

3.1 Doğum tarihini ayarlayın

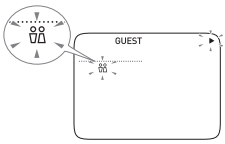
Doğum tarihini ayarlamak için (▶) düğmesine, onaylamak için de (SET) düğmesine basın.

- Yıl ayarı aralığı: 1900 - 2045.
- Yıl ve günü ayarlarken, 10'luk artışlarla hızlıca ilerlemek için (▶) düğmesini basılı tutun.



3.2 Cinsiyeti ayarlayın

(▶) düğmesine basarak cinsiyeti (ERKEK) veya (KADIN) olarak ayarlayın ve (SET) düğmesine basarak onaylayın.



3.3 Boyu ayarlayın

Boyu ayarlamak için (▶) düğmesine, onaylamak için de (SET) düğmesine basın.

- 10 cm'lik (1 inç) artışlarla hızlıca ilerlemek için sürekli basın.



Tüm ayarlar onaylamanız için görüntülendikten sonra, ekranda “0,0 kg” görüntülenir.
“0,0 kg” ifadesi gösterildikten sonra ünite 1 dakika boyunca kullanılmazsa güç kapanır.

4. "0,0 kg" gösterildiğinde ölçümü başlatın.

Ünitenin üstüne çıkın.



5. Ölçüm sonuçlarını kontrol edin.

Sonuç ekranı otomatik olarak döndürülür.

6. Gücü kapatmak için [ON/OFF] düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).

Ünite 3 dakika boyunca kullanılmazsa güç kapanır.

Gerektiğinde

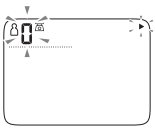
11. Sadece Ağırlığı Ölçme

Bu mod kullanıldığında ölçüm sonucu kaydedilmez.

1. Gücü açmak için [ON/OFF] düğmesine basın.

Güç açılır. "1" kişisel numarası yanıp söner.

2. "" öğesini seçip onaylayın.



[▶] düğmesiyle "" öğesini seçip [SET] düğmesine basarak onaylayın.

3. Ekranda "0.0 kg" görüntülendiğinde ünitenin üstüne çıkın.



4. Ölçüm sonuçlarını kontrol edin.

Ağırlığınız ekranda görüntülenir ve ölçümün tamamlandığını belirtmek üzere yanıp söner.

5. Gücü kapatmak için [ON/OFF] düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).

Ünite 3 dakika boyunca kullanılmazsa güç kapanır.

Gerektiğinde

12. Kişisel Verilerinizi Değiştirme veya Silme

1. **Gücü açmak için (ON/OFF) düğmesine basın.**
Güç açılır. “1” kişisel numarası yanıp söner.

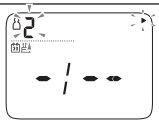


2. **Kişisel numaranızı seçin**
Kişisel numara seçmek için (▶) düğmesine basın.

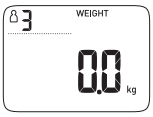


Doğum tarihi (- : - -) gösterildiğinde,

Kişisel numaranıza kişisel verileriniz kaydedilmez.
Kişisel verilerinizi kaydedin. (Bkz. Bölüm 5.)



3. **Kişisel numarayı onaylamak için (SET) düğmesine basın.**
“0,0 kg” gösterilir.



4. **(SET) düğmesine basın.**
“DEĞİŞTİR” ve “SİL” ifadeleri yanıp söner.

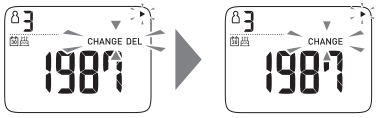


5. **Kişisel veriler için “DEĞİŞTİR” veya “SİL” seçeneğini belirleyin**

- Kişisel veriler değiştirilse bile, ölçüm sonuçları değiştirilmez veya silinmez. Başka bir kişinin kullandığı kişisel numarayı kullanırken, kişisel verileri silin ve ardından kişisel verileri yeniden kaydedin.

Kişisel verilerinizi değiştirme
(Ölçüm sonuçları silinmez)

1. **“DEĞİŞTİR” öğesini seçmek için (▶) düğmesine basın**



2. **(SET) düğmesine basın**
Yıl yanıp söner.

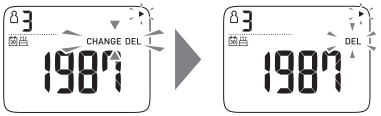


3. **Bölüm 5'teki Adım 3 ~Adım 5'e bakarak “doğum tarihi”, “cinsiyet” ve “boy” değerlerini değiştirin.**

- Herhangi bir değişikliği işlemin ortasında değiştirmek için, (ON/OFF) düğmesine basarak (2 saniye veya daha uzun) gücü kapatın.
- Aktarılmayan ölçüm sonuçları değiştirilmez.

Kişisel verilerinizi silme
(Ölçüm sonuçları da silinir)

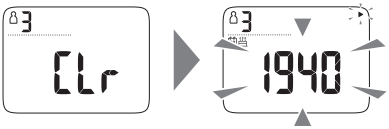
1. **“SİL” öğesini seçmek için (▶) düğmesine basın**



2. **(SET) düğmesine basın**
OK? yanıp söner.



3. **(SET) düğmesine tekrar basın**



TR

Gerektiğinde

13. İletişim Ayarını Silme

"OMRON connect" uygulamasının kullanımını durdurmak veya iletişim ayarlarını akıllı cihazınızdan silmek isterseniz lütfen aşağıdaki işlemleri yapın. Üniteye kaydedilmiş tüm ayarlar silinir.

1. **(Bluetooth) düğmesini 2 saniyeden uzun süre basılı tutun.**

" P " ve Bluetooth sembolü yanıp söner.



2. **(Bluetooth) düğmesini tekrar 2 saniyeden uzun süre basılı tutun.**

" OK? " ve "CLr" yanıp söner.



3. **Onaylamak için (SET) düğmesine basın.**

"CLr" ifadesi gösterildikten sonra ünite 10 saniye boyunca kullanılmazsa güç kapanır.



Gerektiğinde

14. Bakım ve Saklama

Ünitenin Temizlenmesi

- Üniteyi daima kullanmadan önce temizleyin.
- Üniteyi yumuşak ve kuru bir bezle silin. Gerekirse, su ya da deterjanla ıslatılmış bir bez kullanın; üniteyi silmeden önce bezi iyice sıkın ve sildikten sonra kuru bir bezle silin.
- Üniteyi temizlemek için benzen, tiner veya uçucu çözücüler kullanmayın.
- Üniteyi suyla yıkamayın.

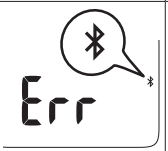
Bakım ve Saklama

- Üniteyi aşağıdaki koşullara maruz kalacağı ortamlarda saklamayın:
  - Rutubet veya suyun ünitenin içine girebileceği nemli ortamlar
  - Yüksek sıcaklık, doğrudan güneş ışığı ya da toza maruz kalacağı alanlar
  - Ani darbe veya sarsıntı riskinin olduğu alanlar
  - Aşındırıcı gazların ya da kimyasalların depolandığı alanlar.
- Hiçbir koşulda kendi kendinize onarım yapmayın. Bu ürün, üretim sırasında kalibre edilmiştir. Ölçümlerin doğruluğundan şüphe etmeniz durumunda lütfen yetkili OMRON distribütörünüze başvurun. Doğru çalışma ve hassasiyetten emin olmak için, genel olarak cihazın 2 yılda bir kontrol ettirilmesi önerilir.

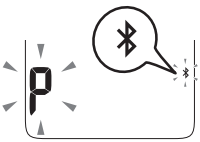
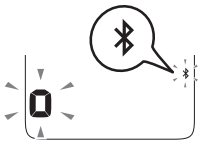
Gerektiğinde

15. Sorun Giderme

Ölçüm sırasında aşağıdaki sorunlardan herhangi biri oluşursa, öncelikle 30 cm mesafede başka bir elektrikli cihazın bulunmadığından emin olun. Sorun devam ederse aşağıdaki tabloya bakın.

Hata Göstergesi	Neden	Çözüm
Err 1	Vücut kompozisyonu ölçümü sırasında üniteden indiniz.	Vücut kompozisyonu ölçümü tamamlanmadan üniteden inmeyin. (Bkz. Bölüm 6.)
	Ayak tabanlarınız elektrotlarla tam olarak temas etmiyor.	Ölçüm yaparken, ayak tabanlarınızı elektrotlara sıkıca yerleştirerek ünite üzerinde doğru şekilde durduğunuzdan emin olun. (Bkz. Bölüm 6.)
Err2	Ölçüm için duruşunuz hatalı, ayak tabanlarınız elektrotlarla tam olarak temas etmiyor veya ayak tabanlarınız kuru.	Dizleriniz ve sırtınız dik bir şekilde durun. Ayaklarınızı elektrotların üzerine sıkıca yerleştirin ve ölçüm sırasında ayaklarınızı hareket ettirmeyin. (Bkz. Bölüm 6.) Ayak tabanlarınızı nemli bir havluyla hafifçe ıslatın ve tekrar deneyin.
Err5	Tarih ve saatin ayarlanmasının ardından ekran otomatik olarak kapanmadan önce üniteye dokunuldu veya ünite kullanıldı.	Pili çıkarın ve yeniden takın. “Üniteyi Akıllı Cihazınızla Eşleyin” seçeneğinden cihazı yeniden başlatın. (Bkz. Bölüm 3.) • Tarih ve saat gösterildiğinde, güç otomatik olarak kapanana kadar lütfen üniteyi gözetimsiz bırakın.
	Cihaz hatası.	Pili çıkarın ve yeniden takın. Bu tamamlandıktan sonra lütfen cihazı yeniden başlatın. Hata gösterilmeye devam ederse, OMRON servis temsilcisine başvurun.
Err6	İletişim hatası.	Gücü kapatın ve yeniden iletişim kurmayı deneyin. Bu hata yeniden gösterilirse, OMRON servis temsilcisine başvurun.
Err	Ölçüm sırasında hareket ettiniz.	Ölçüm sırasında hareketsiz durun.
	Vücut ağırlığınız ölçülebilir aralığın dışında.	
	İletişim hatası.	Akıllı cihazınızın ekranını onaylayın ve “OMRON connect” uygulamasındaki talimatları izleyin. “OMRON connect” uygulamasındaki “Yardım” bölümüne bakın.
	Piller azaldı.	Pillerin tamamen boşalmadan önce yenileriyle değiştirilmesi önerilir. (Bkz. Bölüm 2.)
	Piller bitti.	Pilleri değiştirin. (Bkz. Bölüm 2.)

TR

Sorun	Neden	Çözüm
 yanıp sönüyor	24-29 ölçüm sonucu seti depolandı.	Ölçüm sonuçlarını “OMRON connect” uygulamasına aktardığınızda sembol kaybolur.
	30 ölçüm sonucu seti depolandı.	Bu sayı 30'u aşarsa, en eski sonuçlar silinir. Ölçüm sonuçlarını “OMRON connect” uygulamasına aktardığınızda sembol kaybolur.
	Bluetooth düğmesini 2 saniyeden uzun süre basılı tuttunuz.	Ünitenizi akıllı cihazınızla eşleştirdiğinizde bu uyarı gösterilir. “OMRON connect” uygulamasındaki talimatları izleyin. Eşleştirmeyi durdurmak için ON/OFF düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).
	Bluetooth düğmesine bastınız.	Veriler akıllı cihazınıza aktarıldığında bu uyarı gösterilir. “OMRON connect” uygulamasındaki talimatları izleyin. Aktarımı durdurmak için ON/OFF düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).
	“P” ve Bluetooth sembolü yanıp sönerken Bluetooth düğmesini 2 saniyeden uzun süre basılı tuttunuz.	İletişim ayarını sildiğinizde bu uyarı gösterilir. (Bkz. Bölüm 13.) İşlemi durdurmak için ON/OFF düğmesine basın (2 saniye veya daha uzun).
Gücü açsanız bile hiçbir şey görüntülenmiyor. Ünitenin üzerine çıksanız bile hiçbir şey görüntülenmiyor.	Pil takılmadı.	Pilleri takın.
	Piller yanlış yönde takıldı.	Pilleri doğru yönde takın.
	Piller bitmiş.	Dört pili yenileriyle değiştirin.
Pilleri değiştirdikten sonra, ünitenin üzerine çıkıldığında hiçbir şey gösterilmiyor.	Pilleri değiştirdikten sonra ölçüm birimi, tarih ve saat ayarını yapmadınız.	Ölçüm birimi, tarih ve saati ayarlayın. (Bkz. Bölüm 4.)
	Vücut ağırlığınız çok düşük. (12 kg'den az.)	Ölçüm yapmadan önce kişisel numara seçin.
Bazı sonuçlar için “- - - - -” gösteriliyor.	Kayıtlı veriler veya vücut kompozisyonu değerleri, ölçülebilir aralığın dışında.	Doğum tarihi, cinsiyet ve boy ayarlarının doğru olup olmadığını kontrol edin. Bu ayarlar doğru olsa bile, görüntülenebilir ya da desteklenen yaş aralığının dışında olmaları durumunda “- - - - -” görüntülenir.

Sorun	Neden	Çözüm
Ölçüm sonucu gerçek sonuçtan daha yüksek veya düşük. Sonuçlar her ölçümde büyük farklılık gösteriyor.	Ölçüm sırasında duruşunuz yanlış.	Doğru bir duruşla ölçüm yapın.
	Halı veya dolgulu bir zemin üzerinde ya da düz olmayan bir zeminde ölçüm yapıyorsunuz.	Sert ve düz bir zeminde ölçüm yapın.
	Ayak tabanlarınız ve vücudunuz soğuk olduğu için kan dolaşımını bozuyor.	Ölçüm yapmadan önce kan dolaşımının normale dönmesi için vücudunuzu ısıtın.
	Ayak elektrotları çok soğuk.	Ölçüm yapmadan önce üniteyi bir süre için sıcak bir odada bırakın.
	Ayak tabanlarınız kuru.	Ölçüm yapmadan önce ayak tabanlarınızı nemli bir havluyla hafifçe ıslatın.
	“0 kg düzeltme” doğru şekilde uygulanmadı.	“0 kg düzeltme” özelliğini uygulayın. (Bkz. Bölüm 6,3.)
Doğru şekilde tanınmadınız.	Son ölçümden bu yana vücut ağırlığınız büyük ölçüde değişti.	Ölçüm yapmadan önce kişisel numara seçin. (Bkz. Bölüm 9.)
	Vücut tipiniz kayıtlı başka bir kişiye benziyor.	
	Başka bir kullanıcının ölçüm sonuçları kaydedildi.	
Vücut kompozisyonunu ölçmek istiyorsunuz, ancak yalnızca vücut ağırlığı görüntüleniyor.	Kişisel numara veya MİSAFİR seçilmedi. (Kişisel numara veya MİSAFİR görüntülenmiyor.)	Ölçüm yapmadan önce kişisel numara veya MİSAFİR öğesini seçin.
Düğme yanıt vermiyor.	Ünitenin üzerindeyken bir düğmeye bastınız.	Ünitenin üzerinden inin ve sonra bir düğmeye basın.
	Düğme ıslak veya kirlenmiş.	Ölçüm yapmadan önce suyu veya lekeyi silerek temizleyin.
	Aynı anda iki veya daha fazla düğmeye bastınız.	Aynı anda yalnızca bir düğmeye basın.
Hiçbir işlem yapmamanıza rağmen güç kapanıyor.	“Güç KAPATMA İşlevi Hakkında” bölümüne bakın. (Bkz. Bölüm 2.)	
Veri gönderme hatası	“OMRON connect” uygulamasındaki “Yardım” bölümüne bakın.	

Gerektiğinde

16. Teknik Veriler

Ürün Kategorisi	**Vücut Kompozisyonu Analiz Aletleri**	
Ürün Açıklaması	**Vücut Kompozisyonu Ölçüm Aleti**	
Model (kod)	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Ekran*	**Vücut Ağırlığı:**	0,1 kg'lık artışlarla 2,0 - 150,0 kg arası (0,2 lb'lik artışlarla 4,4 - 330,0 lb arası) (0,2 lb'lik artışlarla 0 st 4,4 lb - 23 st 8,0 lb arası)
	Vücut Yağ yüzdesi:	%0,1'lik artışlarla %5,0 - 60,0 arası
	İskelet Kas yüzdesi:	%0,1'lik artışlarla %5,0 - 50,0 arası
	BMI:	0,1'lik artışlarla 7,0 - 90,0 arası
	Dinlenme Metabolizması:	1 kcal'lik artışlarla 385 - 3999 kcal arası
	İç Organlardaki Yağ Seviyesi:	1 seviyelik artışlarla 30 seviye
	Vücut yağ yüzdesi, İskelet kas yüzdesi ve BMI sınıflandırması: – (Düşük) / 0 (Normal) / + (Yüksek) / ++ (Çok Yüksek) 4 seviye	
	İç organlardaki yağ seviyesi sınıflandırması: 0 (Normal) / + (Yüksek) / ++ (Çok Yüksek) 3 seviye * Vücut yağ yüzdesi ve Vücut yağ yüzdesi sınıflandırması için yaş aralığı 10 - 80 yaştır. * İskelet Kası yüzdesi, İskelet Kası yüzde sınıflandırması, İç Organlardaki Yağ seviyesi, İç Organlardaki Yağ seviyesi sınıflandırması, ve Dinlenme Metabolizması için aralık 18 - 80 yaştır.	
Aktarım Protokolü	**Bluetooth®** düşük enerji teknolojisi	
Kablosuz iletişim	**Frekans aralığı:**	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz)
	Modülasyon:	GFSK
	Etkili yayılan güç:	<20 dBm
Ayar Öğeleri*	Aşağıdaki bilgiler 4 kişiye kadar saklanabilir.	
	Ölçüm birimi	kg ve cm / lb ve inç / st-lb ve inç
	Doğum tarihi	1 Ocak 1900 - 31 Aralık 2045 arası
	Cinsiyet	Erkek / Kadın
	Boy	0,5 cm'lik artışlarla 100,0 - 199,5 cm (1/4" artışlarla 3' 4" - 6' 6 1/2")
	* Kişinin boyu 100,0 cm'den az veya 199,5 cm'den fazlaysa: BMI ve vücut kompozisyon ölçümü sonuçları referans amaçlıdır.	
Ağırlık Hassasiyeti	2,0 kg - 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb - 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb - 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg - 150,0 kg: ± %1 (88,2 lb - 330,0 lb: ± %1) (6 st 4,2 lb - 23 st 8,0 lb: ± %1)	
Hassasiyet (S.E.E.)	**Vücut Yağ yüzdesi:**	%3,5
	İskelet Kas yüzdesi:	%3,5
	İç Organlardaki Yağ Seviyesi:	3 seviye

Dayanıklılık Süresi	5 yıl
IP Sınıflandırması	IP21* * IP sınıflandırması, IEC 60529 gereğince muhafazaların sağladığı koruma dereceleridir. Bu cihaz, parmak gibi 12,5 mm çapında katı yabancı cisimlere karşı korumalıdır. Bu cihaz, normal çalışma sırasında sorunlara yol açabilecek, dikey olarak düşen su damlalarına karşı korumalıdır.
Güç Kaynağı	4 AAA alkalin pil (LR03)
Pil Ömrü	Yaklaşık 6 ay (AAA alkalin piller bir gün içinde 23°C oda sıcaklığında dört ölçüm, dört veri aktarımı ve dört kişi için kullanıldığında)
Çalışma Sıcaklığı/ Nem/Hava Basıncı	+5°C - +40°C, %30 - %85 bağıl nem (yoğunlaşmayan), 860 hPa - 1060 hPa
Saklama ve Taşıma Sıcaklığı/Nem/ Hava Basıncı	-20°C - +60°C, %10 - %95 bağıl nem (yoğunlaşmayan), 860 hPa - 1060 hPa
Ağırlık	Yaklaşık 1.6 kg (piller dahil)
Dış Boyutlar	Yaklaşık 285 (G) × 28 (Y) × 280 (D) mm (Yaklaşık 11 1/5" (G) ×1 1/10" (Y) × 11" (D))
İçindekiler	Vücut kompozisyonu monitörü, 4 AAA alkalin pil (LR03), kurulum talimatları, talimat kılavuzu

Not

- Önceden haber verilmeksizin teknik değişiklik yapılabilir.
- Lütfen bu cihazla ilişkili olarak meydana gelmiş tüm ciddi olayları üreticiye ve yerleşik olarak bulunduğunuz Üye Devletin yetkili makamına rapor edin.

CE 0197

Bu ürün, lisanssız ISM bandı üzerinde 2,4 GHz'de çalışır. Bu Ürünün mikrodalga ve kablosuz LAN gibi bu Ürünle aynı frekans bandında çalışan başka kablosuz cihazların çevresinde kullanılması durumunda, bu Ürün ile bu tür cihazlar arasında girişim oluşabilir. Böyle bir girişim oluşursa, lütfen diğer cihazların çalışmasını durdurun veya bu Ürünü kullanmadan önce yerini değiştirin ya da bu Ürünü diğer kablosuz cihazların yakınında kullanmayın.

Bluetooth® sözcük markası ve logoları, Bluetooth SIG, Inc. şirketinin tescilli ticari markalarıdır ve bu markaların OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. tarafından kullanımı lisansa tabidir.

İşbu belgeyle OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., VIVA (HBF-222T-EBK) radyo ekipman türünün 2014/53/EU Direktifi ile uyumlu olduğunu beyan eder.
AB uygunluk beyanının tam metni şu internet adresinde bulunabilir: www.omron-healthcare.com.

Apple ve Apple logosu, Apple Inc., şirketinin ABD ve diğer ülkelerde tescillenmiş ticari markalarıdır.
App Store, Apple Inc. şirketinin bir hizmet markasıdır.
Android ve Google Play logosu, Google Inc. şirketinin ticari markalarıdır.

Elektromanyetik Uyumluluk (EMC) ile ilgili önemli bilgiler

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. tarafından üretilen HBF-222T-EBK, EN60601-1-2:2015 Elektromanyetik Uyumluluk (EMC) standardına uygundur. Bu EMC standardına uygun diğer belgeler OMRON HEALTHCARE EUROPE şirketinin bu talimat kılavuzunda belirtilen adresinde veya www.omron-healthcare.com sayfasında mevcuttur. HBF-222T-EBK için web sitesindeki EMC bilgilerine başvurun.

Garanti

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. satın alma tarihinden itibaren 3 yıllık bir garanti sunmaktadır. Pil, ambalaj ve/veya yanlış kullanım sonucunda meydana gelen müşteri kaynaklı hasarlar (düşürme ya da yanlış kullanım) garanti kapsamında değildir. İlgili ürünler yalnızca orijinal fatura / fiş ile birlikte teslim edildiğinde değiştirilir.

Bu Ürünün uygun şekilde bertaraf edilmesi

(Elektrikli ve Elektronik Ekipman Atıkları)



Ürün üzerinde ve belgelerde bulunan bu işaret, kullanım ömrü sona erdiğinde cihazın diğer ev atıklarıyla birlikte atılmaması gerektiğini belirtir. Atıkların denetimsiz şekilde elden çıkarılması sonucunda çevre ya da insan sağlığının tehlikeye girmesini önlemek için lütfen bu cihazı diğer atıklardan ayırınız ve malzemelerin tekrar kullanılmasını desteklemek üzere geri dönüşüme tabi tutunuz.

Ev kullanıcıları, çevre açısından güvenli şekilde geri dönüşüm yapılması amacıyla bu cihazı teslim edecekleri yer hakkında ayrıntılı bilgi almak için ürünü satın aldıkları satıcıya ya da yerel makamlara başvurmalıdır.

İşyerleri, tedarikçileri ile temasa geçmelidir ve satın alma sözleşmesinin koşullarını kontrol etmelidir. Bu ürün diğer ticari atıklarla karıştırılmamalıdır.

Bu ürün herhangi bir tehlikeli madde içermemektedir.
Pillerin, pillerin atılmasıyla ilgili ulusal düzenlemelere uygun şekilde atılması gerekmektedir.

Modele bağlı olarak ürünün üzerinde, ürün satış ambalajında veya IM üzerinde bulunabilen sembollerin açıklaması.

	Uygulanan parça - BF Tipi Elektrik çarpmasına karşı koruma derecesi (kaçak akım)	SN	Seri numarası
IP XX	IEC 60529 tarafından sağlanan giriş koruma derecesi		Sıcaklık sınırlaması
CE	CE İşareti		Nem sınırlaması
	GOST-R sembolü		Atmosfer basıncı sınırlaması
	Avrasya Uyumluluğu sembolü	⎓	Doğrudan akım
	Kullanıcının kullanım talimatlarına başvurması gerekiyor		Bu ürün kalp pili, yapay kalp, akciğer veya diğer elektronik yaşam destek sistemleri gibi tıbbi implantları olan kişiler tarafından kullanılmamalıdır.
MD	Tıbbi Cihaz		Üretim Tarihi

17. Vücut kompozisyonu hakkında bilgiler

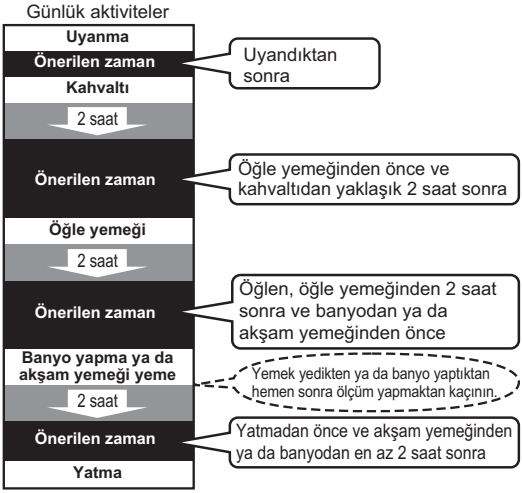
Vücut kompozisyonu hesaplama prensipleri

Vücut yağının elektrik iletkenliği düşüktür

VIVA, vücut yağ yüzdesini Biyoelektrik Empedans (BI) yöntemiyle ölçer. Kaslar, kan damarları ve kemikler, elektriği kolayca ileten yüksek su içeriğine sahip vücut dokularıdır. Vücut yağı, elektrik iletkenliğinin az olduğu bir dokudur. VIVA, yağlı doku miktarını tespit etmek için vücudunuza 500 μA'dan az ve 50 kHz'lik son derece zayıf bir elektrik akımı gönderir. Bu zayıf elektrik akımı VIVA çalışırken hissedilmemektedir.
Bu ürün vücut kompozisyonunuzu belirlemek için, OMRON'un vücut kompozisyonu verilerine dayanan sonuçlar sunmak üzere boy, kilo, yaş ve cinsiyet bilgilerinizle birlikte elektrik empedansı kullanır.

Önerilen ölçüm zamanları

Vücut yağ yüzdenizdeki normal değişikliklerin farkına varmanız obeziteyi önlemenize ya da azaltmanıza yardımcı olabilir. Günlük programınız içinde vücut yağ yüzdelerinin değiştiği zamanları bilmek, vücut yağınızın kesin durumunu bilmenize yardımcı olacaktır. Bu ünitenin, aynı ortamda ve aynı günlük koşullar altında kullanılması önerilir. (Tabloya bakın)



Aşağıdaki Durumlarda Ölçüm Yapmaktan Kaçının:

- Yoğun egzersiz, banyo ya da sauna sonrası.
- Alkol ya da yüksek miktarda su içtikten veya yemekten sonra (yaklaşık 2 saat).

Aşağıdaki fiziksel koşullar altında ölçüm yapılırsa, vücuttaki su miktarının değişmesi nedeniyle hesaplanan vücut kompozisyonu geçerli orana göre belirgin şekilde değişiklik gösterebilir.

BMI (Vücut Kitle İndeksi) nedir?

BMI, bir kişinin kilosu ile boyu arasındaki oranı belirlemek için aşağıdaki basit formülü kullanır.

BMI = ağırlık (kg) / boy (m) / boy (m).

OMRON VIVA, BMI sınıflandırmanızı hesaplamak için kişisel numaranızda saklanan boy bilgisini ya da Misafir Modunda girilen bilgiyi kullanır.
BMI ile belirlenen yağ seviyesi uluslararası standardın üstündeyse, yaygın hastalıklara yakalanmaya olasılığı artar. Ancak, tüm yağ türleri BMI ile belirlenemez.

Vücut Yağ Yüzdesi Nedir?

Vücut yağ yüzdesi, vücuttaki yağ kütlesinin toplam vücut ağırlığına oranının yüzde cinsinden ifadesidir.

Vücut yağ yüzdesi (%) = {Vücut yağ kitlesi (kg) / Vücut ağırlığı (kg)} × 100

VIVA, vücut yağ yüzdenizi hesaplamak için BI yöntemini kullanır.
Yağın vücudun nerelerine dağıldığına bağlı olarak iç organlardaki yağ ya da subkütan yağ olarak sınıflandırılır.

İç Organlardaki Yağ Seviyesi Nedir?

İç organlardaki yağ = iç organları çevreleyen yağ

İç organlardaki aşırı yağlanmanın, hiperlipidemi ve diyabet gibi yaygın hastalıklara neden olabilen kan dolaşımındaki yağ seviyesi artışına ve insülinin kan dolaşımıyla enerjiye dönüşme ve hücreler tarafından kullanılma özelliğinde bozulmaya yol açtığı düşünülmektedir. Bu yaygın hastalıkları önlemek ya da bu hastalıklara yol açan koşulları düzeltmek için iç organlardaki yağ seviyesinin kabul edilebilir seviyeye düşürülmesi çok önemlidir. İç organlarındaki yağ seviyesi yüksek olan kişilerin midelerinin büyük olması söz konusudur. Ancak, bu her zaman geçerli olan bir durum değildir ve iç organlardaki yağ seviyesinin yüksek olması metabolik obeziteye neden olabilir. Metabolik obezite (normal kiloda iç organlarda obezite), kişinin kilosu boyu için belirlenen standartta ya da bu standardın altında olsa da ortalamanın üstünde olan yağ seviyelerini belirtmektedir.

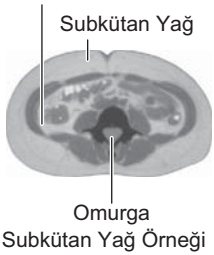


İç Organlardaki Yağ Örneği
(MRI görüntüsü)

Subkütan Yağ nedir?

Subkütan yağ = derinin altındaki yağ

Subkütan yağ yalnızca mide çevresinde değil aynı zamanda kolların üst kısmında, kalça ve baldırlarda birikebilir ve vücut oranlarında bozulmaya neden olabilir. Bir hastalık riskiyle doğrudan bağlantılı olmasa da kalp üstündeki basıncı artırdığı ve diğer komplikasyonlara neden olduğu düşünülmektedir. Subkütan yağ bu ünite tarafından görüntülenmez ancak vücut yağ yüzdesine dahildir.



Subkütan Yağ Örneği
(MRI görüntüsü)

İskelet Kasları nedir?

Kaslar, kalp gibi iç organlardaki kaslar ve vücudu hareket ettirmek için kullanılan kemiklere bağlı iskelet kasları olmak üzere ikiye ayrılır. İskelet kasları egzersiz ve diğer faaliyetlerle artırılabilir. İskelet kasları oranının artırılması, vücudun enerjiyi yağa dönüşme olasılığını azaltarak daha kolay yakmasını ve enerjik bir yaşam şekline daha kolay ulaşılmasını sağlar.

Dinlenme Metabolizması Nedir?

Faaliyet seviyesi ne olursa olsun, vücudun günlük işlevlerini yerine getirmesi için minimum seviyede kalori alınması gerekmektedir. Dinlenme metabolizması olarak bilinen bu değer, vücudunuzun işlemesi için yeterli enerjiyi sağlamak üzere kaç kalori sindirmeniz gerektiğini gösterir.

18. Ölçüm Sonuçları Yorum Diyagramları

Vücut Yağ Yüzdesi Sonucunun Yorumlanması

	Yaş	- (Düşük)	0 (Normal)	+ (Yüksek)	++ (Çok Yüksek)
Kadın	10	< %16,1	%16,1 - 32,2	%32,3 - 35,2	≧ %35,3
	11	< %16,3	%16,3 - 33,1	%33,2 - 36,0	≧ %36,1
	12	< %16,4	%16,4 - 33,5	%33,6 - 36,3	≧ %36,4
	13	< %16,4	%16,4 - 33,8	%33,9 - 36,5	≧ %36,6
	14	< %16,3	%16,3 - 34,0	%34,1 - 36,7	≧ %36,8
	15	< %16,1	%16,1 - 34,2	%34,3 - 36,9	≧ %37,0
	16	< %15,8	%15,8 - 34,5	%34,6 - 37,1	≧ %37,2
	17	< %15,4	%15,4 - 34,7	%34,8 - 37,3	≧ %37,4
	18 - 39	< %21,0	%21,0 - 32,9	%33,0 - 38,9	≧ %39,0
	40 - 59	< %23,0	%23,0 - 33,9	%34,0 - 39,9	≧ %40,0
	60 - 80	< %24,0	%24,0 - 35,9	%36,0 - 41,9	≧ %42,0
Erkek	10	< %12,8	%12,8 - 27,9	%28,0 - 31,8	≧ %31,9
	11	< %12,6	%12,6 - 28,5	%28,6 - 32,6	≧ %32,7
	12	< %12,3	%12,3 - 28,2	%28,3 - 32,4	≧ %32,5
	13	< %11,6	%11,6 - 27,5	%27,6 - 31,3	≧ %31,4
	14	< %11,1	%11,1 - 26,4	%26,5 - 30,0	≧ %30,1
	15	< %10,8	%10,8 - 25,4	%25,5 - 28,7	≧ %28,8
	16	< %10,4	%10,4 - 24,7	%24,8 - 27,7	≧ %27,8
	17	< %10,1	%10,1 - 24,2	%24,3 - 26,8	≧ %26,9
	18 - 39	< %8,0	%8,0 - 19,9	%20,0 - 24,9	≧ %25,0
	40 - 59	< %11,0	%11,0 - 21,9	%22,0 - 27,9	≧ %28,0
	60 - 80	< %13,0	%13,0 - 24,9	%25,0 - 29,9	≧ %30,0

HD McCarthy v.d, International Journal of Obesity, Sayı 30, 2006 ve Gallagher v.d., American Journal of Clinical Nutrition, Sayı 72, Eylül 2000 ve OMRON HEALTHCARE tarafından dört düzeye ayrılmıştır.

İç Organlardaki Yağ Seviyesi Sonucunun Yorumlanması

İç Organlardaki Yağ Seviyesi	Seviye Sınıflandırması
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Yüksek)
15 - 30	++ (Çok Yüksek)

OMRON HEALTHCARE şekillerine uygun olarak.

İskelet Kası Yüzdesi Sonucunun Yorumlanması

	Yaş	- (Düşük)	0 (Normal)	+ (Yüksek)	++ (Çok Yüksek)
Kadın	18 - 39	< %24,3	%24,3 - 30,3	%30,4 - 35,3	≧ %35,4
	40 - 59	< %24,1	%24,1 - 30,1	%30,2 - 35,1	≧ %35,2
	60 - 80	< %23,9	%23,9 - 29,9	%30,0 - 34,9	≧ %35,0
Erkek	18 - 39	< %33,3	%33,3 - 39,3	%39,4 - 44,0	≧ %44,1
	40 - 59	< %33,1	%33,1 - 39,1	%39,2 - 43,8	≧ %43,9
	60 - 80	< %32,9	%32,9 - 38,9	%39,0 - 43,6	≧ %43,7

OMRON HEALTHCARE şekillerine uygun olarak.

BMI Sonucunun Yorumlanması

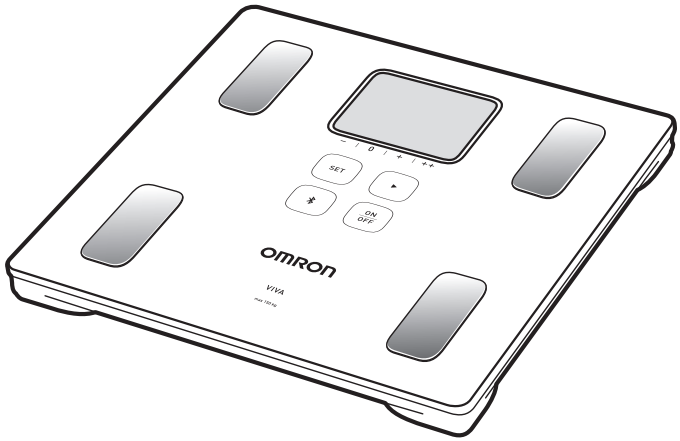
BMI	BMI (WHO tarafından belirtilmiştir)
< 18,5	- (Zayıf)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (Fazla Kilolu)
≧ 30	++ (Obez)

Üretici 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONYA
AB temsilcisi EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLLANDA www.omron-healthcare.com
AB'de İthalatçı	
Üretim Tesisi	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Çin
Yan Kuruluşlar	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Birleşik Krallık'taki İthalatçı ve Birleşik Krallık sorumlusu Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Yayın Tarihi: 2021-08-27

Çin'de Üretilmiştir

OMRON



Монітор складу тіла

VIVA (HBF-222T-EBK)

• Посібник з експлуатації

UK

Дякуємо, що придбали монітор складу тіла від компанії OMRON.
Перш ніж розпочати користування цим пристроєм, обов'язково ознайомтеся з чинним посібником з експлуатації, щоб засвоїти принципи правильного та безпечного застосування приладу.
Обов'язково збережіть чинний посібник з експлуатації для використання в майбутньому.

All for Healthcare

IM-HBF-222T-E-UK-08-06/2021

VIVA
Монітор складу тіла

Призначення

Дякуємо, що придбали цей монітор складу тіла від компанії OMRON. Даний пристрій призначено для вимірювання та відображення наступних параметрів складу тіла людини.

- Маса тіла
- Вісцеральний жир (до 30 рівнів)
- Обмін речовин у стані спокою (у ккал)
- Вміст жиру в організмі (у %)
- Скелетна мускулатура (у %)
- Індекс маси тіла (ІМТ)

Даний пристрій призначено для дорослих осіб, які здатні зрозуміти інформацію в чинному посібнику з експлуатації. Прилад не призначено для професійного застосування в лікарнях та інших закладах охорони здоров'я, його призначено виключно для домашнього користування.

Перш ніж розпочинати користування приладом, уважно ознайомтеся з чинним посібником з експлуатації. У ньому також міститься докладна інформація про окремі функції приладу.

Вміст упаковки

Перед користуванням приладом 2

Примітки стосовно безпеки 2
1. Знайомство з приладом 4
2. Вставлення та заміна елементів живлення 5
3. Створення пари між цим приладом і вашим інтелектуальним пристроєм 6
4. Установлення одиниць вимірювання, дати й часу 7
5. Реєстрація особистих даних 8

Інструкції з користування 9

6. Як зробити точні вимірювання 9
   6.1. Правильна постава під час вимірювання 9
   6.2. Про функцію «Коригування 0 кг» (застереження щодо зберігання приладу) ... 10
   6.3. Як застосувати функцію «Коригування 0 кг» 10
7. Здійснення вимірювань 10

Використання функції пам'яті 12

8. Перегляд результатів вимірювань на інтелектуальному пристрої 12

Якщо необхідно 13

9. Вибір особистого номера та здійснення вимірювання 13
10. Режим «Guest» (Гість) (режим без запису) 14
11. Вимірювання лише маси 15
12. Змінення або видалення особистих даних 16
13. Видалення налаштування обміну даними 17
14. Обслуговування та зберігання приладу 17
15. Усунення несправностей 18
16. Технічні характеристики 21

Інформація про склад тіла 24

17. Інформація про склад тіла 24
18. Графіки, у яких розтлумачено результати вимірювань 26

Перед користуванням приладом

Примітки стосовно безпеки

Нижче наведено символи, що використовуються в посібнику, і їхнє пояснення.

⚠**Небезпечно!**	Неправильне використання створює небезпеку, що може призвести до смерті або тяжкої травми.
⚠**Попередження!**	Неправильне використання може призвести до смерті або тяжкої травми.
⚠**Увага!**	Неправильне використання може призвести до травми або пошкодження майна.

⚠Небезпечно!

- У жодному разі не використовуйте цей пристрій разом з електронними пристроями медичного призначення, до яких, серед іншого, належать:

(1) медичні електронні імплантати, такі як кардіостимулятори;
(2) електронні системи підтримки життєдіяльності, такі як штучне серце чи штучна легеня.
(3) портативні електронні пристрої медичного призначення, такі як електрокардіограф.
Цей пристрій може спричиняти несправність цих приладів, що створює значний ризик для життя та здоров'я користувачів описаних приладів.



⚠Попередження!

- Тримайте пристрій у недоступному для дітей місці. Пристрій містить дрібні деталі, ковтання яких створює небезпеку задухи дитини.
- Не користуйтеся пристроєм на вологих поверхнях (наприклад, на вологій підлозі).
- Не стрибайте на пристрій і не заскакуйте на нього.
- Не використовуйте цей пристрій, коли ваше тіло та ноги не є сухими, наприклад після купання.
- Ставайте на пристрій босими ногами. Якщо стати на пристрій у шкарпетках, можна послизнутися й отримати травму.
- Не ставайте на край приладу та на зону дисплея.
- Якщо особа з особливими потребами або фізично слаба особа має намір скористатися пристроєм, їй обов'язково має допомагати інша людина.
- Якщо рідина з елемента живлення потрапила вам в очі, негайно промийте їх достатньою кількістю чистої води. Негайно зверніться до лікаря.
- Не користуйтеся цим приладом в лікарнях, на борту літаків або в інших умовах, у яких обмежено використання радіохвиль.
- Цей прилад випускає радіохвилі (РХ) у діапазоні 2,4 ГГц. Не застосовуйте цей прилад у місцях, де використання РХ обмежене (наприклад, на борту літаків або в лікарнях).

⚠Увага!

- Не розбирайте, не ремонтуйте пристрій та не переобладнуйте його.
- Перш ніж розпочинати програму схуднення або тренувань, обов'язково порадьтеся з лікарем або фахівцем з охорони здоров'я. Самодіагностика може нашкодити вашому здоров'ю!
- Перш ніж здійснювати вимірювання, переконайтеся, що мобільний телефон або будь-які інші електричні пристрої, що випускають електромагнітні хвилі, розташовуються на відстані не менш ніж 30 см від приладу. Це може призвести до неправильної роботи приладу та (або) неправильних значень.
- Використовуйте виключно ті елементи живлення, які призначено для цього приладу. При вставленні елементів живлення обов'язково дотримуйтеся полярності.
- При завершенні терміну служби елементів живлення негайно замініть їх на нові.
- Не кидайте батареї у вогонь.

UK

- Якщо рідина з елемента живлення потрапила вам на шкіру або одяг, негайно промийте їх достатньою кількістю чистої води.
- Якщо ви не збираєтеся користуватися цим пристроєм упродовж тривалого часу (приблизно три місяці або довше), дістаньте з нього елементи живлення.
- Не використовуйте одночасно різні типи елементів живлення.
- Не використовуйте одночасно нові елементи живлення й елементи, що працювали впродовж тривалого часу.
- Перш ніж ставати на пристрій, обов'язково вимийте ноги. Якщо ви маєте інфекцію стоп або інші захворювання шкіри, ви можете заразити інших людей.
- Якщо пристрій використовують кілька людей, після користування ним обов'язково протріть прилад вологою тканиною, змоченою в м'якому мийному засобі. Після цього протріть прилад насухо.
- Не використовуйте цей прилад для цілей, відмінних від тих, які описано в чинному посібнику.
- Оскільки цей пристрій є точним інструментом, бережіть його від падінь, вібрацій чи сильних ударів.

Передача даних

- Не замінюйте елемент живлення, у той час коли результати вимірювання передаються на ваш інтелектуальний пристрій. Це може призвести до неправильної роботи монітора й неможливості передачі результатів вимірювань.
- Коли результати вимірювань передаються на інтелектуальний пристрій, не кладіть поряд із цим монітором картки з інтегрованими мікросхемами, магніти, металеві предмети й інші пристрої, що випускають електромагнітні хвилі. Це може призвести до неправильної роботи приладу та неможливості передачі результатів вимірювань.

Неправильне вимірювання

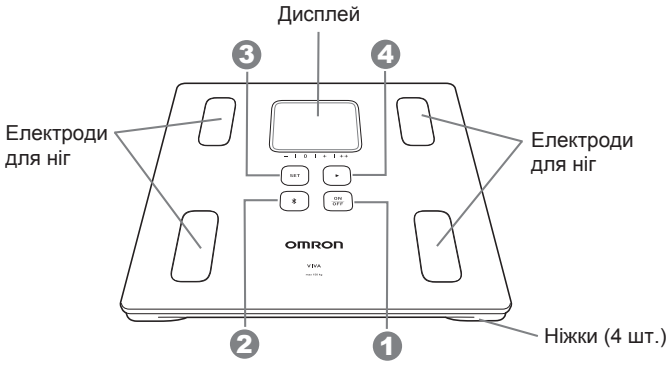
Результати, вимірювані пристроєм, можуть бути неправильними для таких категорій користувачів:
літніх людей (старше 81 року) / користувачів із температурою / культуристів або професійних спортсменів / користувачів, що проходять діаліз / користувачів з остеопорозом, які мають дуже низьку щільність кісткової тканини / вагітних жінок / користувачів із пухлиною.

- Це спричинено тим, що в таких випадках параметри організму, такі як вміст води в тілі, можуть суттєво відрізнятися від середніх значень.

Перед користуванням приладом

1. Знайомство з приладом

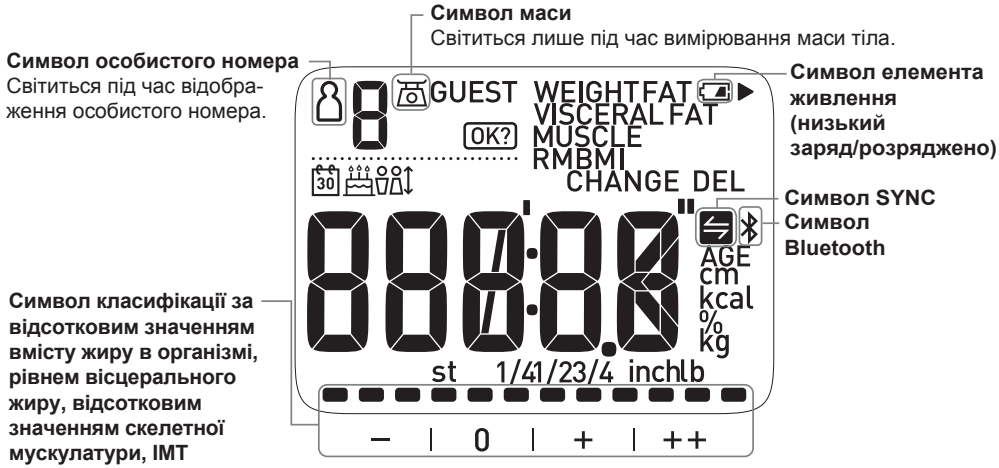
Основний блок



1	ON / OFF	**Кнопка ON/OFF (увімкнення/вимкнення живлення)** • Натисніть цю кнопку для увімкнення живлення. • Натисніть цю кнопку на 2 секунди або довше, щоб вимкнути живлення.
2	ᛒ	**Кнопка Bluetooth** • Натисніть цю кнопку для передачі даних у ручну. • Щоб створити пару між вашим приладом та інтелектуальним пристроєм, натисніть цю кнопку та не відпускайте її впродовж не менше 2 секунд. ※ Ця кнопка так само функціонує, коли живлення приладу вимкнено.
3	SET	**Кнопка SET (установка значень)** • Натисніть цю кнопку, щоб задати або підтвердити дані.
4	▶	**Кнопка переходу вперед** • Натисніть цю кнопку для переходу вперед. • Натисніть і утримуйте цю кнопку, щоб швидко переходити між значеннями під час встановлення дати, часу та зросту.

UK

Дисплей



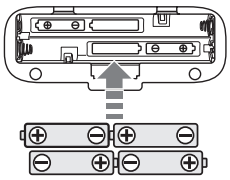
2. Вставлення та заміна елементів живлення

1. **Відкрийте кришку відсіку для елементів живлення ззаду приладу.**
Для цього можна скористатися твердим предметом, наприклад ручкою.





2. **Установіть елементи живлення із дотриманням полярності, як зазначено всередині відсіку для елементів живлення.**



3. **Закрийте кришку відсіку для елементів живлення.**

Термін служби та заміна елементів живлення

- **Приблизно 6 місяців (коли лужні елементи живлення AAA використовуються для чотирьох вимірювань, чотирьох передач даних і чотирьох людей на день за кімнатної температури 23°C)**
  - Елементи живлення, що входять до комплекту приладу, призначено виключно для пробного користування. Термін служби цих елементів може виявитися коротшим.
- **Якщо на дисплеї відображається символ розрядженого елемента живлення, замініть всі чотири елементи живлення на нові.**
  - Замінюйте всі чотири елемент живлення на нові (такого ж типу) одночасно.
  - При блиманні символу низького заряду елементів живлення рекомендовано заздалегідь замінити елементи живлення на нові.

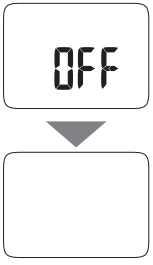
Символ розрядженого елемента



- **Перш ніж замінювати елементи живлення, вимкніть живлення приладу.**
  - Особисті дані зберігаються у приладі, навіть коли елементи живлення вилучено.
  - Утилізація використаних елементів живлення має здійснюватися відповідно до місцевих правил утилізації елементів живлення.
- **Після заміни елементів живлення потрібно скинути одиниці вимірювання, дату й час. (Див. розділ 4.)**
  - Якщо вже створено пару з додатком «OMRON connect», натисніть кнопку для встановлення зв'язку з цією програмою, після чого буде автоматично встановлено дату й час.

Про функцію вимкнення живлення

- **Щоб вимкнути живлення, натисніть кнопку та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.**



- **За наступних умов живлення вимикається автоматично.**
  - Через 10 секунд після появи символа «Err» (Помилка).
  - Прилад не використовується впродовж 1 хвилини, коли відображається значення «0.0 kg» (0,0 кг).
  - Прилад не використовується впродовж 3 хвилин.

3. Створення пари між цим приладом і вашим інтелектуальним пристроєм

1. **Увімкніть функцію Bluetooth на своєму інтелектуальному пристрої.**

2. **Завантажте та встановіть додаток «OMRON connect» на свій інтелектуальний пристрій.**

Це можна зробити одним із 2 способів, описаних нижче.

■ **Відскануйте QR-код, щоб отримати доступ до наступної адреси.**

omronconnect.com/setup

QR-код

■ **Знайдіть додаток «OMRON connect» у магазині App Store або Google Play.**

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

connect OMRON

3. **Відкрийте додаток на інтелектуальному пристрої та виконуйте вказівки щодо налаштування та створення пари.**

Якщо ви вже маєте додаток «OMRON connect», перейдіть до наступного пункту:

Menu (Меню) > Device (Пристрій) > Add Device (Додати пристрій)

ПРИМІТКИ

- Один інтелектуальний пристрій обробляє дані одного користувача.
- Якщо використовується додаток, відмінний від «OMRON connect», дані можуть передаватися не належним чином.
- Будь ласка, ознайомтеся з методом та інструкцією з використання, включно з додатками.

4. Установлення одиниць вимірювання, дати й часу

При першому користуванні пристроєм, а також після заміни елементів живлення обов'язково слід вказати одиниці вимірювання, дату й час.

- Дату й час можна так само встановити, відкривши додаток «OMRON connect».

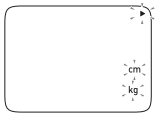
1. Натисніть кнопку (ON/OFF) для ввімкнення живлення.

На дисплеї блиматиме символ kg&cm (кг і см).

2. Укажіть одиниці вимірювання.

Натискайте кнопку (▶) для налаштування, а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити.

- За замовченням вибрано одиниці вимірювання kg & cm (кг і см).
- Можна вибрати одиниці вимірювання lb & inch (фунти та дюйми) або st-lb & inch (стоуни-фунти та дюйми).



3. Налаштуйте правильні значення дати й часу на пристрої.

Натискайте кнопку (▶) для налаштування, а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити.

- Доступний діапазон років: від 2017 до 2045.
- Час указується у 24-годинному форматі.
- Щоб під час налаштування року, дати, годин і хвилин швидко переходити між значеннями з кроком 10, натисніть кнопку (▶) і утримуйте її.



Після відображення всіх налаштувань одиниць вимірювання, року, місяця, дня, годин і хвилин у вказаному порядку живлення приладу автоматично вимикається.

ПРИМІТКИ

- Якщо під час налаштування ви допустили помилку, натисніть кнопку (ON/OFF), щоб вимкнути живлення, і знову розпочніть із «Кроку 1».
- Якщо прилад не використовується впродовж 3 хвилин, живлення вимикається. Укажіть одиниці вимірювання, дату й час знову.
- Щоб змінити одиниці вимірювання, дату або час, дістаньте елементи живлення та зачекайте щонайменше 20 секунд. Після цього вставте елементи живлення та знову скиньте параметри.

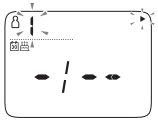
Перед користуванням приладом

5. Реєстрація особистих даних

Для вимірювання складу тіла потрібно зареєструвати особисті дані (дату народження, стать, зріст). Можна зберігати зареєстровані дані максимально для 4 людей.

- Особисті дані можна також реєструвати, відкривши додаток «OMRON connect».

1. Натисніть кнопку (ON/OFF) для ввімкнення живлення.

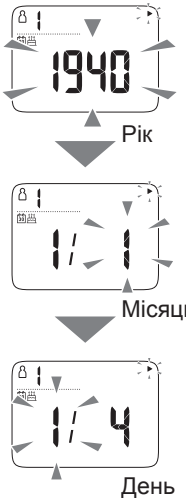


Увімкнеться живлення приладу. Почне блимати особистий номер «1».
Відобразиться дата народження (- - / - - / - -).

2. Виберіть і підтвердьте особистий номер.

Натискайте кнопку (▶) для вибору особистого номера, а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити.

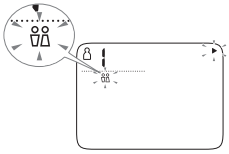
3. Укажіть дату народження.



Натискайте кнопку (▶) для введення дати народження, а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити.

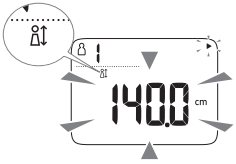
- Діапазон налаштувань років: від 1900 до 2045.
- Щоб під час налаштування року та дати швидко переходити між значеннями з кроком 10, натисніть кнопку (▶) і утримуйте її.

4. Укажіть стать



Натисніть кнопку (▶), щоб встановити стать (♂ — чоловіча, а ♀ — жіноча), а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити дані.

5. Укажіть зріст.



Натискайте кнопку (▶) для введення зросту, а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити.

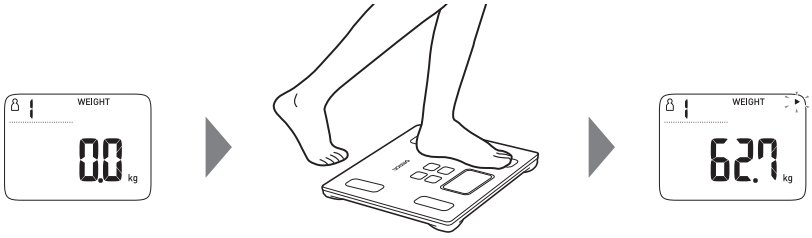
- Натискайте кнопку неперервно, щоб швидко переходити з кроком 10 см (або 1 дюйм).
- Після відображення всіх описаних налаштувань для вашого підтвердження на дисплеї з'явиться значення «0.0 kg» (0,0 кг).

UK

6. **Коли буде відображено значення «0.0 kg» (0,0 кг), станьте на пристрій, щоб здійснити вимірювання.**

Дані про масу та склад тіла записуються в пристрій для підтримки автоматичного розпізнавання користувача.

Через кілька секунд на пристрої відобразяться результати вимірювань, як показано нижче.



7. **Після відображення результатів вимірювання зійдіть із приладу.**

Реєстрацію особистих даних завершено.

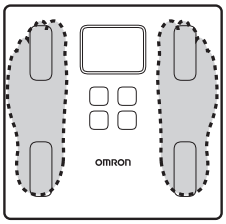
8. **Щоб вимкнути живлення, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.**

Щоб додати нові особисті дані, розпочніть з «Кроку 1».

6. Як зробити точні вимірювання

6.1. Правильна постава під час вимірювання

Станьте на прилад босими ногами. Склепіння стоп мають розташовуватися по центру приладу.



Примітка

- Якщо стати на пристрій у шкарпетках або взутті, це призведе до неточних результатів.



Не згинайте коліна під час вимірювання.

Здійснюйте вимірювання на твердій та пласкій підлозі.

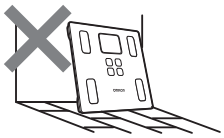
Примітка

- Вимірювання на пом'якшеному покритті підлозі (наприклад, на маті або килимі) може призвести до неточних результатів.

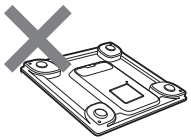
6.2. Про функцію «Коригування 0 кг» (застереження щодо зберігання приладу)

Коли прилад не використовується, він регулярно автоматично коригує точність вимірювання.

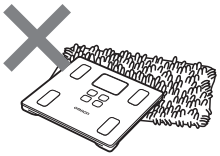
- Якщо прилад розміщується у відображених нижче положеннях, функція коригування точності вимірювання не працює. У цьому разі, перш ніж здійснювати вимірювання, потрібно застосувати функцію «Коригування 0 кг».



Прилад спирається на стіну або інші предмети



Прилад перевернуто згори донизу

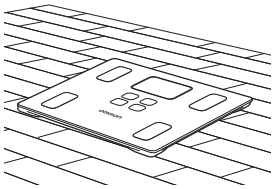


Прилад покладено на предмет



На прилад покладено предмет

6.3. Як застосувати функцію «Коригування 0 кг»



1. **Покладіть прилад на тверду та плоску підлогу.**

2. **Натисніть кнопку (ON/OFF) для ввімкнення живлення.**

3. **Виберіть особистий номер або «».**

Виберіть особистий номер або «» за допомогою кнопки (▶), а потім натисніть кнопку (SET) для підтвердження.

4. **Коли відобразиться значення «0.0 kg» (0,0 кг), натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд, щоб вимкнути живлення.**

Тепер функцію «Коригування 0 кг» застосовано. Зачекайте 5 секунд і здійсніть вимірювання.

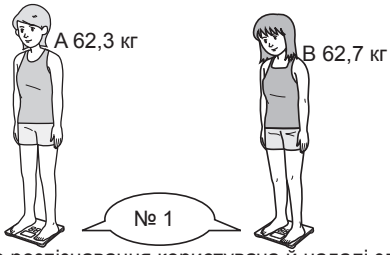
UK

7. Здійснення вимірювань

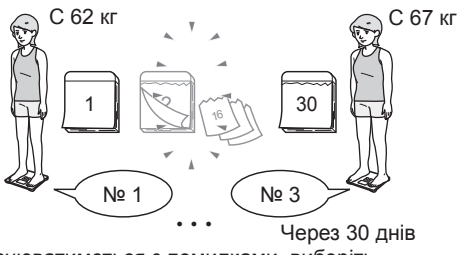
Коли людина стає на прилад, його живлення вмикається. Це дозволяє автоматично розпізнати особистий номер і розпочати вимірювання.

У наступних випадках особистий номер може відображатися неправильно.

- На пристрої здійснювали вимірювання особи з будовою подібним типом та масою тіла.



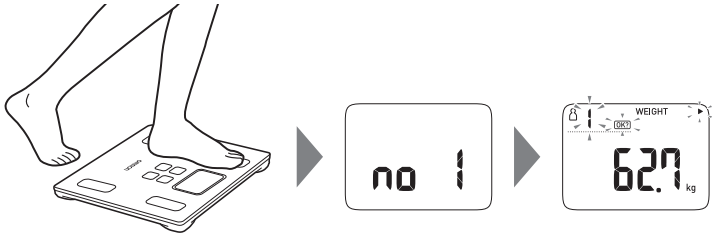
- Маса вашого тіла змінилася з моменту останнього вимірювання.



Якщо розпізнавання користувача й надалі здійснюватиметься з помилками, виберіть особистий номер для здійснення вимірювання. (Див. розділ 9.)

1. Здійснюйте вимірювання, коли живлення приладу вимкнено.

Коли ви стаєте на прилад, живлення автоматично вмикається.



2. Відображення особистого номера та результатів вимірювань свідчить, що вимірювання завершено.

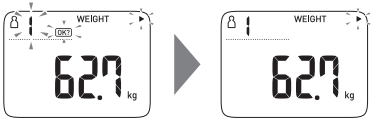
Зійдіть з приладу.

3. Підтвердьте особистий номер.

■ Якщо особистий номер вказано правильно…

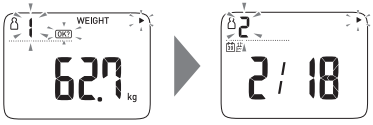
Натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити особистий номер. (OK?) зникне.

Навіть якщо вимкнути живлення під час блимання (OK?) , результати будуть записано у прилад, оскільки значення вимірювання прив'язано до відображуваного особистого номера.



■ Якщо особистий номер вказано неправильно…

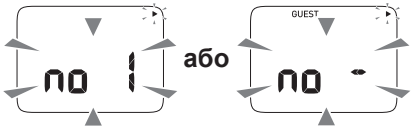
Перш ніж живлення вимкнеться, виберіть особистий номер за допомогою кнопки (▶), а потім натисніть кнопку (SET) для підтвердження.



■ Якщо особистий номер підтверджено неправильно…

Перш ніж живлення вимкнеться, натисніть кнопку (SET), щоб можна було повторно вибрати особистий номер.

Якщо на дисплеї блимають значення від no 1 до no 4, або ж якщо відображається напис «GUEST» (Гість), ваші особисті дані не зареєстровані на пристрої.
Зареєструйте особисті дані.
Так само можна скористатися режим «Guest» (Гість).



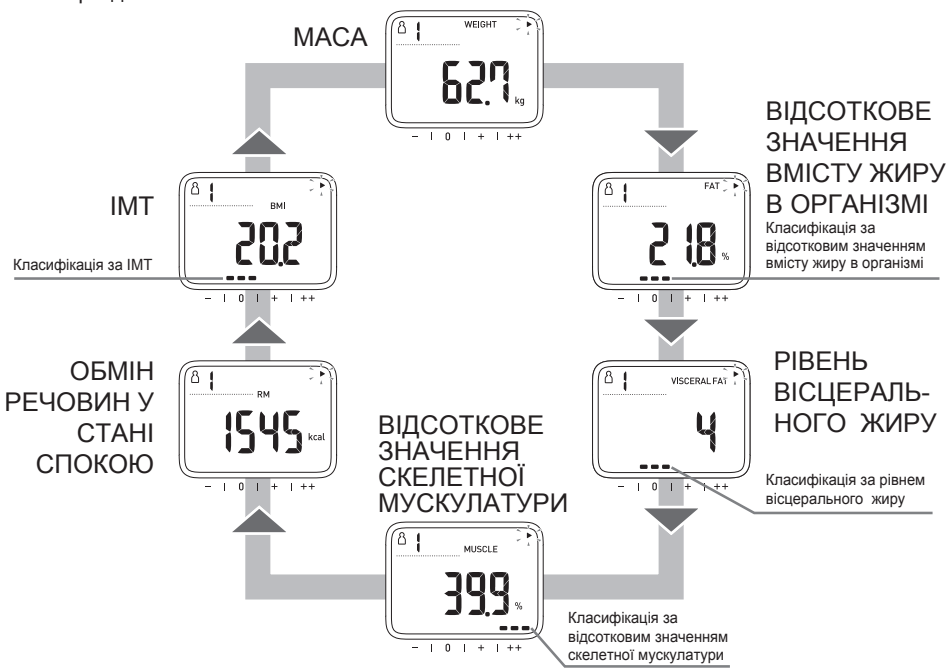
4. Перевірте результати вимірювання.

Результати показуються автоматично й циклічно, як відображено нижче.

Після підтвердження особистого номера можна відобразити результат вимірювання. Для цього натисніть кнопку ▶.

Примітка

- Для навігації скористайтеся індикаторами класифікації за відсотковим значенням вмісту жиру в організмі, рівнем внутрішнього жиру, відсотковим значенням скелетної мускулатури й ІМТ.
- Щоб ще краще зрозуміти результати вимірювання, див. відомості та графіки, наведені в розділах 17 та 18.



5. Щоб вимкнути живлення, натисніть кнопку ON/OFF та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.

Якщо прилад не використовується впродовж 3 хвилин, живлення вимикається.

Використання функції пам'яті

8. Перегляд результатів вимірювань на інтелектуальному пристрої

Для перегляду результатів вимірювань виконуйте інструкції, що відображаються в додатку «OMRON connect».

Після цього можна підтвердити зміну параметрів маси та складу тіла на інтелектуальному пристрої.

Примітка

- На вашому інтелектуальному пристрої має бути встановлено додаток «OMRON connect». (Див. розділ 3.)

UK

Якщо необхідно

9. Вибір особистого номера та здійснення вимірювання

Якщо особистий номер не розпізнається занадто часто, його можна вибрати вручну та здійснити вимірювання наступним чином.

1. **Натисніть кнопку (ON/OFF) для ввімкнення живлення.**

Увімкнеться живлення приладу. Почне миготіти особистий номер «1».

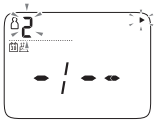


2. **Виберіть свій особистий номер.**

Виберіть особистий номер за допомогою кнопки (▶).

Якщо відображається дата народження (- / - -), це означає, що ваші особисті дані не зареєстровано за вашим особистим номером.

Зареєструйте особисті дані. (Див. розділ 5.)

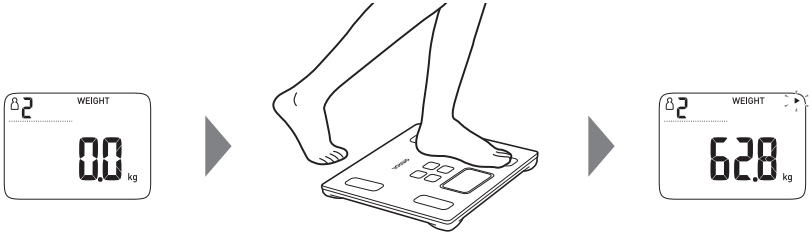


3. **Натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити особистий номер.**

Відобразиться значення «0.0 kg» (0,0 кг).

4. **Здійсніть вимірювання, коли відображається значення «0.0 kg» (0,0 кг).**

Станьте на прилад.



5. **Перевірте результати вимірювання.**

При відображенні результатів параметри показуються циклічно.

6. **Щоб вимкнути живлення, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.**

Якщо прилад не використовується впродовж 3 хвилин, живлення вимикається.

Якщо необхідно

10. Режим «Guest» (Гість) (режим без запису)

При активації цього режиму результати вимірювання не записуватимуться.

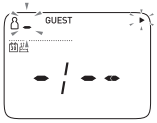
1. Натисніть кнопку (ON/OFF) для ввімкнення живлення.

Увімкнеться живлення приладу. Почне миготіти особистий номер «1».



2. Виберіть і підтвердьте «».

Виберіть режим «GUEST» (Гість) за допомогою кнопки (▶), а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити.



3. Введіть особисті дані.

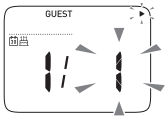
3.1 Задайте дату народження

Натискайте кнопку (▶) для введення дати народження, а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити.

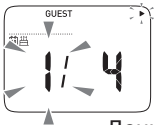
- Доступний діапазон років: від 1900 до 2045
- Щоб під час налаштування року та дати швидко переходити між значеннями з кроком 10, натисніть кнопку (▶) і утримуйте її.



Рік



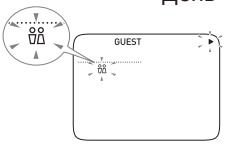
Місяць



День

3.2 Укажіть стать

Натисніть кнопку (▶), щоб встановити стать (— чоловіча, а — жіноча), а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити дані.



3.3 Укажіть зріст

Натисніть кнопку (▶) для введення зросту, а потім натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити дані.



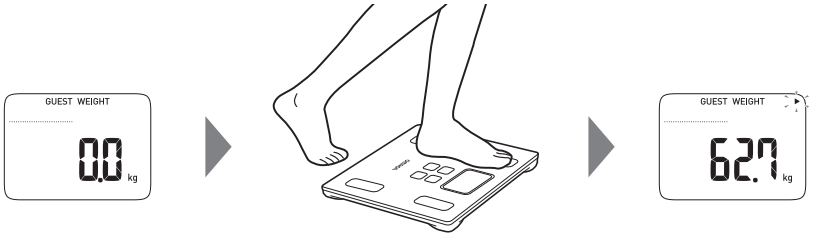
- Натискайте кнопку безперервно, щоб швидко переходити з кроком 10 см (1 дюйм).

Після відображення всіх описаних налаштувань для вашого підтвердження на дисплеї з'явиться напис «0.0 kg» (0,0 кг).

Якщо прилад не використовується впродовж 1 хвилини після появи значення «0.0 kg» (0,0 кг), живлення вимикається.

UK

4. Розпочніть вимірювання, коли відображається значення «0.0 kg» (0,0 кг).
Станьте на прилад.



5. Перевірте результати вимірювання.
При відображенні результатів параметри показуються циклічно.

6. Щоб вимкнути живлення, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.
Якщо прилад не використовується впродовж 3 хвилин, живлення вимикається.

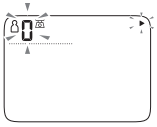
Якщо необхідно

11. Вимірювання лише маси

При активації цього режиму результат вимірювання не записуватиметься.

1. Натисніть кнопку (ON/OFF) для ввімкнення живлення.
Увімкнеться живлення приладу. Почне миготіти особистий номер «1».

2. Виберіть і підтвердьте «».
Виберіть параметр «» за допомогою кнопки (▶), а потім натисніть кнопку (SET) для підтвердження.



3. Коли з'явиться значення «0.0 kg» (0,0 кг), станьте на прилад.



4. Перевірте результат вимірювання.
Поява та блимання значення вашої маси свідчитиме про завершення вимірювання.

5. Щоб вимкнути живлення, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.
Якщо прилад не використовується впродовж 3 хвилин, живлення вимикається.

Якщо необхідно

12. Змінення або видалення особистих даних

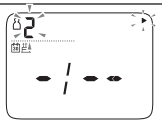


1. **Натисніть кнопку (ON/OFF) для ввімкнення живлення.**
Увімкнеться живлення приладу. Почне миготіти особистий номер «1».

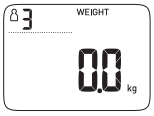
2. **Виберіть свій особистий номер**
Натисніть кнопку (▶), щоб вибрати особистий номер.



Якщо відображається дата народження (- / - -),



це означає, що ваші особисті дані не зареєстровано за вашим особистим номером.
Зареєструйте особисті дані. (Див. розділ 5.)



3. **Натисніть кнопку (SET), щоб підтвердити особистий номер.**
Відобразиться напис «0.0 kg» (0,0 кг).



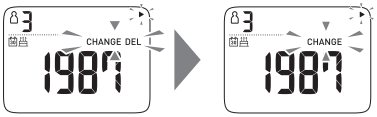
4. **Натисніть кнопку (SET).**
Блиматимуть написи «CHANGE» (Змінити) і «DEL» (Видалити).

5. **Виберіть дію «CHANGE» (Змінити) або «DELETE» (Видалити) для особистих даних**

- Навіть якщо особисті дані змінено, результати вимірювання не буде змінено чи видалено. Якщо ви використовуєте особистий номер, який уже використовувала інша людина, видаліть особисті дані та заново зареєструйте їх.

Змінення особистих даних
(Результати вимірювань не буде видалено)

1. **Натисніть кнопку (▶), щоб вибрати «CHANGE» (Змінити).**



2. **Натисніть кнопку (SET).**
Заблимає значення року.

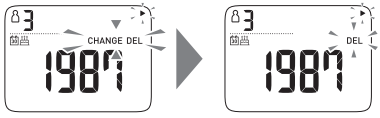


3. **Змініть параметри дати народження, статі або зросту відповідно до вказівок, наведених у кроках 3–5 розділу 5.**

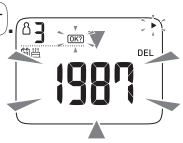
- Щоб зупинити змінення, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд, щоб вимкнути живлення.
- Результати вимірювань, які не передано, не буде змінено.

Видалення особистих даних
(Результати вимірювань також буде видалено)

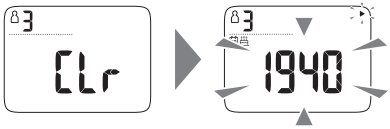
1. **Натисніть кнопку (▶), щоб вибрати «DEL» (Видалити).**



2. **Натисніть кнопку (SET).**
Заблимає (OK?).



3. **Натисніть повторно кнопку (SET).**



UK

Якщо необхідно

13. Видалення налаштування обміну даними

Щоб припинити користуватися додатком «OMRON connect» або видалити налаштування обміну даними між пристроєм і додатком з інтелектуального пристрою, виконайте наведені нижче дії. Усі налаштування обміну даними, записані в пристрої, буде видалено.

1. **Натисніть і утримуйте кнопку (*) щонайменше 2 секунди.**

«P» і символ Bluetooth почнуть блимати.



2. **Повторно натисніть і утримуйте кнопку (*) щонайменше 2 секунди.**

« OK? » і напис «CLr» (Очистити) почнуть блимати.



3. **Натисніть кнопку (SET) для підтвердження.**

Якщо прилад не використовується упродовж 10 секунд після появи напису «CLr» (Очистити), живлення вимикається.



Якщо необхідно

14. Обслуговування та зберігання приладу

Чищення приладу

- Завжди слідкуйте за чистотою приладу, перш ніж використовувати його.
- Протирайте пристрій м'якою сухою тканиною. При необхідності скористайтеся тканиною, змоченою у воді або мийному засобі, і ретельно викрутіть її, перш ніж протирати прилад, а потім протріть прилад сухою тканиною.
- При очищенні приладу заборонено використовувати бензол, речовину для розведення чи інші летючі розчинники.
- Не промивайте прилад водою.

Догляд за приладом та його зберігання

- Не зберігайте прилад у таких умовах:
  - підвищена вологість, коли волога або вода може проникнути всередину приладу;
  - висока температура, пряме сонячне проміння або запиленість;
  - місця, в яких існує ризик раптових ударів або вібрацій;
  - місця зберігання хімічно активних речовин або місця, у яких є їдкі гази.
- У жодному разі не ремонтуйте прилад самотужки. Цей прилад калібрується під час виробництва. Якщо певного моменту у вас виникли сумніви стосовно точності вимірювань, зверніться до авторизованого дистриб'ютора OMRON. Загалом рекомендується перевіряти прилад кожні 2 роки. Це гарантуватиме належне функціонування та точність вимірювань.

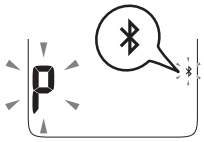
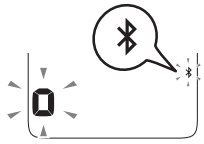
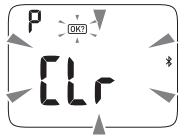
Якщо необхідно

15. Усунення несправностей

Якщо під час вимірювань виникнуть будь-які з перелічених нижче проблем, спочатку перевірте, чи немає інших електричних пристроїв на відстані 30 см. Якщо проблема не зникає, див. таблицю нижче.

Умовне позначення помилки	Причина	Рішення
Err 1	Ви зійшли з приладу під час вимірювання складу тіла.	Не сходьте з приладу, поки не завершено вимірювання складу тіла. (Див. розділ 6.)
	Ваші стопи не повністю контактують з електродами.	Переконайтеся, що стоїте на приладі правильно. Для цього надійно розміщуйте свої стопи на електродах під час здійснення вимірювань. (Див. розділ 6.)
Err2	Неправильна постава під час вимірювання, ваші стопи не повністю контактують з електродами або ж ваші стопи занадто сухі.	Випряміть свої коліна та спину. Притискайте стопи до електродів. Не рухайте стопами, коли здійснюється вимірювання. (Див. розділ 6.) Злегка протріть стопи вологим рушником і повторіть спробу.
Err5	Після того, як було встановлено дату й час, до приладу торкалися або його використовували до автоматичного вимкнення дисплея.	Дістаньте елементи живлення та знову вставте їх на місце. Виконайте наведені вказівки, починаючи з розділу «Створення пари між цим приладом і вашим інтелектуальним пристроєм». (Див. розділ 3.) • Коли відображаються значення дати й часу, не виконуйте жодних операцій з приладом, поки живлення не вимкнеться автоматично.
	Помилка приладу.	Дістаньте елементи живлення та вставте їх на місце. Після цього перезапустіть пристрій. Якщо помилка не зникає, зверніться до представника сервісної служби компанії OMRON.
Err6	Збій обміну даними.	Вимкніть живлення та спробуйте повторно надіслати дані. Якщо помилка відображається знову, зверніться до представника сервісної служби компанії OMRON.
Err	Ви рухалися під час вимірювання.	Не рухайтеся під час вимірювання.
	Значення маси вашого тіла не входить у діапазон вимірювання.	
Err	Збій обміну даними.	Перевірте дисплей інтелектуального пристрою та виконайте інструкції в додатку «OMRON connect». Див. розділ «Help» (Довідка) у додатку «OMRON connect».
	Низький заряд елементів живлення.	Рекомендовано заздалегідь замінювати елементи живлення на нові. (Див. розділ 2.)
	Елементи живлення розрядилися.	Замініть елементи живлення. (Див. розділ 2.)

UK

Проблема	Причина	Рішення
 блимає	У пам’яті приладу збережено 24–29 наборів результатів вимірювань.	Передайте результати вимірювань у додаток «OMRON connect». Після цього символ має зникнути.
	У пам’яті приладу збережено 30 наборів вимірювань.	Якщо кількість таких результатів перевищує 30, найстаріші результати видаляються. Передайте результати вимірювань у додаток «OMRON connect». Після цього символ має зникнути.
	Ви натиснули й утримували кнопку (*) щонайменше 2 секунди.	Цей символ відображається при створенні пари між цим приладом та інтелектуальним пристроєм. Виконайте інструкції в додатку «OMRON connect». Щоб зупинити створення пари, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.
	Ви натиснули кнопку (*).	Цей символ відображається під час перенесення даних на інтелектуальний пристрій. Виконайте інструкції в додатку «OMRON connect». Щоб зупинити перенесення даних, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.
	Ви натиснули кнопку (*) і утримували її понад 2 секунд, коли блимали символи «P» та Bluetooth.	Цей символ відображається в разі видалення налаштування обміну даними. (Див. розділ 13.) Щоб зупинити роботу, натисніть кнопку (ON/OFF) та не відпускайте її впродовж щонайменше 2 секунд.
Нічого не відображається, навіть якщо увімкнено живлення. Нічого не відображається, навіть якщо стати на прилад.	Не вставлено елементи живлення.	Вставте елементи живлення.
	Елементи живлення вставлено без дотримання полярності.	Вставте елементи живлення з дотриманням полярності.
	Термін служби елементів живлення завершився.	Замініть усі чотири елементи живлення на нові.
Після заміни елементів живлення нічого не відображається, якщо стати на прилад.	Після заміни елементів живлення не задано одиниці вимірювання, дату й час.	Задайте одиниці вимірювання, дату й час. (Див. розділ 4.)
	Маса вашого тіла занизька. (Менш ніж 12 кг.)	Перш ніж проводити вимірювання, виберіть особистий номер.
Для деяких результатів відображається «- - - - -».	Зареєстровані дані або ж значення складу тіла виходять за межі вимірюваних діапазонів.	Перевірте правильність налаштувань дати народження, статі та зросту. Навіть якщо ці налаштування правильні, символ «- - - - -» відображатиметься, якщо значення налаштувань виходять за межі відображуваного або підтримуваного діапазону віку.

Проблема	Причина	Рішення
Результат вимірювання більший або менший від фактичного результату. Під час кожного вимірювання результати суттєво відрізняються	У вас неправильна постава під час вимірювання.	При здійсненні вимірювання стежте за своєю поставою.
	Ви здійснюєте вимірювання на килимі, пом'якшеному покритті або нерівній підлозі.	Здійснюйте вимірювання на твердій та пласкій підлозі.
	Ваші стопи та тіло занадто холодні, що погіршує кровообіг.	Перш ніж здійснювати вимірювання, зігрійтеся достатньою мірою, щоб поновити нормальний кровообіг.
	Електроди для ніг занадто холодні.	Перш ніж здійснювати вимірювання, дайте приладу постояти в теплому приміщенні.
	Ваші стопи занадто сухі.	Перш ніж здійснювати вимірювання, злегка протріть стопи вологим рушником.
	Функцію «Коригування 0 кг» застосовано не належним чином.	Застосуйте функцію «Коригування 0 кг». (Див. розділ 6.3.)
Вас не розпізнано належним чином.	Маса вашого тіла суттєво змінилася з моменту останнього вимірювання.	Перш ніж проводити вимірювання, виберіть особистий номер. (Див. розділ 9.)
	Будова вашого тіла повторює будову тіла іншого зареєстрованого користувача.	
	Зареєстровано результати вимірювання для іншого користувача.	
Ви бажаєте виміряти склад тіла, проте відображається тільки маса тіла.	Не вибрано особистий номер або режим «GUEST» (Гість). (Не відображається особистий номер або режим «GUEST» (Гість).)	Перш ніж проводити вимірювання, виберіть особистий номер або режим «GUEST» (Гість).
Кнопка не реагує.	Ви натиснули кнопку, коли ставали на прилад.	Зійдіть з приладу та натисніть кнопку.
	Кнопка волога або забруднена.	Перш ніж здійснювати вимірювання, витріть вологу або бруд.
	Ви натиснули дві чи кілька кнопок одночасно.	Натискайте одну кнопку за раз.
Живлення вимикається, навіть якщо нічого не робити.	Див. розділ «Про функцію вимкнення живлення». (Див. розділ 2.)	
Не вдалося надіслати дані	Див. розділ «Help» (Довідка) у додатку «OMRON connect».	

Якщо необхідно

16. Технічні характеристики

Категорія вибору	**Аналізатори складу тіла**	
Опис приладу	**Монітор складу тіла**	
Модель	**VIVA (HBF-222T-EBK)**	
Дисплей*	**Маса тіла:**	від 2,0 до 150,0 кг із кроком в 0,1 кг (від 4,4 до 330,0 фунта з кроком в 0,2 фунта) (від 0 стоунів 4,4 фунта до 23 стоунів 8,0 фунта з кроком в 0,2 фунта)
	Відсоткове значення вмісту жиру в організмі:	від 5,0 до 60,0% із кроком в 0,1%
	Відсоткове значення скелетної мускулатури:	від 5,0 до 50,0% із кроком в 0,1%
	IMT:	від 7,0 до 90,0 із кроком в 0,1
	Обмін речовин у стані спокою:	від 385 до 3999 ккал із кроком в 1 ккал
	Рівень внутрішнього жиру:	30 рівнів із кроком в 1 рівень
	Класифікація за відсотковим значення вмісту жиру в організмі, відсотковим значення скелетної мускулатури та IMT: 4 рівні: – (низьке) / 0 (нормальне) / + (високе) / ++ (дуже високе)	
	Класифікація за рівнем внутрішнього жиру: 3 рівні: 0 (нормальне) / + (високе) / ++ (дуже високе) * Віковий діапазон для відсоткового значення вмісту жиру в організмі та класифікації за відсотковим значенням вмісту жиру в організмі складає від 10 до 80 років. * Віковий діапазон для відсоткового значення скелетної мускулатури, класифікації за відсотковим значенням скелетної мускулатури, рівня вісцерального жиру, класифікації за рівнем вісцерального жиру та обміну речовин у стані спокою складає від 18 до 80 років.	
Протокол передачі даних	**Технологія Bluetooth®** з низьким енергоспоживанням	
Бездротовий зв'язок	**Частотний діапазон:** **Модуляція:** **Ефективна потужність випромінювання:**	2,4 ГГц (2400–2483,5 МГц) Гаусівська частотна маніпуляція < 20 дБ/мВт
Внесення даних*	Наведену нижче інформацію можна зберігати щонайбільше для 4 людей.	
	Одиниці вимірювання	кілограми та сантиметри / фути та дюйми / стоуни-фунти та дюйми
	Дата народження	від 1 січня 1900 р. до 31 грудня 2045 р.
	Стать	чоловіча/жіноча
	Зріст	від 100,0 до 199,5 см з кроком збільшення 0,5 см (від 3 футів 4 дюймів до 6 футів 6 цілих 1/2 дюйма з кроком 1/4 дюйма)
	* Якщо зріст людини менш ніж 100,0 см або більш ніж 199,5 см: результати вимірювання IMT та складу тіла слід використовувати виключно для довідки.	
Точність вимірювання маси	від 2,0 до 40,0 кг: ± 0,4 кг (від 4,4 до 88,2 фунта: ± 0,88 фунта) (від 4,4 фунта до 6 стоунів 4,2 фунта: ± 0,88 фунта)	
	від 40,0 до 150,0 кг: ± 1% (від 88,2 фунта до 330,0 фунта: ± 1%) (від 6 стоунів 4,2 фунта до 23 стоунів 8,0 фунта: ± 1%)	

Точність (стандартна помилка)	**Відсоткове значення вмісту жиру в організмі:**	3,5%
	Відсоткове значення скелетної мускулатури:	3,5%
	Рівень внутрішнього жиру:	3 рівні
Термін служби	5 років	
Класифікація IP	IP21* * Класифікація IP відповідає ступеню захисту, що забезпечується корпусом приладу відповідно до стандарту IEC 60529. Пристрій захищено від сторонніх твердих предметів діаметром від 12,5 мм (наприклад, від встромляння пальців). Пристрій захищено від крапель води, що можуть падати на нього вертикально та перешкоджати нормальній роботі.	
Джерело живлення	4 лужні елементи живлення AAA (LR03)	
Термін служби елементів живлення	Приблизно 6 місяців (коли лужні елементи живлення AAA використовуються для чотирьох вимірювань, чотирьох передач даних і чотирьох людей на день за кімнатної температури 23°C)	
Температура навколишнього повітря / відносна вологість / атмосферний тиск	від +5 до +40°C, від 30 до 85% відносної вологості (без конденсації), від 860 до 1060 гПа	
Температура / відносна вологість / атмосферний тиск при зберіганні та транспортуванні	від –20 до +60°C, від 10 до 95% відносної вологості (без конденсації), від 860 до 1060 гПа	
Маса	Приблизно 1,6 кг (з елементами живлення)	
Габаритні розміри	Прибл. 285 (Ш) × 28 (В) × 280 мм (Г) (прибл. 11 1/5 (Ш) × 1 1/10 (В) × 11 (Г) дюймів)	
Вміст упаковки	Монітор складу тіла, 4 лужні елементи живлення AAA (LR03), інструкції з налаштування, посібник з експлуатації	

Примітка

- Технічні характеристики приладу можуть змінюватися без попередження.
- Сповіщайте виробника й уповноважені органи країни, у якій ви перебуваєте, про всі серйозні інциденти, пов'язані із цим пристроєм.

UK

CE 0197

Прилад функціонує в неліцензованому діапазоні частот, що призначений для промислової, наукової та медичної радіослужб (ISM) 2,4 ГГц. Якщо прилад використовується поряд з іншими бездротовими пристроями (зокрема мікрохвильовими печами та бездротовими локальними мережами), що працюють у тому самому частотному діапазоні, що й цей прилад, між приладом і цими пристроями можуть виникати завади. При виникненні таких завад, перш ніж користуватися приладом, припиніть використання інших пристроїв, перенесіть його в інше місце чи не користуйтеся цим приладом поблизу інших бездротових пристроїв.

Bluetooth®

Текстовий символ **Bluetooth®** і відповідні логотипи є зареєстрованими торговельними марками корпорації Bluetooth SIG, Inc. Компанія OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. використовує ці торговельні марки виключно за ліцензією.

Цим компанія OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. заявляє, що радіообладнання типу VIVA (HBF-222T-EBK) відповідає вимогам Директиви 2014/53/EU.
Повний текст декларації про відповідність нормам ЄС доступний на веб-сайті www.omron-healthcare.com.

Apple і логотип Apple є торговельними марками корпорації Apple Inc., зареєстрованими в США та інших країнах.
App Store є знаком обслуговування корпорації Apple Inc.
Android і логотип Google Play є торговельними марками корпорації Google Inc.

Важлива інформація щодо електромагнітної сумісності (EMC)

Цей HBF-222T-EBK виробництва компанії OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. відповідає стандарту EN 60601-1-2:2015 щодо електромагнітної сумісності (EMC). Додаткову документацію щодо відповідності вимогам стандарту EMC можна отримати в компанії OMRON HEALTHCARE EUROPE за адресою, указаною в цьому документі, або на сайті www.omron-healthcare.com. Див. інформацію про EMC для HBF-222T-EBK на веб-сайті.

Гарантія

Компанія OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. надає гарантію на цей прилад упродовж 3 років від дати покупки.
Гарантія не розповсюджується на елемент живлення, упаковку, а також будь-які пошкодження, спричинені неправильним користуванням приладом (наприклад, через падіння або фізичне пошкодження). Заявлені продукти підлягають заміні виключно при поверненні разом з оригінальним рахунком-фактурою/товарним чеком.

Належна утилізація цього приладу (відходи електричного й електронного обладнання)



Ця позначка на приладі або в супровідній літературі означає, що після завершення терміну служби приладу його не слід утилізувати разом зі звичайними побутовими відходами. Щоб запобігти шкоді навколишньому середовищу або здоров'ю людей через неконтрольовану утилізацію відходів, відділіть цей прилад від інших відходів і передайте його на вторинну переробку. Цим ви посприяєте повторному використанню матеріальних ресурсів екологічно безпечним способом.

Щоб дізнатися про місця та способи повторної переробки цього приладу без шкоди навколишньому середовищу, побутові споживачі повинні звертатися до роздрібного магазину, у якому вони придбали прилад, або до місцевих органів влади.

Комерційні користувачі мають звертатися до свого постачальника відповідно до умов і положень угоди про купівлю приладу. Цей прилад не має потрапляти до інших комерційних відходів, призначених для утилізації.

Цей прилад не містить жодних небезпечних речовин.
Утилізація використаних елементів живлення має здійснюватися відповідно до місцевих правил утилізації елементів живлення.

Опис символів, які (залежно від моделі) можна знайти на самому приладі, його упаковці або в посібнику з експлуатації.

	Робоча частина апарата — тип BF Ступінь захисту від ураження електричним струмом (струм витоку)	SN	Серійний номер
IP XX	Ступінь захисту від пилу та вологи відповідно до стандарту IEC 60529		Температурний діапазон
CE	Маркування CE		Діапазон відносної вологості
	Символ ГОСТ Р		Обмеження за атмосферним тиском
EAC	Знак обігу продукції на ринку Митного союзу	⎓	Постійний струм
	Користувач повинен ознайомитися з посібником з експлуатації		Цей прилад не має використовуватися особами з медичними імплантатами, наприклад з кардіостимуляторами, штучним серцем, легенею або іншими електронними системами підтримки життєдіяльності.
MD	Пристрій медичного призначення		Дата виготовлення

17. Інформація про склад тіла

Принцип розрахунку складу тіла

Жир на тілі має низьку електричну провідність

Монітор складу тіла VIVA вимірює відсотковий вміст жиру в організмі із застосуванням методу біоелектричного імпедансу (БІ). М'язи, кровоносні судини та кістки є тканинами організму з високим вмістом води, тож добре проводять електричний струм. Жир є тканиною, яка погано проводить струм. Монітор складу тіла VIVA подає на ваше тіло вкрай слабкий електричний струм із частотою 50 кГц і силою менш ніж 500 μA, щоб визначити кількість жирової тканини. Цей слабкий електричний струм не відчувається під час роботи VIVA.
Для визначення складу вашого тіла ваги враховують електричний імпеданс, а також ваші параметри зросту, ваги, віку та статі. Після розрахунків отримуються результати, які ґрунтуються на даних OMRON стосовно складу тіла.

Рекомендований час вимірювання

Усвідомлення нормальних змін відсоткового значення вмісту жиру в організмі допомагає запобігти чи зменшити ступінь ожиріння. Знаючи про часові проміжки, коли відсоткове значення вмісту жиру в організмі змінюється залежно від вашого повсякденного режиму, можна точно визначити час його відкладення. Рекомендовано користуватися цим приладом в однакових умовах і в один час доби. (Див. графік.)



Уникайте вимірювань у наведених нижче умовах.

- Одразу ж після значних фізичних навантажень, ванни чи сауни.
- Після вживання алкоголю або прийому великої кількості води, після прийому їжі (упродовж близько 2 годин).

Якщо проводити вимірювання в описаних фізичних умовах, розрахований склад тіла може суттєво відрізнятися від фактичних параметрів, оскільки вміст води у вашому організмі змінюється.

Що таке індекс маси тіла (ІМТ)?

Для розрахунку ІМТ застосовується наступна проста формула, що відображає співвідношення між масою та зростом людини.

ІМТ = маса (кг) / зріст (м) / зріст (м)

Монітор складу тіла OMRON VIVA використовує інформацію про ваш зріст, який зберігається за особистим номером або вводиться разом з іншою інформацією в режимі «Guest» (Гість), для визначення вашої класифікації за ІМТ.
Якщо рівень жиру, отриманий за розрахунком ІМТ, перевищує міжнародний стандарт, зростає ймовірність поширених захворювань. Водночас не всі типи жирових відкладень визначаються за ІМТ.

Що таке відсоткове значення вмісту жиру в організмі?

Відсоткове значення вмісту жиру в організмі означає масову частку жиру в організмі в загальній масі тіла, виражену у відсотках.

Відсоткове значення вмісту жиру в організмі (%) = {маса жиру в організмі (кг) / маса тіла (кг)} × 100

Монітор складу тіла VIVA використовує метод БІ для оцінки відсоткового значення вмісту жиру в організмі.
Залежно від розподілу жирових відкладень на вашому тілі їх можна класифікувати як внутрішній жир та підшкірну жирову клітковину.

Що таке рівень вісцерального жиру?

Рівень вісцерального жиру = жирові відкладення навколо внутрішніх органів

Вважається, що надлишок вісцерального жиру значною мірою зумовлюється підвищеним рівнем ліпідів у крові, що може призвести до таких поширених захворювань, як гіперліпідемія та діабет.
У свою чергу, це знижує можливість інсуліну передавати енергію з крові та використовувати її в клітинах. Щоб запобігти поширеним захворюванням або скоротити їхні прояви, важливо спробувати знизити рівні вісцерального жиру до прийнятного значення. Люди з високим рівнем вісцерального жиру, як правило, мають великий шлунок. Водночас такий симптом не завжди проявляється, а високі рівні вісцерального жиру можуть обумовити метаболічне ожиріння. Метаболічне ожиріння (внутрішнє ожиріння при нормальній вазі) — це наявність високих рівнів жиру в організмі (вище середнього), навіть якщо маса людини є стандартною чи низькою для свого зросту.



Приклад зображення вісцерального жиру (зображення МРТ)

Що таке підшкірна жирова клітковина?

Підшкірна жирова клітковина = жир під шкірою

Підшкірна жирова клітковина не тільки накопичується навколо живота, але й навколо передпліч, сідниць і стегон, що може призвести до спотворення пропорцій тіла. Хоча такі симптоми не завжди пов'язані зі зростанням ризику захворювань, вважається, що вони підвищують навантаження на серце та спричиняють інші ускладнення. Підшкірна жирова клітковина не відображається на цьому приладі, проте вона враховується у відсотковому значенні вмісту жиру в організмі.



Приклад зображення підшкірного жиру (зображення МРТ)

Що таке скелетна мускулатура?

М'язи діляться на два типи: м'язи всередині внутрішніх органів (наприклад, серця) та скелетна мускулатура, що кріпиться до кісток і рухає тіло. Скелетна мускулатура може збільшуватися внаслідок виконання тренувань чи інших занять. Зростання частки скелетної мускулатури означає, що тіло може ефективніше спалювати енергію. Таким чином, зменшується ймовірність накопичення жиру та полегшується ведення енергійного способу життя.

Що таке обмін речовин у стані спокою?

Незалежно від рівня вашої активності для підтримки повсякденних функцій організму потрібне споживання певної мінімальної кількості калорій. Обмін речовин у стані спокою визначає, скільки калорій необхідно спожити, для того щоб організм отримав достатню кількість енергії задля свого функціонування.

18. Графіки, у яких розтлумачено результати вимірювань

Тлумачення результатів відсоткового значення вмісту жиру в організмі

	Вік	– (низьке)	0 (нормальне)	+ (високе)	++ (дуже високе)
Жінки	10	< 16,1%	16,1–32,2%	32,3–35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3–33,1%	33,2–36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4–33,5%	33,6–36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4–33,8%	33,9–36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3–34,0%	34,1–36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1–34,2%	34,3–36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8–34,5%	34,6–37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4–34,7%	34,8–37,3%	≧ 37,4%
	від 18 до 39	< 21,0%	21,0–32,9%	33,0–38,9%	≧ 39,0%
	від 40 до 59	< 23,0%	23,0–33,9%	34,0–39,9%	≧ 40,0%
	від 60 до 80	< 24,0%	24,0–35,9%	36,0–41,9%	≧ 42,0%
Чоловіки	10	< 12,8%	12,8–27,9%	28,0–31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6–28,5%	28,6–32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3–28,2%	28,3–32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6–27,5%	27,6–31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1–26,4%	26,5–30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8–25,4%	25,5–28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4–24,7%	24,8–27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1–24,2%	24,3–26,8%	≧ 26,9%
	від 18 до 39	< 8,0%	8,0–19,9%	20,0–24,9%	≧ 25,0%
	від 40 до 59	< 11,0%	11,0–21,9%	22,0–27,9%	≧ 28,0%
	від 60 до 80	< 13,0%	13,0–24,9%	25,0–29,9%	≧ 30,0%

HD McCarthy та ін., International Journal of Obesity (Міжнародний журнал із питань ожиріння), № 30, 2006; Gallagher та ін., American Journal of Clinical Nutrition (Американський журнал із питань дієтичного харчування), Vol. 72, вересень 2000 р.; класифікація OMRON HEALTHCARE на чотири рівні.

Тлумачення результатів рівня внутрішнього жиру

Рівень вісцерального жиру	Класифікація рівнів
від 1 до 9	0 (нормальне)
від 10 до 14	+ (високе)
від 15 до 30	++ (дуже високе)

За даними OMRON HEALTHCARE.

Тлумачення результатів відсоткового значення скелетної мускулатури.

	Вік	– (низьке)	0 (нормальне)	+ (високе)	++ (дуже високе)
Жінки	від 18 до 39	< 24,3%	24,3–30,3%	30,4–35,3%	≧ 35,4%
	від 40 до 59	< 24,1%	24,1–30,1%	30,2–35,1%	≧ 35,2%
	від 60 до 80	< 23,9%	23,9–29,9%	30,0–34,9%	≧ 35,0%
Чоловіки	від 18 до 39	< 33,3%	33,3–39,3%	39,4–44,0%	≧ 44,1%
	від 40 до 59	< 33,1%	33,1–39,1%	39,2–43,8%	≧ 43,9%
	від 60 до 80	< 32,9%	32,9–38,9%	39,0–43,6%	≧ 43,7%

За даними OMRON HEALTHCARE.

Тлумачення результатів ІМТ

ІМТ	ІМТ (класифікація ВООЗ)
< 18,5	– (нестача ваги)
від 18,5 до 24,9	0 (нормальне)
від 25 до 29,9	+ (надмірна вага)
≧ 30	++ (ожиріння)

Виробник	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 ЯПОНІЯ
Представник у ЄС EC REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, НІДЕРЛАНДИ www.omron-healthcare.com
Імпортер у ЄС	
Виробничі потужності	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Китай
Дочірні компанії	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Імпортер і відповідальна особа в Сполученому Королівстві Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, ВЕЛИКА БРИТАНІЯ www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors

Дата випуску: 2021-08-27

Зроблено в Китаї