**BF511**

Testösszetétel elemző monitor

• Használati utasítás

HU

Köszönjük, hogy az OMRON testösszetétel elemző monitort választotta. Mielőtt használatba venné a készüléket, feltétlenül olvassa el alaposan a használati utasítást, és használja biztonságosan és rendeltetésszerűen a készüléket. Tartsa mindig kéznél a használati utasítást, hogy később referenciaként használhassa.

BF511

Testösszetételt elemző monitor

Tisztelt Vásárló!

Köszönjük, hogy az OMRON kiváló minőségű testösszetételt elemző monitorát választotta. Ezzel a gyógyászati segédeszközzel pontosan tudja mérni a testösszetétel alábbi paramétereit, és azonnal értelmezni tudja az eredményeket:

- Testzsír (%)
- Viscerális zsír (30 szintben)
- Testtömeg-index (BMI)
- Vázizomzat (%)

Emellett a nyugalmi anyagcsere arány (kcal) meghatározza a napi kalóriaigényt, és referenciaként szolgál a testsúlycsökkentő program számára.

Az OMRON egyedi, mindkét kezét és lábat felhasználó 8 érzékelős technológiája a legpontosabb módszert biztosítja a teljes test méréséhez.

Az OMRON BF511 testösszetételt elemző monitor legalább 6 éves korú gyermekek, valamint felnőttek számára használható 150 kg testsúlyig bezárólag.

 Kérjük, használat előtt és az egyes funkciókkal kapcsolatos további tájékozódás érdekében alaposan olvassa el a használati utasítást.

Őrizze meg a kézikönyvet a későbbi használatra is. Ne használja a készüléket a kezelési útmutatóban leírtaktól eltérő célokra.

Tartalom

A készülék használata előtt

A biztonsággal kapcsolatos megjegyzések	2
Tájékoztatás a test összetételéről	3

Kezelési útmutató

1. Ismerje meg a készüléket.....	5
2. Az elemek behelyezése és cseréje.....	5
3. Személyes adatok beállítása és tárolása.....	6
4. Mérés	8
5. Csak testsúlymérés	12




Ápolás és karbantartás

6. Hibajelzések	13
7. Hibaelhárítás	13
8. A készülék ápolása és tárolása	14
9. Műszaki adatok	15

HU

A biztonsággal kapcsolatos megjegyzések

A szimbólumok és jelentéseik a következők:

 Veszély!	A nem megfelelő használat halált vagy súlyos sérülést okozhat.
 Figyelmeztetés:	A nem megfelelő használat esetleg halált vagy súlyos sérülést okozhat.
 Vigyázat!	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-szabályozó.
- (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:

- Fogyókúra vagy tervezett intenzívebb testmozgás elkezdése előtt mindig kérje ki orvos vagy szakértő tanácsát.
- Ne használja a készüléket csúszós felületeken, például nedves padlón.
- Tartsa távol kisgyermekektől a készüléket.
- Ne ugorjon rá a készülékre, és ne ugráljon a készüléken.
- Ne használja a készüléket, amikor a teste és/vagy a lába nedves, például fürdés után.
- Meztláb álljon rá a fő egységre. Ha zokniban próbál meg ráállni, megsúszhat és megsérülhet.
- Ne álljon a készülék szélére, vagy a fő egység kijelző részére.
- Mozgássérült vagy fizikailag gyenge személyek mindig vegyék igénybe mások segítségét a készülék használata során. Korlát vagy hasonló segítségével álljon fel a készülékre.
- Ha az elemsav szembe kerül, azonnal öblítse ki bőséges mennyiségű tiszta vízzel. Azonnal forduljon orvoshoz!

Vigyázat!

- Ne szedje szét, ne javítsa meg vagy alakítsa át se a kijelző részt, se a fő egységet.
- Ne használjon mobiltelefont a kijelző egység vagy a fő egység közelében.
- Óvatosan járjon el a kijelző egység tárolásakor. Az ujjai beszorulhatnak a fogantyú és a fő egység közé, ha túlságosan erősen nyomja meg.
- Kizárólag a készülékhez előírt típusú elemet használjon. Ne helyezze be az elemeket ellentétes irányú polaritással.
- Az elhasznált elemeket haladéktalanul cserélje ki.
- Ne dobja tűzbe az elemeket.
- Ha az elemsav 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.
- Távolítsa el a kijelzőt a fő egységről, mielőtt rálépne. Ha a készülékre való fellépés közben próbálja meg eltávolítani a kijelző egységet, elveszítheti az egyensúlyát és eleshet.

Általános tanács:

- Ne helyezze a készüléket puha padlóra, például szőnyegre vagy gyékényre. Előfordulhat, hogy nem lesz helyes a mérés.
- Ne tegye a készüléket nagy páratartalmú környezetbe, és védje a fröccsenő víztől.
- Ne tegye a készüléket hőforrás közelébe vagy légkondicionáló alá, és védje a közvetlen napfénytől.
- Ne használja a készüléket a kezelési útmutatóban leírtaktól eltérő célokra.
- Ne húzza meg erővel a kijelzőnek a fő egységhez rögzített zsinórját.
- Mivel a készülék egy precíziós műszer, ne ejtse le, és ne tegye ki vibrációnak vagy erős ütésnek.
- A használt elemek hulladékkezelésekor be kell tartani a használt elemek hulladékkezelésére vonatkozó nemzeti előírásokat.
- Ne mossa le vízzel a kijelzőt vagy a fő egységet.
- Ne törölje le a készüléket benzollal, benzinnel, hígítóval, alkohollal, vagy más illékony oldószerrel.
- Ne tegye a készüléket olyan helyre, ahol vegyi anyagok vagy korrozív gőzök hatásának lehet kitéve.

Olvassa el és kövesse a(z) „Fontos információk az elektromágneses kompatibilitást (EMC) illetően” alatti részt a Műszaki adatok című fejezetben.

Tájékoztató a test összetételéről

A testösszetétel meghatározásának elve

A testzsír elektromos vezetőképessége alacsony

A BF511 készülék bioelektromos ellenállás (BI) módszerrel méri a testzsír-százalékot. Az izmok, vérerek és csontok magas víztartalmú testszövetek, amelyek jól vezetik az elektromos áramot. A test zsírszövege viszont rosszul vezet az áramot. A BF511 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 BF511 működése során.

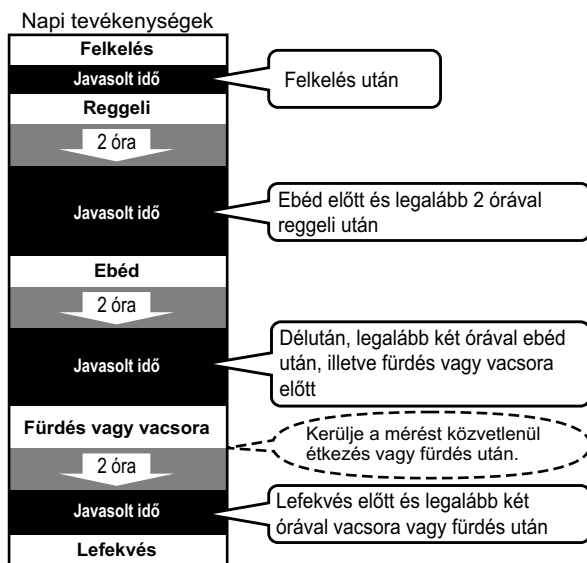
A test összetételének meghatározásakor a készülék elektromos ellenállást használ a magasság, testtömeg, életkor és nem figyelembe vételével, és az eredményeket az OMRON testösszetétel adatai alapján számítja ki.

Az egész testet felméri az ingadozások hatásának kiküszöbölése érdekében.

A nap folyamán a testben levő vízmennyiség fokozatosan az alsó végtagokba tevődik át. Ezért fordulhat elő, hogy estére vagy éjszaka a lábak és a bokák megduzzadnak. A felsőtestben és az alsó testtájokban található víz aránya eltérő reggel és este, és ez a test elektromos ellenállásának változását is jelenti. Mivel a BF511 a kezeken és a lábakon is használ elektródákat a méréshez, így csökkenteni tudja az ingadozások hatását.

Ajánlott mérési alkalmak

A testzsír-százalék normális változásainak megértése könnyebbé teszi az elhízás megelőzését vagy csökkentését. Ha odafigyel azokra az időpontokra, amikor a testzsír-százaléka változik a saját napi ritmusa szerint, akkor pontosabban meg tudja állapítani testzsír értékének változását. Javasoljuk, hogy mindig azonos környezetben és azonos hétköznapi körülmények között használja a készüléket. (Lásd a táblázatot.)



Ne végezzen méréseket a következő körülmények között:

- Közvetlenül erőteljes testmozgás, valamint fürdés vagy szauna használata után.
- Alkohol vagy nagy mennyiségű víz ivása után és étkezés után (körülbelül 2 órán át).

Ha az alábbi fizikai körülmények között végez mérést, a számított testösszetétel jelentősen eltérhet a tényleges értéktől, mivel a test víztartalma ilyenkor megváltozik.

A BMI (testtömeg-index)

A BMI (testtömeg-index) az alábbi egyszerű képlet alkalmazásával fejezi ki a testtömeg és a testmagasság közötti arányt.

$$\text{BMI} = \text{testtömeg (kg)} / \text{testmagasság (m)} / \text{testmagasság (m)}.$$

Az OMRON BF511 a személyes profilban elmentett testmagasság vagy a Vendég üzemmódban bevitt információ segítségével határozza meg a BMI értékét.

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 mennyiségét jelenti százalékban kifejezve.

$$\text{Testzsírszázalék (\%)} = \left\{ \frac{\text{testzsírtömeg (kg)}}{\text{testtömeg (kg)}} \right\} \times 100$$

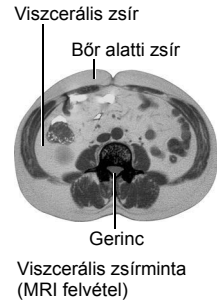
A készülék a BI (bioelektromos ellenállás) módszert alkalmazza a testzsírszázalék meghatározásához.

A testben való eloszlástól függően beszélhetünk viscerális zsírról és bőr alatti zsírról.

A viscerális zsírszint

Viscerális zsír = a belső szerveket körbevevő zsír

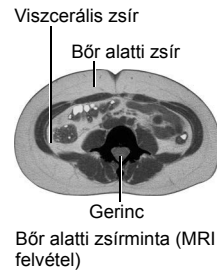
A túl sok viscerális zsír lehet az oka a véráram megnövekedett zsírszintjének, amely olyan gyakori betegségek kialakulásához vezethet, mint a hiperlipoproteinémia és a cukorbetegség, amely gyengíti az inzulin azon képességét, hogy a véráramból energiát vigyen át a sejtekbe az azokban történő felhasználásra. A gyakori betegségek kialakulásának megelőzéséhez, vagy gyógyításukhoz fontos lecsökkenteni a viscerális zsírszintet egy elfogadható értékre. A magas viscerális zsírszintű embereknek általában nagy hasuk van. Azonban ez nem minden esetben igaz, és a magas viscerális zsírszint metabolikus szindrómához vezethet. A metabolikus szindróma (viscerális elhízás normál testtömeg mellett) az átlagostól magasabb zsírszintet jelent, még akkor is, ha az illető testtömege a magasságának megfelelő vagy attól alacsonyabb.



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. Bár közvetlenül nem növeli a betegség kockázatát, növelheti a szíven a nyomást és egyéb szövődeményeket okozhat. A bőr alatti zsírt nem jelzi ki a készülék, de beleszámít a testzsírszázalékba.



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.

A nyugalmi anyagcsere

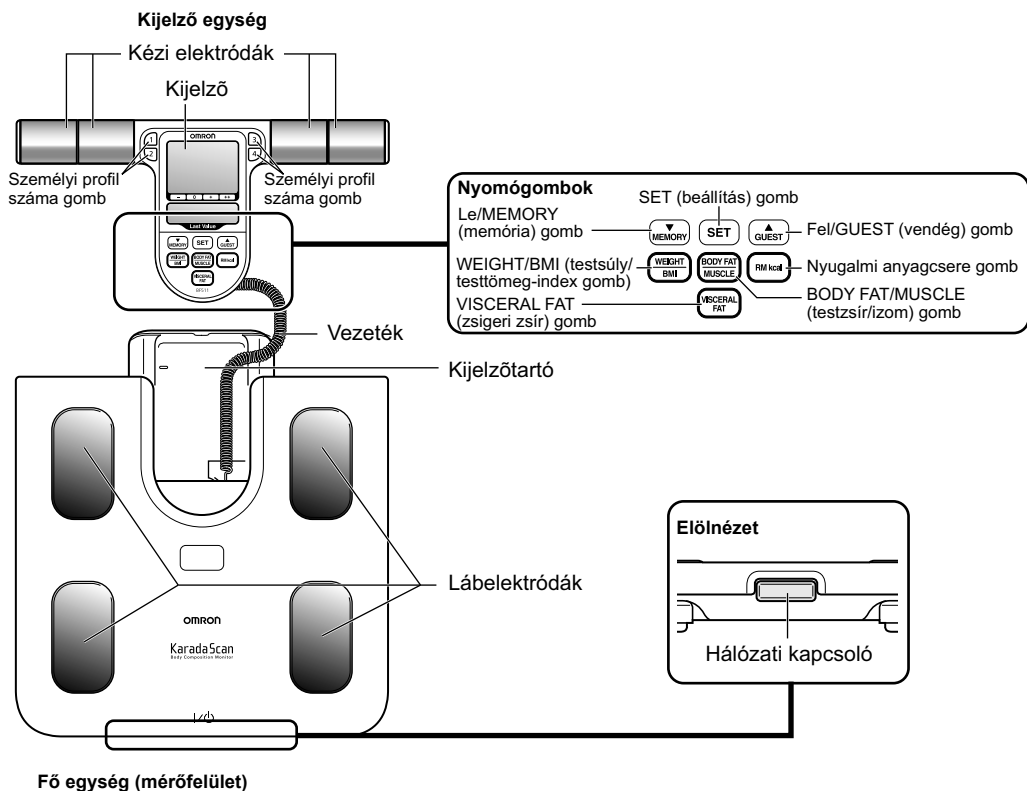
A fizikai aktivitás szintjétől függetlenül szükség van egy minimális kalória-bevitelre a test alapfunkcióinak fenntartásához. Ez a nyugalmi anyagcsere nevezett adat jelzi, hogy hány kalóriára van szükség ahhoz, hogy a test elegendő energiával rendelkezzen a működéshez.

Miért térhet el a kiszámított eredmény a tényleges testzsír-százaléktól?

A készülékkel mért testzsír-százalék jelentősen eltérhet a tényleges testzsír-százaléktól a következő esetekben:

Idősek (81 éves kor fölött) / Lázas betegek / Testépítők és élsportolók / Dialízisben részesülő betegek / Csontritkulásban szenvedő vagy nagyon alacsony csontsűrűségű betegek / Terhes nők / Izzadós személyek
Ezek az eltérések a testfolyadék és/vagy a testösszetétel változó arányainak tulajdoníthatók.

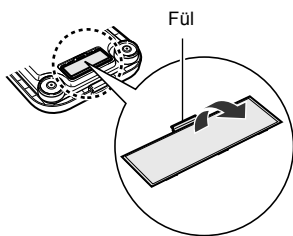
1. Ismerje meg a készüléket



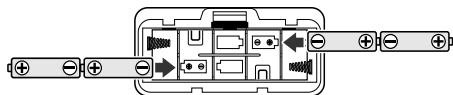
2. Az elemek behelyezése és cseréje

1. Nyissa ki az elemtartó fedelét a fő egység hátulján.

- 1) Nyomja meg a fület az elemtartón annak kinyitásához.
- 2) Húzza fel az ábra szerint.



2. Az elemeket az elemtartóban ábrázoltak szerint, megfelelő polaritással helyezze el.



3. Zárja be az elemtartó fedelét.

Az elem élettartama és cseréje

Ha az elem alacsony töltöttségének kijelzője

() kigyullad, cserélje ki mind a négy elemet.

A memóriában tárolt adatok még akkor sem vesznek el, ha az elemeket eltávolítják.

- Az elemcsere előtt kapcsolja ki a főkapcsolót.
- A használt elemek hulladékkezelésekor be kell tartani a használt elemek hulladékkezelésére vonatkozó nemzeti előírásokat.
- A négy AA elem körülbelül egy évig használható (napi négy mérés esetén).
- A mellékelt elemek csak a készülék kipróbálására szolgálnak, ezért lehetséges, hogy élettartamuk rövidebb lesz.

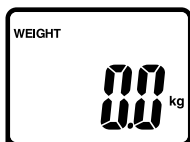
3. Személyes adatok beállítása és tárolása

A test összetételének méréséhez be kell állítania a személyes adatait (életkor, nem, testmagasság).

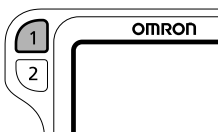
1. Kapcsolja be a készüléket.

A kijelzőn villogni kezd a „KALK” felirat, majd a kijelző „0,0 kg” értékre áll.

* Várjon amíg a kijelzőn megjelenik a „0,0 kg” jelzés.



2. Nyomja meg a Személyes profil száma gombot a személyes profil számának kiválasztásához.

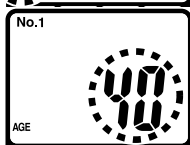


- 1) A kiválasztott szám villog a kijelzőn.



- 2) Nyomja meg a BEÁLLÍTÁS gombot a megerősítéshez.

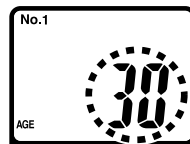
Ezután az előzetesen beállított életkor villog a kijelzőn.



3. [AZ ÉLETKOR BEÁLLÍTÁSA]

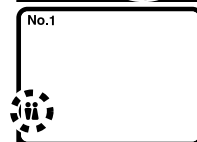
Beállítási tartomány: 6-tól 80 éves korig

- 1) Nyomja meg a ▲ vagy a ▼ gombot az életkor beállításához.





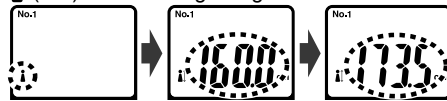
- 2) Nyomja meg a BEÁLLÍTÁS gombot a megerősítéshez.

Ezután a nemet jelző ikon kezd villogni a kijelzőn.



4. [A NEM ÉS A MAGASSÁG BEÁLLÍTÁSA]

Ugyanígy állítsa be a nemet –  (FÉRFI) vagy  (NŐ) és a testmagasságot.



Miután minden beállítás megjelent a kijelzőn, a „0,0 kg” jelzés válik láthatóvá.

Ezzel a beállítás befejeződik.

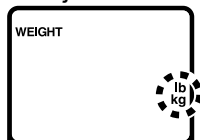
A mértékegység kiválasztása

Megváltoztathatja a magasság és a testtömeg mérésére használt mértékegységeket is.

1. Kapcsolja be a készüléket.

A kijelzőn villogni kezd a „KALK” felirat, majd a kijelző „0,0 kg” értékre áll. Várjon, amíg a „0,0 kg” kijelzés megjelenik a képernyőn.

2. Tartsa lenyomva a ▼ gombot, amíg a „font” és a „kg” feliratok nem villognak a kijelzőn.



3. Nyomja meg a ▲/▼ gombot a „kg” vagy „font” kiválasztásához.

Ezzel automatikusan válthat a „cm” és a „hüvelyk” között.

4. Nyomja meg a BEÁLLÍTÁS gombot a megerősítéshez.

Minden mért testmagasság és testsúly érték mellett az újonnan beállított mértékegység jelenik meg. A változtatás érvényes marad egészen addig, amíg újra át nem állítja.

A személyes adatok megváltoztatása**1.** Kapcsolja be a készüléket.

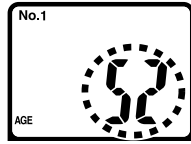
A kijelzőn villogni kezd a „KALK” felirat, majd a kijelző „0,0 kg” értékre áll. Várjon, amíg a „0,0 kg” kijelzés megjelenik a képernyőn.

2. Nyomja meg a Személyes profil száma gombot a személyes profil számának kiválasztásához.

1) A kiválasztott szám egyszer felvillan a kijelzőn.

2) Nyomja meg a BEÁLLÍTÁS gombot a megerősítéshez.

Ezután a kiválasztott életkor-beállítás villog a kijelzőn.



3. A ▲ vagy a ▼ gombbal módosítsa a kiválasztott adatot, majd nyomja meg a BEÁLLÍTÁS gombot. A kijelző az életkor, a nem és a magasság sorrendjében változik.

A személyes adatok törlése**1.** Kapcsolja be a készüléket.

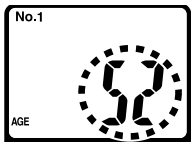
A kijelzőn villogni kezd a „KALK” felirat, majd a kijelző „0,0 kg” értékre áll. Várjon, amíg a „0,0 kg” kijelzés megjelenik a képernyőn.

2. Nyomja meg a Személyes profil száma gombot a személyes profil számának kiválasztásához.

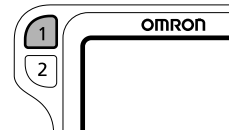
1) A kiválasztott szám egyszer felvillan a kijelzőn.

2) Nyomja meg a BEÁLLÍTÁS gombot a megerősítéshez.

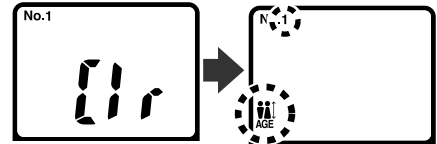
Ezután a kiválasztott életkor-beállítás villog a kijelzőn.

**3.** Törölje a személyes adatokat.

Nyomja le két másodpercnél hosszabb ideig a Személyes profil száma gombot.



A „Törlés” jelzés jelenik meg a kijelzőn és a személyes adatok kitörölődnek a memóriából.

**Hálózati kapcsoló**

A készülék automatikusan kikapcsol a következő körülmények között:

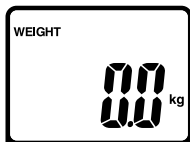
1. Ha a monitort nem kezdik használni egy percnél hosszabb ideig onnan számítva, hogy a „0,0 kg” jelzés megjelenik a kijelzőn.
2. Ha a személyes adatok bevitelkor 5 perc eltelté után sincs adatbevitel.
3. Ha a monitort a mérési eredmények megjelenése után 5 percig nem használják.
4. Öt (5) perccel az eredmények kijelzése után, csak testtömeg mérésekor.

4. Mérés

A mérést vízszintes, szilárd felszínen kell elvégezni.

1. Kapcsolja be a készüléket.

A kijelzőn villogni kezd a „KALK” felirat, majd a kijelző „0,0 kg” értékre áll.



* Ha a „0,0 kg” jelzés megjelenése előtt áll rá a készülékre, az „Hiba” hibaüzenet jelenik meg.

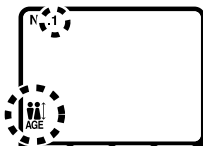
2. Amikor a „0,0 kg” jelzés megjelent, vegye elő a kijelző egységet.

Megjegyzés: Csak a „0,0 kg” jelzés megjelenése után vegye elő a kijelző egységet. Egyébként a kijelző egység tömege hozzáadódik a testtömeghez, amely helytelen eredményre vezet.

3. Válassza ki a személyes profil számát.

Nyomja meg a Személyes profil száma gombot, miközben a kijelző egységet tartja. A kiválasztott szám egyszeri felvillanás után megjelenik.

Ha a következő kijelzés olvasható:



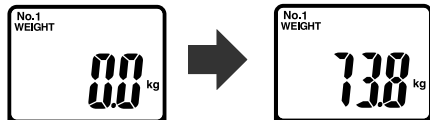
A kiválasztott személyes profilszámon nincs tárolt személyes adat. Kérjük, tanulmányozza a 3 fejezetet a személyes adatok tárolásához.

Ha a készülékben még nem regisztrálta személyes adatait (VENDÉG üzemmód):

- 1) Nyomja meg a VENDÉG gombot, miközben a kijelző egységet tartja.
- 2) A VENDÉG jelzés „V” olvasható a kijelzőn.
- 3) Állítsa be a személyes adatokat (életkor, nem, magasság). Olvassa el a 3 – 4 lépéseket a 3, Személyes adatok beállítása és tárolása fejezetben.

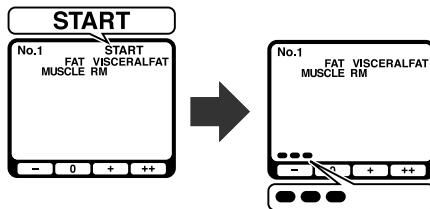
4. Kezdje el a mérést.

- 1) Lépjen fel a fő egységre és helyezze lábait a lábelektrodákra úgy, hogy a testtömege egyenlő mértékben legyen elosztva.



A kijelzőn megjelenik a testtömege, majd a testtömeg mérési eredménye villogni kezd. A készülék ezután elkezd mérni a testzsírszázalékot, a viszcerális zsírszintet, a vázizomszázalékot a BMI-t és a nyugalmi anyagcserét.

- 2) Amikor a „START” felirat olvasható a kijelzőn, nyújtsa ki karjait a testére merőlegesen.



A kijelző alján fokozatosan, balról jobbra haladva megjelenik a mérési folyamat oszlopkijelzője.

- 3) A mérés befejeztével ismét megjelenik a testtömeg a kijelzőn. Ekkor leléphet a készülékről.



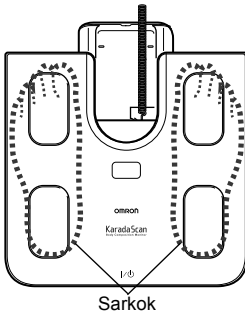
A méréshez szükséges helyes testtartás

(1) Álljon kinyújtott térdrel és egyenes háttal, nézzen egyenesen előre.

(2) A karok vízszintesig legyenek felemelve és a könyök egyenesen legyen kinyújtva. A karokat nyújtsa ki a testre merőlegesen.

(3) Tartsa úgy a kijelző egységet, hogy láthassa a kijelzőt.

Mezítláb álljon rá a fő egységre.



- Ellenőrizze, hogy sarkai az ábrán látható helyzetben vannak-e. Úgy álljon a mérőegységre, hogy a testtömege egyenlő mértékben legyen rajta elosztva.

Nyomja a tenyerét határozottan a fogantyún levő elektródákra.

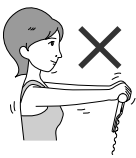
Középső ujjait helyezze a fogantyú elektródáinak hátsó részén található mélyedésbe.

Fogja meg erősen a fogantyú belső részén levő elektródákat a hüvelyk- és a mutatóujjával.

A fogantyú külső részén levő elektródákat a gyűrűs- és a kisujjával fogja meg.

Mérés közben elkerülendő testtartás

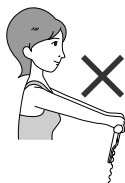
Mozgás a mérés során



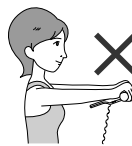
Behajlított karok



A karok túl magasan vagy túl alacsonyan vannak



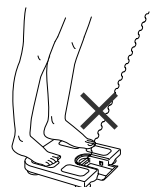
A kijelző felfelé néz



A térd be van hajlítva



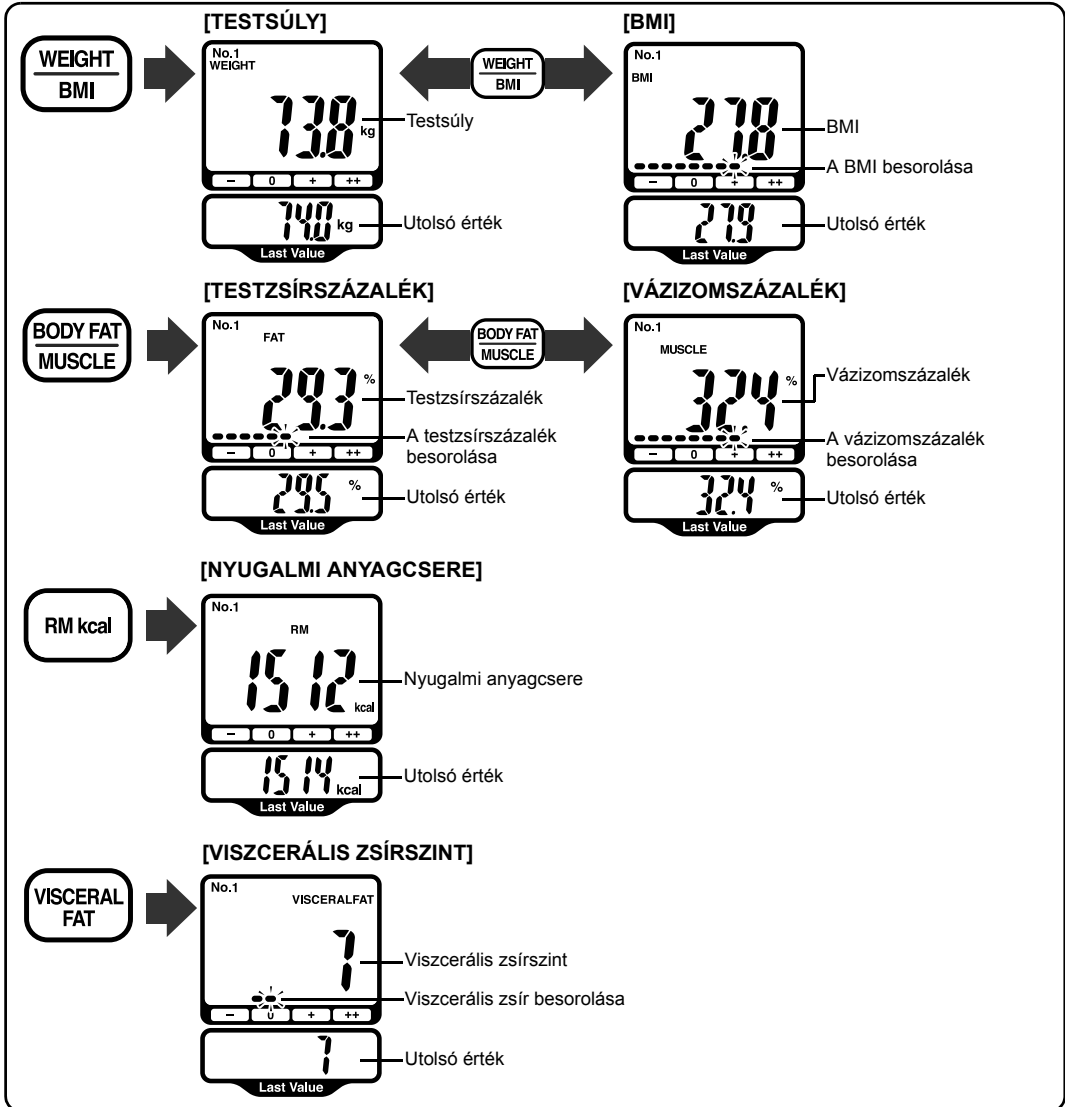
A készülék szélén áll



HU

5. A mérési eredmények ellenőrzése

Nyomja meg a megfelelő gombot a kívánt mérési eredmény megtekintéséhez. Az előző mérés legutóbbi adatai a kijelző „Utolsó értékek” nevű területén jelenik meg.



Megjegyzés: Gyermek (6–17 éves kor) esetében a készülék kijelzi a testsúlyt, a testszír százalékát, a vázizomzat százalékát, a BMI-t, a BMI besorolását és a nyugalmi anyagcserét.

A testzsírszázalék eredményének értelmezése

Az alábbi táblázat HD McCarthy és mások (International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006) és Gallagher és mások (American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, 2000. szept.) kutatására épül, és az Omron Healthcare négy szintre osztotta fel.

Nem	Életkor	- (Alacsony)	0 (Normális)	+ (Magas)	++ (Nagyon magas)
Nő	6	< 13,8%	13,8 – 24,9%	25,0 – 27,0%	≥ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 – 27,0%	27,1 – 29,6%	≥ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 – 29,1%	29,2 – 31,9%	≥ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 – 30,8%	30,9 – 33,8%	≥ 33,9%
	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	6	< 11,8%	11,8 – 21,7%	21,8 – 23,7%	≥ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 – 23,2%	23,3 – 25,5%	≥ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 – 24,8%	24,9 – 27,7%	≥ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 – 26,5%	26,6 – 30,0%	≥ 30,1%
	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%	

A viscerális zsírszint eredményének értelmezése

Viscerális zsírszint	A szint besorolása
1 – 9	0 (Normális)
10 – 14	+ (Magas)
15 – 30	++ (Nagyon magas)

Az Omron Healthcare adatai alapján

A BMI (testtömeg-index) eredményének értelmezése

BMI (testtömeg-index)	BMI (A WHO meghatározása alapján)	BMI besorolási oszlop				BMI besorolás
		-	0	+	++	
BMI < 18,5	- (Sovány)	•				7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≤ BMI < 25	0 (Normális)	••••	••••			18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≤ BMI < 30	+ (Túlsúlyos)	••••••••	••••••	••••		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≤ BMI	++ (Elhízott)	••••••••••	••••••••	••••••	••••	30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

A fent említett index az elhízás mértékének felmérésére szolgál, a WHO, az Egészségügyi Világszervezet javaslata alapján.

A vázizomszázalék eredményének értelmezése (felnöttek)

Nem	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

6. Az eredmények jóváhagyása után kapcsolja ki a készüléket.

Megjegyzés: Ha elfelejti kikapcsolni az áramellátást, a készülék 5 perc után automatikusan kikapcsol. Tegye vissza a kijelzőt a fő egységen lévő tartójára a 8. részben ábrázoltak szerint.

5. Csak testsúlymérés**1. Kapcsolja be a készüléket.**

A kijelzőn villogni kezd a „KALK” felirat, majd a kijelző „0,0 kg” értékre áll.



Megjegyzés: Ha a „0,0 kg” jelzés megjelenése előtt áll rá a készülékre, megjelenik a „Hiba” hibaüzenet jelenik meg.

2. Amikor a „0,0 kg” jelzés megjelenik, lépjen rá a készülékre.

Megjegyzés: Hagyja a kijelző egységet a tartójában.

3. Ellenőrizze a mérési eredményt.

A kijelzőn megjelenik a testtömeg, és kétszer felvillan, jelezve, hogy a mérés befejeződött.

Megjegyzés: Ekkor a kijelző egység kivételével is ellenőrizheti a mérési eredményt.

4. A mérés befejeztével lépjen le a készülékről és kapcsolja ki.

6. Hibajelzések

Hibajelzés	Ok	Korrekción
{err1}	A tenyere vagy a talpa nem érintkezik biztosan az elektródákkal.	Nyomja a tenyerét vagy a talpát erősen az elektródákhoz, ezután kezdje el a mérést. (Lásd a 4. fejezetet.)
{err2}	Nem megfelelő a testtartás a méréshez, vagy a tenyere vagy a talpa nem érintkezik szorosan az elektródákkal.	A mérést a kéz vagy a talp mozgatása nélkül végezze el. (Lásd a 4. fejezetet.)
{err3}	A tenyere vagy a talpa túl száraz.	Nedves törölközővel nedvesítse be a tenyerét vagy a talpát, majd ismételje meg a mérést.
{err4}	A testösszetételei értékek a mérhető tartományon kívül vannak.	<ul style="list-style-type: none"> Ellenőrizze, hogy a személyes adatok között tárolt életkor, nem és testmagasság megfelelő-e. (Lásd az Adatok beállítása cím alatt a 9. fejezetben.) A főegység nem képes a mérhető tartományon kívülrre eső testösszetételei értékek mérésére, még ha az életkor, nem és magasság beállítások helyesek is.
{err5}	Rendellenes működés.	Helyezze be újra az elemeket és ismételje meg a mérést. Ha ez a hiba továbbra is jelentkezik, vegye fel a kapcsolatot az OMRON szervizképvislettel.
{err}	Fellépett az készülékre, mielőtt a kijelzőn megjelent volna a „0,0 kg” jelzés.	Csak a „0,0 kg” jelzés megjelenése után lépjen fel a fő egységre.
	Megmozdította a fő egységet a „0,0 kg” jelzés megjelenése előtt.	Csak a „0,0 kg” jelzés megjelenése után mozgítsa meg a fő egységet.
	Megmozdult a testtömeg mérése közben.	Ne mozogjon a testtömeg mérése közben.
	Az Ön testsúlya nagyobb, mint 150 kg (330,0 font).	A 150 kg (330,0 font) fölötti testsúly kívül van a készülék mérési tartományán. Nem használhatja a készüléket.

7. Hibaelhárítás

Probléma	Ok	Korrekción
A testösszetétel kijelzett értéke rendellenesen magas vagy alacsony.	Lásd: Tájékoztató a test összetételéről	
A készülék kikapcsol körülbelül 5 perccel azután, hogy a testsúlyt jóváhagyta, és mielőtt a testsírszázalék, vizscerális zsírszint, a vázizomszázalék, a BMI és a nyugalmi anyagcsere megmérésre kerülne.	Nem választotta ki a helyes személyi azonosítószámot, vagy a VENDÉG üzemmódot. (A személyes azonosítószám vagy „V” nem jelenik meg a kijelzőn.)	Válassza ki a megfelelő személyes azonosítószámot vagy a VENDÉG üzemmódot. (Lásd a 4. fejezetet.)
Semmi sem jelenik meg a kijelzőn, amikor bekapcsolja a készüléket.	Az elemek nincsenek behelyezve.	Helyezze be az elemeket.
	Az elemek polaritása nem megfelelő.	A megfelelő polaritással helyezze be az elemeket.
	Lemerültek az elemek.	Cserélje ki mind a négy „AA” elemet. (Lásd a 2. fejezetet.)
	A fő egységet és a kijelző egységet összekötő vezeték sérült vagy elhasználódott.	Vegye fel a kapcsolatot a legközelebbi OMRON szervizképvislettel.

8. A készülék ápolása és tárolása

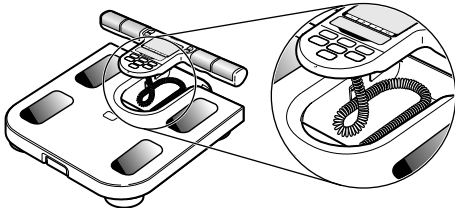
A testösszetételt elemző monitor nem igényel karbantartást.

A készülék tisztítása

- Mindig tartsa tisztán a készüléket használat előtt.
- Puha, száraz ruhával törölje le a fő egységet.
Ha szükséges, használjon mosószeres, nedves, jól kicsavart ruhát a készülék megtörléséhez, majd törölje át egy száraz ruhával.
- Az elektródákat alkohollal tisztíthatja meg, de ne használja azt a készülék egyéb részein.
- Ne használjon benzint vagy oldószert a készülék tisztításához.

Ápolás és tárolás

- A kijelző egységet az ábrázoltak szerint tárolja a fő egységben.
- A kijelző egység tárolásakor figyeljen arra, hogy ne törje meg a vezetékét.



- A készüléket ne tárolja az alábbi körülmények között:
 - Magas páratartalom, ahol nedvesség vagy víz kerülhet a készülékbe.
 - Magas hőmérséklet, közvetlen napfény vagy poros hely.
 - Hirtelen lökésnek vagy rázkódásnak kitett helyek.
 - Vegyi anyagok mellett, vagy olyan helyen, ahol maró hatású gázok vannak.
- Semmiféle javítást ne végezzen a készüléken. Ha bármilyen meghibásodás előfordul, vegye fel a kapcsolatot a csomagoláson feltüntetett OMRON képviselőjével, vagy a Vevőszolgálattal.

9. Műszaki adatok

Megnevezés	BF511
Termék	Testösszetételt elemző monitor
Modell	HBF-511B-E / HBF-511T-E
Kijelző	<p>Testtömeg: 0–150 kg között; 0,1 kg-os lépésekben (0,0–330,0 font között 0,2 fontos lépésekben)</p> <p>Testzsírszázalék: 5,0–60,0% között; 0,1%-os lépésekben</p> <p>Vázizomszázalék: 5,0–50,0% között; 0,1%-os lépésekben</p> <p>BMI (testtömeg-index): 7,0–90,0 között; 0,1-es lépésekben</p> <p>Nyugalmi anyagcsere: 385–3999 kcal 1 kcal lépésekben</p> <p>Viszcerális zsírszint: 30 szint, szintenkénti lépésekben</p> <p>BMI (testtömeg-index) besorolás: – (A normálnál kisebb súly) / 0 (Normális) / + (Túlsúlyos) / ++ (Elhízott) 4 szint, azon belül mindegyikben 3 fokozat</p> <p>Testzsírszázalék és vázizomszázalék besorolás: – (Alacsony) / 0 (Normális) / + (Magas) / ++ (Nagyon magas) 4 szint, azon belül mindegyikben 3 fokozat</p> <p>Viszcerális zsírszint besorolás: 0 (Normális) / + (Magas) / ++ (Nagyon magas) 3 szint, azon belül mindegyikben 3 fokozat</p>
Adatok beállítása	<p>Magasság: 100,0–199,5 cm között (3' 4" – 6' 6 3/4" között)</p> <p>Életkor: 6–80 év között</p> <p>Nem: Férfi/Nő</p> <p>* Mértékegységek: kg (cm) / font (láb•hüvelyk)</p> <p>* A testzsírszázalék, a testzsírszázalék besorolása, a vázizomszázalék, a BMI, a BMI besorolása és a nyugalmi anyagcsere esetében az életkori tartomány 6–80 év.</p> <p>* A viszcerális zsírszint, a viszcerális zsírszint besorolása és a vázizomzat százaléka esetében az életkori tartomány 18–80 év.</p>
Súlymérési pontosság	<p>0,0 – 40,0 kg között: $\pm 0,4$ kg (0,0 – 88,2 font között: $\pm 0,88$ font)</p> <p>40,0 – 150,0 kg között: $\pm 1\%$ (88,2 – 330,0 font között: $\pm 1\%$)</p>
Pontosság (S.E.E.)	<p>Testzsírszázalék: 3,5%</p> <p>Vázizomszázalék: 3,5%</p> <p>Viszcerális zsírszint: 3 szint</p>
Áramellátás	4 db AA elem (R6) (Használhat AA alkáli elemeket is (LR6).)
Elem élettartama	Körülbelül 1 év (mangán elemeket használva, napi négy méréssel)
Működési hőmérséklet / Páratartalom	+10 és +40 °C között 30–85% relatív páratartalom mellett
Tárolási hőmérséklet/ Páratartalom/ Légnyomás	-20 és +60 °C között 10–95% relatív páratartalom és 700–1060 hPa légnyomás mellett
Súly	Körülbelül 2,2 kg (4,85 font) (az elemeket is beleértve)
Külső méretek	<p>Kijelző egység: Körülbelül 300 (szélesség) × 35 (magasság) × 147 mm (mélység) (Körülbelül 11 3/4" (szélesség) × 1 3/8" (magasság) × 5 3/4" (mélység))</p> <p>Fő egység: Körülbelül 303 (szélesség) × 55 (magasság) × 327 mm (mélység) (Körülbelül 11 7/8" (szélesség) × 2 1/8" (magasság) × 12 7/8" (mélység))</p>
A csomag tartalma	Testösszetétel monitor, 4 AA mangán elem (R6), használati útmutató, Garanciajegy
Megjegyzés:	A műszaki változtatások jogát előzetes értesítés nélkül fenntartjuk.



= Típus BF **CE0197**

A készülék teljesíti az orvosi eszközökről szóló 93/42/EGK irányelv előírásait.



**A termék megfelelő elhelyezése
(Elektromos és elektronikus készülékekből származó hulladék esetén)**

A fenti ábra a berendezésen és a dokumentációban azt jelzi, hogy a berendezés az élettartama végén nem háztartási hulladékként kezelendő. A 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 elemeinek újrahasznosításával és elhelyezésével kapcsolatban a hétköznapi 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 kikötéseinek és feltételeinek megfelelően járjanak el. A termék használaton kívüli elemei nem kezelhetők hagyományos háztartási hulladékként.

A termék nem tartalmaz egészségre ártalmas összetevőket.

A használt elemek elhelyezését az adott ország használt elemekre vonatkozó szabályozásával összhangban kell végezni.

Fontos információk az elektromágneses kompatibilitást (EMC) illetően

A személyi számítógépekhez és mobil telefonokhoz hasonló elektronikus eszközök elterjedtsége miatt a gyógyászati berendezések egyre érzékenyebbek az elektromágneses interferenciára. Az elektromágneses interferencia a gyógyászati berendezések működésében hibákat okozhat, és emiatt potenciális veszélyhelyzetet teremthet.

A gyógyászati berendezéseknek emiatt nem szabad interferálniuk egyéb berendezésekkel.

Az elektromágneses kompatibilitás biztosítása érdekében az EN60601-1-2 szabványban rögzítették a szükséges követelményeket annak érdekében, hogy a veszélyhelyzetek megelőzhetővé váljanak. A szabvány definiálja a gyógyászati berendezések elektromágneses interferencia-védeltségének szintjeit, valamint az általuk kibocsátható elektromágneses sugárzás maximális értékét.

Ez az OMRON Healthcare által gyártott gyógyászati berendezés konform az EN60601-1-2:2001 szabvány védeltséget és kibocsátást meghatározó előírásaival.

Ennek ellenére tartsa be a következő elővigyázatossági intézkedéseket:

A gyógyászati berendezés közelében ne használjon mobiltelefont vagy egyéb olyan készüléket, ami erős elektromos vagy elektromágneses mezőt generál. Ellenkező esetben a gyógyászati berendezés működésében hiba léphet fel, és emiatt potenciális veszélyhelyzet állhat elő. Ajánlatos a készülékek között legalább 7 m távolságot tartani. Ellenőrizze a gyógyászati berendezés helyes működését, ha ez a távolság kisebb.

Az EN60601-1-2:2001 szabvánnyal kapcsolatos további dokumentációk az OMRON Healthcare Europe kézikönyvünkben található címén érhetőek el.

Ezek a dokumentációk a www.omron-healthcare.com webcímen is megtalálhatóak.

Gyártó 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto, 617-0002 JAPÁN		
EU-képviselő <table border="1" data-bbox="130 1413 267 1468"> <tr> <td>EC</td> <td>REP</td> </tr> </table>	EC	REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLLANDIA www.omron-healthcare.com
EC	REP		
Leányvállalat	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, U.K.		
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, NÉMETORSZÁG www.omron-medizintechnik.de		
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex FRANCIAORSZÁG		

Származási ország: Kína

