



VERERÕHUMÕÕTJA

SENCOR®

SBD 1470

KASUTUSJUHEND

Enne seadme esmakasutamist lugege juhendit põhjalikult ka siis, kui olete sarnase seadme kasutamisega juba tuttav. Kasutage toodet ainult juhendis ettenähtud viisil ja eesmärgil. Hoidke juhend alles ka tulevikus lugemiseks. Hoiatus! Juhendi eiramise tagajärjeks võib olla seadme rike. Soovitame originaalpakendi, ostudokumendi ja garantiialongi garantiiajaks alles hoida.

Mida vererõhk endast kujutab?

Vererõhku defineeritakse kui rõhku, mida voolav veri avaldab arteriseintele. Vererõhk vaheldub iga südamelöögi käigus maksimumi (süstoolse) ja miinimumi (diastoolse) vahel. Vererõhku mõjutavateks teguriteks on füüsiline tegevus, hirm, viha või ka teatud aeg ööpäevast. Päeva jooksul vererõhk muutub pidevalt. Seetõttu võivad järjestikusedki mõõtmistulemused erineda.

Miks peaks vererõhku mõõtma kodus?

Paljudel vererõhk arsti juurde minekuga tõuseb, kodus aga püsib normi piires. Vererõhu mõõtmisel kodus puudub ärevuse tegur, mis võiks mõõtmistulemust mõjutada arsti külastades.

Vererõhu klassifikatsioon Maailma Tervishoiuorganisatsiooni järgi.

Järgnevas tabelis on ära toodud klassifikatsioon täiskasvanud inimeste vererõhu kohta.

Vererõhu kategooria	Süstoolne mmHg	Diastoolne mmHg
Optimaalne	<120	<80
Normaalne	120–129	80–84
Kõrgenenud, normaalne	130–139	85–89
Kerge hüpertoonia	140–159	90–99
Keskmine hüpertoonia	160–179	100–109
Tõsine hüpertoonia	≥180	≥110
Isoleeritud süstoolne hüpertoonia	≥140	<90

Südame rütmihäire

Südamerütmi häireteks nimetatakse südame rütmi ebakorrapärasusi. Need tulenevad südame elektriimpulsside ebakorrapärasest tekkest. Paljud rütmihäired on ajutised. Selliseid peetakse kahjututeks ja need on näiteks juhtumid, kui süda jätab löögi vahele või teeb lisalöögi. Põhjuseks on tavaliselt tugevad tunded või kehaline tegevus. Kuid on ka eluohtlikku arütmiaid, mis vajab ravi.

Südame rütmihäirete sümptomid.

Südame rütmihäirete sümptomid on tugev või kiirenenud südametöö, väsimustunne, pearinglus, teadvuse kadu, hingamisraskused ja rinnavalu. Bradükardia (aeglustunud südametöö) sümptomid on väsimustunne, hingamisraskus, pearinglus, uimasus. Tahhükardia (kiirenenud südametöö) sümptomid on südamelööke on tunda kaelas või rinnus, ebaühtlaste löökidena, ebamugavustunne, nõrkus, hingamisraskused, uimasus, higistamine ja pearinglus.

Kas südamerütmihäireid saab ravida?

Südamerütmihäired on teataval määral välditavad, hoidudes kurnatusest, stressist, suitsetamisest, alkoholist, kofeiinist vms., mis mõjutab närvisüsteemi. Mõnd tüüpi rütmihäiret saab ravida medikamentidega, defibrillaatori või südamestimulaatoritega. Ravimeetodi otsustab arst.

TÄHTIS

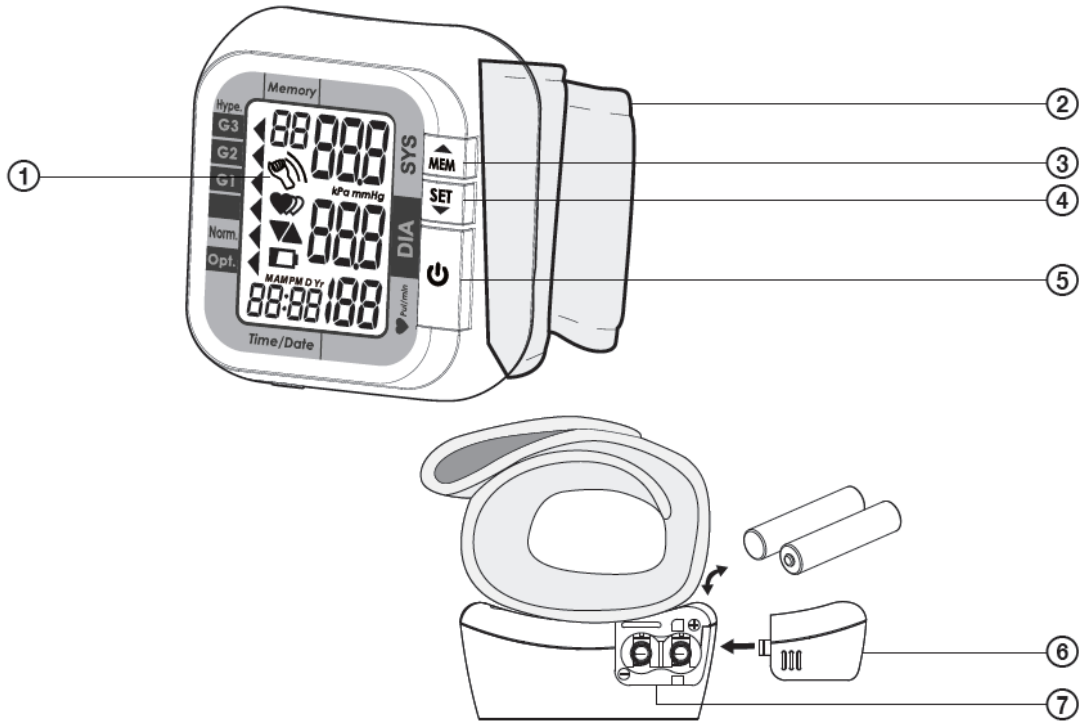
- Seade on ette nähtud kasutamiseks mitteinvasiivse vererõhumõõtmise seadeldisena.
- Mansett on reguleeritava suurusega 13.5–19.5 cm, mis sobib täisealistele.
- Ärge väänake mansetti ega õhuvoolikut liigselt. Ärge vigastage mansetti ega voolikut millegi teravaga.
- Ärge võtke seadet koost lahti ega teostage sellele mingeid modifikatsioone.
- Ärge kasutage seadet käel, millel on vigastusi.
- Kui kannatate tervisehäirete all, nagu ateroskleroos, diabeet, maksa- või neeruhaigused, ülikõrge vererõhk vms., konsulteerige enne seadme kasutamist oma arstiga või tervishoiuspetsialistiga.
- Kui saate ravi või võtate ravimeid, konsulteerige enne selle seadme kasutamist oma arstiga.
- Enne vererõhu mõõtmist puhake vähemalt 5-10 minutit. Oodake enne teistkordset mõõtmist vähemalt 4-5 minutit. Ärge mõõtke vererõhku varem kui 30–45 minutit pärast kofeiini või tubakatoodete tarbimist.
- Eemaldage käe ümbert pigistav riideese.
- Kasutage mansetti vaid randmel. Ärge pange mansetti teiste kehaosade ümber.
- Ärge alustage mõõtmist enne, kui mansett on käe ümber pandud.
- Teostage mõõtmine rahulikus ja lõdvestunud olekus.
- Seadet ei tohi mõõtmise jooksul liigutada.
- Seade vabastab õhu mansetist automaatselt, kui rõhk ületab 300 mmHg. Kui õhu automaatset väljalaskmist ei toimu, võtke mansett käelt ja vajutage nupule ON /OFF, et rõhu lisamine lõpeks.
- Vererõhk võib päeva jooksul muutuda, samuti olla mõjutatud sellistest teguritest, nagu suitsetamine, alkoholitarbimine, ravimite võtmine ja füüsiline aktiivsus.
- Mõõtmistulemusi peaks hindama arst või muu spetsialist, kes on kursis teie tervisliku seisundiga pikemat aega. Ärge tehke tulemuste põhjal ise mingeid järeldusi.
- Vererõhu regulaarne mõõtmine annab arstile vajalikku teavet teie vererõhu kohta loomuliku päevarutiini kestel.
- Vererõhku mõõdetakse selle seadme puhul ostsilomeetrilise meetodiga, mis on võrdväärne kogunud spetsialisti poolt auskultatiivsel (kuulamis)meetodil teostatud mõõtmisega.
- Seade ei ole ette nähtud vererõhu pidevaks jälgimiseks meditsiiniliste protseduuride, nagu nt. operatsioonide ajal.
- Seade on mõeldud kodus kasutamiseks ega suuda asendada professionaalset meditsiinilist hooldust.
- Hoidke seadet ja selle patareisid laste kätte sattumast.

PÕHIFUNKTSIOONID JA OMADUSED

- Pulsi ja süstoolse ning diastoolse vererõhu mõõtmine
- Südame rütmihäirete tuvastus
- Randmemansett, reguleeritav käe läbimõõdule 13.5 kuni 19.5 cm
- Mansett täitub õhuga ja tühjeneb õhust automaatselt.

- Suur LCD ekraan.
- 60 mälu kohta mõõtmistulemustele koos kuupäeva ja kellaajaga.
- Toide patareidelt.

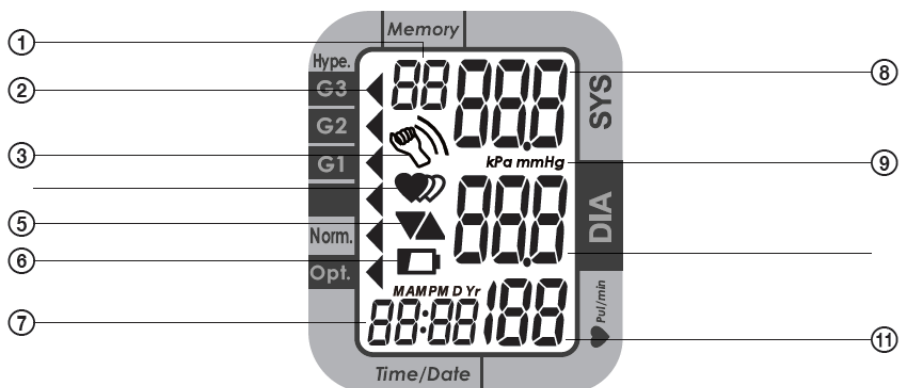
SEADME KIRJELDUS



- 1 LCD ekraan
- 2 mansett
- 3 MEM (mälu) nupp
- 4 SET nupp

- 5 ON/OFF e. sisse-/ väljalülitusnupp
- 6 Patareiõõnsuse kate
- 7 Patareiõõnsus

EKRAANIKUVA




- 1 Mälukoha järjenumber
- 2 Mõõdetud vererõhu kateegooria
- 3 Käeliigutuse tuvastus mõõtmisel
- 4 Südame rütmihäire tuvastus
- 5 Manseti tühjendamise indikaator
- 6 Tühjenenud patarei indikaator

- 7 Kuupäeva ja kellaaja kuvamine
- 8 Süstoolse rõhu kuvamine
- 9 Mõõtühik
- 10 Diastoolse rõhu kuvamine
- 11 Pulsisagedus (pulsilööki/minutis)

KASUTAMINE.

Patareide paigaldus ja vahetamine. Kasutage seadmes kaht LR03 /AAA tüüpi patareid. Eemaldage patareiõõnsuse kaas ja sisestage patareid õiget polaarsust järgides. Sulgege kate. Patareid on vaja vahetada järgmistel juhtudel:

- Ekraanil kuvatakse sümbolit .
- Ekraan on tuhm.
- Ekraan ei lülitu üldse sisse.

Kui ajate patareide poolused segi, võivad patareid üle kuumeneda. Ärge kasutage vanu ja uusi patareisid koos ega laetavaid /mittelaetavaid patareisid koos.

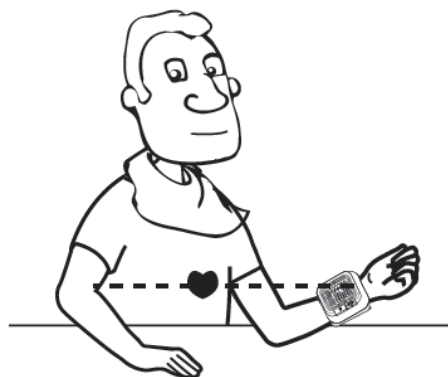
Salvestatud mõõtmistulemused säilivad seadme mälus ka pärast patareide vahetamist.

Kuupäeva, kellaaja ja mõõtühikute seadistamine. Enne mõõtmiste teostamist tuleb seadistada kuupäev, kellaag ja mõõtühikud. Patareide sisestamise järel süttivad korraks kõik ekraani elemendid. Vasakus all nurgas hakkab vilkuma väärtus „aasta“. Vererõhumõõtja on valmis seadistamiseks. Kui ühtki seadistust ei tehta, lülitub seade automaatselt välja 1 minuti möödudes. Seadistamisele pääseb järgnevalt. Vajutage nuppu SET ▼. Ekraanile ilmub kellaag. Vajutage nuppu SET ▼ ja hoidke 3 sekundi vältel vajutatuna. Ekraani vasakus all nurgas hakkab vilkuma aastanumber. Seadet on võimalik seadistada. MEM ▲ nupu abil seadistage aasta. Kinnitage oma valik SET ▼ nupu vajutusega. Edasi siirdub seade kuu seadistamisele. MEM ▲ nupu abil seadistage käesolev kuu. Kinnitage oma valik SET ▼ nupu vajutusega. Seade siirdub kuupäeva seadistamisele. Seadistage kuupäev MEM ▲ nupu abil. Kinnitage oma valik SET ▼ nupu vajutusega. Aktiveerub tundide seadistamine. Vajutage MEM ▲ nuppu, et valida 12 ja 24 tunnise kellakuvamise režiimi vahel. Kinnitage oma valik SET ▼ nupu vajutusega. Aktiveerub tundide seadistamine. MEM ▲ nupu abil seadistage tunnid. Kinnitage oma valik SET ▼ nupu vajutusega. Lõpuks seadistatakse minutid. MEM ▲ nupu abil seadistage minutid. Kinnitage oma valik SET ▼ nupu vajutusega. Seade lülitub veel mõõtühikute valiku seadistamisele. Valige, kas mmHg või kPa, nupu MEM ▲ vajutusega. Kinnitage oma valik SET ▼ nupu vajutusega. Standardne mõõtühik vererõhu jaoks on mmHg (millimeetrit elavhõbedasammast). Kuupäeva, kellaaja ja mõõtühikute seadistamine on teostatud. Seade esitab seadistatud väärtused ekraanil ja lülitub automaatselt välja. Seadistusvahemik on: aastad 2000–2050, 24- või 12-tunnine ajaformaad. 12 tunnise ajaformaadi korral näidatakse kellaajaga koos, kas tegu on ennelõunase (AM) või pealelõunase (PM) ajaga.

Täpsete mõõtmistulemuste tagamine.

Teostage mõõtmisi samal päeva ajal, ideaalne oleks hommikul, lõuna ajal ja õhtul, samadel tingimistel või vastavalt arsti soovitudele. Ärge mõõtke vererõhku varem kui 30–45 minutit pärast kofeiini, tee või tubakatoodete tarbimist. Oodake vererõhumõõtmisega vähemalt 20 minutit kuuma duši või vanni võtmise järel. Enne uuestimõõtmist oodake vähemalt 4–5 minutit.

Manseti pealepanek ja õige kehaasend mõõtmisel. Eemaldage käe ümbert pigistav riideese. Paigaldage mansett randmele, nii et vererõhumõõtja jääb peopesa poolele. Manseti serv peaks olema 1-1,5 cm randmeliigesest allpool. Keerake mansett ümber käe ja tõmmake veidi pingule. Manseti ja randme vahel ei tohi olla jäetud ruumi. Võtke mugavasti istet ja laske käsivarrel lebada laual. Peopesa ülespoole ja vererõhumõõtja samal kõrgusel, mis süda. Kämmal peab olema vaba, sõrmed lõdvalt. Kui seade asub südamest all- või ülevapool, ei pruugi mõõtmistulemused olla täpsed. Teostage mõõtmist, istudes rahulikus ja lõdvestunud olekus ning ärge rääkige. Ärge liigutage kätt, millele mansett on pandud.



Vererõhu mõõtmine. Vajutage seadme ON /OFF nuppu. Ekraanile ilmuvad korraks kõik selle elemendid. Kui mansetis on õhku, siis ekraanile ilmub vastav indikaator ▼ ja õhk pumbatakse välja. Ekraanile ilmub 0 mmHg (või kPa) ja mõõtmise aeg. Seade pumpab manseti õhku täis. Sel ajal mõõdab seade pulsisageduse. Seda kuvatakse vilkuva sümbolina ♥ ekraanil. Seejärel rõhk mansetis langeb ja süstoolse ning diastoolse vererõhu näitajad, pulsisagedus ning vererõhk määratakse kindlaks. Vererõhu kategooriad leiab järgnevas tabelis.

Mõõdetud vererõhk mmHg	Vererõhu kategooria					
	Optimaalne	Normaalne	Normaalne kõrgenenud	G1 kerge hüpertoonia	G2 keskmine hüpertoonia	G3 raske hüpertoonia
SYS (süstoolne)	≤120	120-129	130-139	140-159	160-179	>180
DIA (diastoolne)	≤80	80-84	85-89	90-99	100-109	>110

Kui ekraanile ilmub sümbol ♥ , on seade tuvastanud südamerütmihäire. Lülitage seade välja, vajutades ON /OFF nuppu. Seade lülitub ka automaatselt välja 1 minuti möödudes. Eemaldage mansett käelt pärast mõõtmist.

Mällusalvestatud andmete vaatamine. Viimatimõõdetud tulemuse nägemiseks vajutage nuppu MEM ▲ . Üksikute mõõtmistulemuste läbivaatamiseks kasutage nuppe MEM ▲ ja SET ▼ . Iga mõõtmistulemusega koos kuvatakse ekraani all vasakus nurgas ka kuupäev ja kellaaeg. Viimatine

mõõtmine kannab alati järjenumbrit 1. Maksimaalselt võib mälus olla kuni 60 mõõtmist. Iga uus mõõtmine kustutab ära kõige vanema mõõtmistulemuse.

Mälu kustutamine

Vajutage nuppu MEM ▲. Ekraanil kuvatakse viimati mõõdetud tulemust. Vajutage nuppu MEM ▲ ja hoidke 3 sekundi vältel vajutatuna. Ekraanile ilmub teade "DEL ALL". SET ▼ nupu vajutusega kinnitate kõigi mõõtmistulemuste kustutamise seadme mälust. Ekraanil kuvatakse teateid „DEL“ ja „DONE“ (kustuta, valmis). Seade lülitub automaatselt välja. Kui soovite kustutamist katkestada, vajutage nuppu ON/OFF. Kui järgmine kord seadme sisse lülitate, ei ole ühtki tulemust mälus.

VEAOTSING

Mõnede probleemide puhul leiate lahenduse alljärgnevast tabelist.

Probleem / veateade	Võimalik põhjus	Lahendus
Ekraan ei lülitu pärast START /STOP nupu vajutamist sisse	Patareid on tühjad	Pange seadmesse uued patareid
	Patareid valepidi sees	Asetage patareid õigesti
Ekraanil on sümbol 	Patareid saavad kohe tühjaks	Pange uued patareid seadmesse
E1	Mansetti pole käele pandud või on see liiga lõdvalt	Lülitage seade välja. Pinguldage mansetti. Korrake mõõtmist.
E2	Mansett on liiga pingul	Lülitage seade välja. Paigutage mansett käele normaalse tugevusega ja korrake mõõtmist.
E3	Rõhku mansetis ületati	Oodake 4-5 minutit ja korrake mõõtmist.
E10 või E11	Mõõtmise ajal tuvastati liikumine	Oodake 4-5 minutit ja korrake mõõtmist.
E20 või E21	Viga mõõtmisel	Oodake 4-5 minutit ja korrake mõõtmist.

Kui viga ei õnnestunud kõrvaldada, pöörduge seadme müüjajärgse hooldusettevõtte poole. Kui ekraanile ilmub mingi muu veateade formaadis E+ numbriline kood või Ee+ numbriline kood, millist pole tabelis toodud, lülitage seade välja, võtke patareid välja või eemaldage adapter voluvõrgust. Oodake veidi ja pange patareid seadmesse tagasi. Mõne minuti pärast kontrollige, kas seade töötab. Kui probleem püsib, pöörduge volitatud hooldusettevõtte poole.

HOOLDUS JA PUHASTAMINE

Hoidke seadet puhtana. Pühkige tolm seadmelt väga vähe niisutatud lapiga. Ärge peske seadet ega selle mansetti ega kastke vette või muudesse vedelikesse. Ärge kasutage puhastamisel kemikaale (bensiinid, lahustid jms.) ega abrasiivaineid. Seade võib selle tulemusel kahjustuda.

SÄILITAMINE

Kui seadet pikka aega ei kasutata, eemaldage patareid. Kaitske seadet kukkumiste ja löökide eest. Säilitage seadet kuivas ja puhtas, laste käeulatuses kaitstud kohas. Ärge jätke seadet äärmuslikesse temperatuuridesse ega otsese päikesevalguse kätte.

KALIBREERIMINE

Tootja soovitus: Täpsete mõõtmistulemuste tagamiseks soovitate seadme kalibreerimist kahe aasta pikkuse kasutusaja möödudes. Kõik kalibreerimise kulud kannab seadme omanik.

ELEKTROMAGNETILINE INTERFERENTS

Mõõtmisel elektromagnetilise interferentsi tõttu tekkivate vigade vältimiseks ärge kasutage seadet mobiiltelefonide ega mikroahjude vahetus läheduses.

TEHNILISED ANDMED

Mõõtmismeetod	Ostsillomeetriline
Ekraan	31,5 x 44 mm LCD
Mälu	60 mõõtmistulemust
Mõõtevahemik	Rõhk: 0–300 mmHg (0–40 kPa) Pulss: 40–199 lööki/minutis
Mõõtmistäpsus	Rõhk: +/- 3 mmHg (0.4 kPa) temp-l. 5–40 °C +/- 5 mmHg (0.7 kPa) temp-l. 0–4 °C ja 40-45 °C Pulss: +/- 5 %
Mansett reguleeritav	13,5-19,5 cm
Toide	2 x LR03/AAA patareidega
Mõõtmed	68 x 35 x 71mm
Kaal	120 g

Tootja jätab endale õiguse teha muudatusi juhendis ja tootespetsifikatsioonides.

PAKENDI KÄITLEMINE

Pakend käideldakse vastavalt kohalikele nõuetele.

KASUTATUD ELEKTRI – JA ELEKTROONIKASEADMETE KÄITLEMISEST.



Sümbol tähendab, et toodet ega selle pakendit ei tohi ära visata olmejäätmetena. Viige see elektri- ja elektroonikaseadmete kogumispunkti. Mõnedes Euroopa Liidu maades on elektroonikaseadmete müüjad kohustatud uue seadme müümisel vastu võtma vana seadme. Seadme õige käitlemisega aitate kaasa keskkonna ja inimtervise hoiule ning vältite keskkonnasaaste tekkimist. Täpsema info saamiseks pöörduge kohaliku omavalitsuse poole.