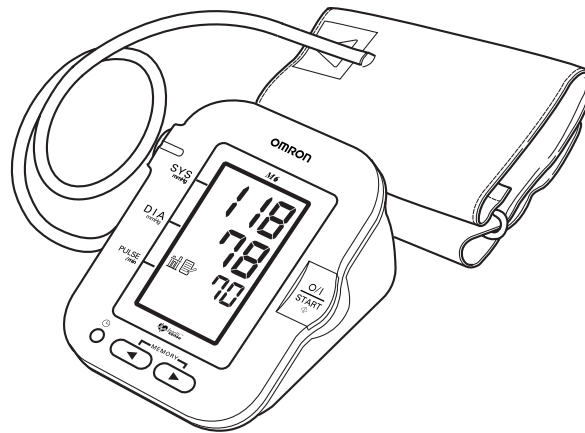


OMRON



**Digital automatisk blodtrycksmätare
Modell M6**

• Bruksanvisning

SV



A Good Sense of Health

Innehåll

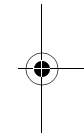
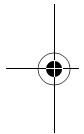
Inledning	3
Viktig säkerhetsinformation	4
1. Översikt	5
2. Så här erhåller du meningsfulla värden	7
3. Förberedelse	8
3.1 Montera/byta batterier	8
3.2 Ställa in datum och tid	9
4. Använda blodtrycksmätaren	11
4.1 Sätta på armmanschetten	11
4.2 Utföra en mätning	14
4.3 Använda minnesfunktionen	18
5. Hantera fel och problem	19
6. Tillbehör	20
7. Förvaring och underhåll	21
8. Tekniska data	22
9. Bra att veta om blodtryck	23



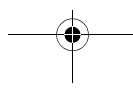
Inledning

OMRON M6 är en kompakt, helautomatisk blodtrycksmätare som fungerar enligt den oscillometriska principen. Den mäter ditt blodtryck och din puls enkelt och snabbt. Tack vare den avancerade "IntelliSense"-tekniken styr mätaren uppblåsningen av manschetten utan att någon förinställning av trycket eller upprepad uppblåsning behövs.

Mätaren sparar också upp till 90 mätningar i minnet och beräknar ett medelvärde baserat på de senaste tre mätningarna. Varje mätning sparas tillsammans med datum och tid för mätningen.



SV



3

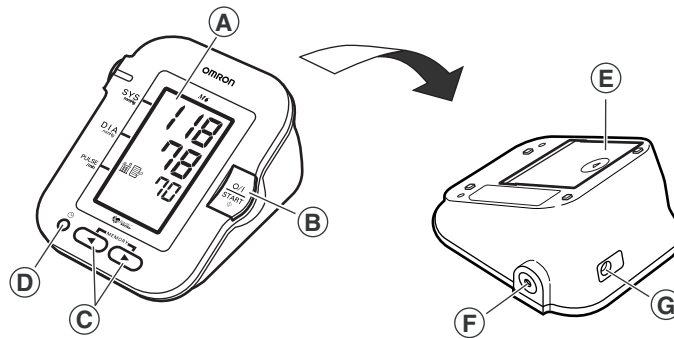


Viktig säkerhetsinformation

- Det är inte lämpligt att utföra blodtrycksmätningar om du lider av arterioskleros (förhårdnad av artärerna).
- Pulsvisningen är inte lämplig att använda för övervakning av frekvensen hos pacemakrar.
- Gravida kvinnor bör endast mäta blodtrycket i samråd med sin läkare, eftersom värdena kan ändras under graviditeten.
- Använd inte mätaren på spädbarn, småbarn eller personer som inte kan ge sitt samtycke.
- Använd inte mätaren för något annat syfte än att mäta blodtrycket.
- Använd inte mobiltelefon nära mätaren. Det kan göra att mätaren inte fungerar som den ska.
- Batterivätska kan läcka och skada mätaren. Tänk på det här:
 - Ta ur batterierna om du inte ska använda mätaren under en längre tid (omkring tre månader eller mer).
 - Byt ut gamla batterier och sätt i nya omedelbart.
 - Använd inte gamla och nya batterier samtidigt.
 - Se till att batterierna monteras med polerna vända åt rätt håll.
- Kom ihåg: Att mäta blodtrycket själv är inte någon medicinsk behandling.
- Du ska aldrig ändra den dosering av mediciner som din läkare ordinerat, men du kan hjälpa läkaren att optimera behandlingen genom att dokumentera de uppmätta värdena. Informera din läkare omedelbart om du erhåller ovanliga värden.
- Dra aldrig ur strömsladden med våta händer.
- Använd endast originalväxelströmsadaptern som är avsedd för denna mätare. Om andra adapterar används, kan mätaren skadas.

1. Översikt

Mätare

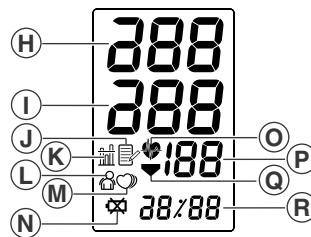


- | | |
|---|---|
| A. Display | E. Batterifack |
| B. O/I START-knapp | F. Luftjack |
| C. Minnesknappar (◀ ▶) | G. Jack för växelströmsadapter
(för valfri växelströmsadapter) |
| D. Knapp för inställning av datum/
tid (⊖) | |

SV

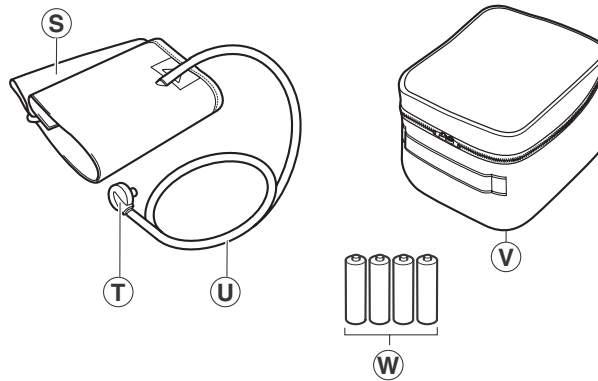
1.Översikt

Display



- | | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| H. Systoliskt blodtryck | N. Symbol för svagt batteri |
| I. Diastoliskt blodtryck | O. Symbol för hjärtslag |
| J. Minnessymbol | P. Visning av puls |
| K. Symbol för medelvärde | Q. Symbol för tömning av manschetten |
| L. Symbol för fel pga. rörelse | R. Visning av datum/tid |
| M. Symbol för oregelbundna hjärtslag | |

Förpackningens innehåll



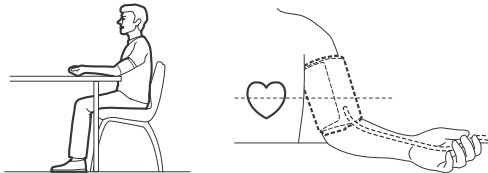
- | | |
|---|--------------------------------------|
| S. Armmanschett (storlek medium: armomkrets 22–32 cm) | V. Förvaringsfodral |
| T. Luftkontakt | W. Fyra alkaliska AA-batterier (LR6) |
| U. Luftslang | |

2. Så här erhåller du meningsfulla värden

Undvik att äta, dricka, röka eller motionera i minst 30 minuter innan du utför en mätning, så får du mest tillförlitliga värden.

Obs! Ta av tätt åtsittande kläder från överarmen.

1. Sitt på en stol med fötterna i golvet och lägg armen på ett bord så att armmanschetten hamnar i samma höjd som hjärtat.

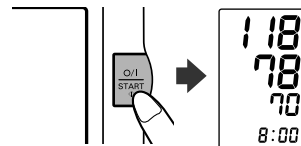


2. Fäst armmanschetten runt överarmen. Den färgade markeringen ska placeras mitt på insidan av armen och peka nedåt längs armens insida så att luftslangen går längs överarmens insida och i linje med långfingret.

3. Fäst manschetten runt armen med kardborrbandet.

4. Tryck på O/I START-knappen.

När mätningen är klar visar mätaren ditt blodtryck och din puls och tömmer manschetten automatiskt.



SV

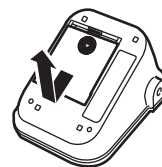
Anm.:

- Vänta alltid minst 2–3 minuter innan du utför en ny blodtrycksmätning.
- Tänk på att alla mätningar sparas i minnet. Om olika personer använder samma mätare, ska du speciellt tänka på detta.

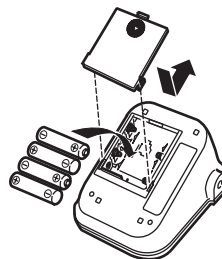
3. Förberedelse

3.1 Montera/byta batterier


1. Ta bort locket till batterifacket.



2. Sätt i fyra AA-batterier enligt märkningen i batterifacket och sätt sedan tillbaka batterifackets lock.



Anm.:

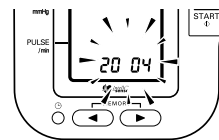
- Om symbolen för svagt batteri () visas på displayen ska du byta alla fyra batterierna samtidigt. Long-life alkaliska batterier rekommenderas.
- Ta ur batterierna om mätaren inte ska användas på tre månader eller längre tid.
- Om batterierna tas ur under en längre tid måste du göra om inställningen av datum/tid. Mer information finns i avsnittet "Ställa in datum och tid".
- Kassera batterierna enligt gällande föreskrifter.


3.2 Ställa in datum och tid


Blodtrycksmätaren sparar automatiskt upp till 90 mätvärden i minnet och beräknar ett medelvärde baserat på värdena från de senaste tre mätningarna.

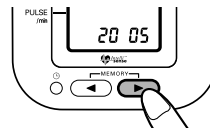
- Ställ in rätt datum och tid i mätaren innan du utför en mätning första gången.
- Om batterierna har varit urtagna under en längre tid måste du göra om inställningen av datum och tid.


1. När du har satt i batterier blinkar siffrorna för år på displayen när du slår på mätaren.





Obs! Om du av någon anledning behöver ställa om datum och tid, håller du ned knappen  när strömmen är avstängd.

2. Öka siffrorna ett steg i taget genom att trycka på knappen .




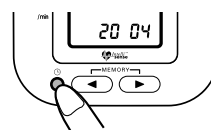
Om du vill ändra till en lägre siffra trycker du på knappen  så minskar siffrorna ett steg i taget.

Om du håller ned knappen  eller  ökar (eller minskar) siffrorna snabbt.



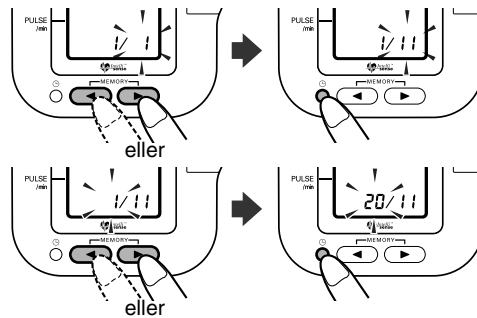
SV

3. Bekräfta inställningen med knappen  när önskade siffror visas på displayen.

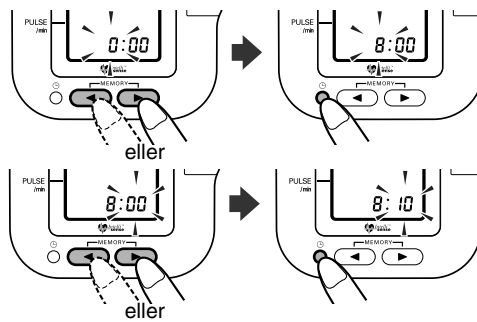


3.Förberedelse

4. Upprepa punkt 2 och 3 och ställ in månad och datum (dag).



5. Upprepa punkt 2 och 3 och ställ in timmar och minuter för tiden.



6. Tryck på O/I START-knappen när du är klar med inställningen av datum och tid.

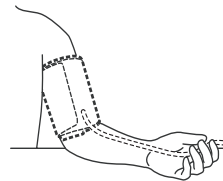


4. Använda mätaren

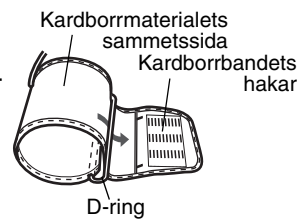
4.1 Sätta på armmanschetten

Du kan fästa manschetten antingen om höger eller vänster arm.

- Ta av tätt åtsittande kläder från överarmen.
- Fäst inte manschetten över tjocka kläder och rulla inte upp armen om den sitter för hårt.

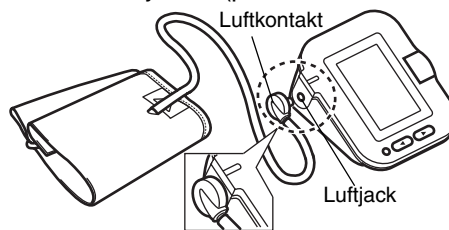


1. Om du har satt ihop manschetten rätt, befinner sig hakarna på kardborrbandet på utsidan av manschetten och D-ringen av metall vidrör inte huden.



Obs! Om manschetten inte är ihop-satt, träder du den ände av manschetten som är längst från slangen genom D-ringen av metall så att en ring bildas. Det släta tyget ska vara på insidan av manschetten.

2. Sätt i luftkontakten i luftjacket (på mätarens vänstra sida).

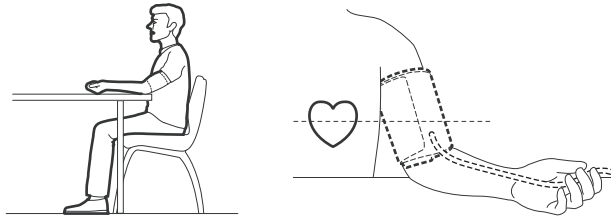


Manschetten ska vara helt tömd på luft när kontakten placeras i luftjacket.

SV

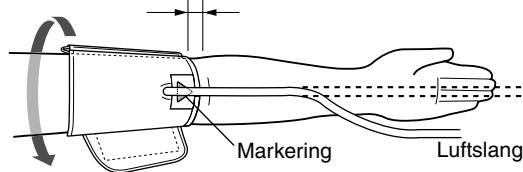
4. Använda mätaren

3. Sitt på en stol med fötterna i golvet och lägg armen på ett bord så att armmanschetten hamnar i samma höjd som hjärtat.



4. Träd armen genom manschettringen.

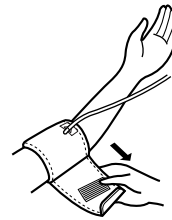
Underkant 1 till 2 cm



Manschettens underkant ska befinna sig ca 1 till 2 cm ovanför armbågen.

Placera manschetten på överarmen så att den färgade markeringen hamnar mitt på armens insida och pekar nedåt längs armens insida. Luftslangen ska gå längs insidan av underarmen och i linje med långfingret.

5. Dra i manschetten så att den övre och undre kanten dras åt jämnt runt armen.

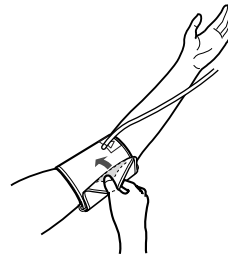


6. Förslut kardborrbandet ORDENTLIGT när manschetten sitter rätt.

Dra ej åt manschetten för hårt, var god se anm. nedan.

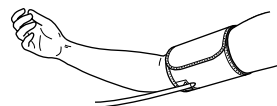
Anm.:

- Kontrollera att manschetten sitter tätt runt armen.
- Manschetten ska ha ordentlig kontakt med huden. Du ska lätt kunna få in pekfingeret mellan manschetten och armen så att du kan dra manschetten av och på.
- Kontrollera att luftslangen inte är böjd.



Så här utför du en mätning på höger arm

Följ nedanstående beskrivning när du placerar manschetten på höger arm. Sätt på manschetten så att luftslangen befinner sig vid sidan av armbågen.



Anm.:

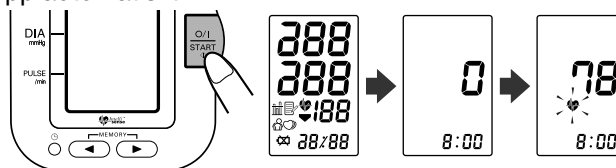
- Var noga med att du inte vilar armen mot luftslangen eller på annat sätt hindrar luftflödet till manschetten.
- Sätt på armmanschetten så att ingen del av manschetten placeras över armbågsleden. Manschetten ska sitta 1 till 2 cm ovanför armbågen.

SV

4. Använda mätaren

4.2 Utföra en mätning

1. Tryck på O/I START-knappen och sitt stilla. Manschetten börjar blåsas upp automatiskt.



När manschetten börjar blåsas upp bestämmer mätaren automatiskt den bästa uppblåsningsnivån för dig. Sitt stilla och prata inte förrän mätningen är klar.

Obs! Blås inte upp manschetten om den inte är fäst runt armen.

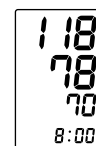
2. Uppblåsningen stannar automatiskt och mätningen börjar.

Efter hand som manschetten långsamt töms, visas minskande siffror på displayen och symbolen för hjärtslag ♥ blinkar vid varje hjärtslag.



I sällsynta fall kan mätaren blåsa upp manschetten igen och fortsätta mätningen.

3. När mätningen är klar töms manschetten helt på luft och ditt blodtryck och din puls visas på displayen.






Obs! Mätaren sparar värdena för blodtryck och puls automatiskt tillsammans med datum och tid för mätningen i minnet.

4. Använda mätaren

4. Stäng av mätaren genom att trycka på O/I START-knappen.

Obs! Om du glömmer att stänga av mätaren, stängs den av automatiskt efter fem minuter.

**Viktigt!**

- Vänta minst 2–3 minuter innan du utför en ny blodtrycksmätning. När du väntar lite mellan mätningarna kan artärerna återgå till tillståndet före blodtrycksmätningen.
- Om du rör dig under mätningen kan symbolen för rörelse () visas. Upprepa mätningen och sitt stilla tills mätningen är klar.
- Blodtrycksmätaren har en funktion för oregelbundna hjärtslag. Oregelbundna hjärtslag kan påverka mätresultaten. Algoritmen för oregelbundna hjärtslag konstaterar automatiskt om mätningen kan användas eller om den behöver upprepas. Om symbolen för oregelbundna hjärtslag () visas när du har utfört en mätning ska du upprepa mätningen. Om symbolen för oregelbundna hjärtslag () visas ofta, bör du tala om det för din läkare.

Anvisningar för särskilda tillstånd

Om du vet att du har ett systoliskt tryck på mer än 220 mmHg ska du efter att manschetten har börjat blåsas upp hålla inne O/I START-knappen tills mätaren har blåst upp manschetten till ett värde som är 30 till 40 mmHg högre än ditt förväntade systoliska tryck.



SV



Viktigt!

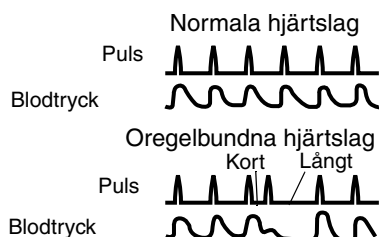
- Mätaren blåser inte upp över 300 mmHg.
- Använd inte mer tryck än nödvändigt.

4. Använda mätaren

Vad är oregelbundna hjärtslag?

Oregelbundna hjärtslag är en hjärtrytm som varierar med mer än 25 % från den medelhjärtrytm som enheten känner av när den mäter det systoliska och diastoliska blodtrycket.


Om en sådan oregelbunden rytm känns av mer än två gånger under mätningen visas symbolen för oregelbundna hjärtslag () på displayen när mätresultaten visas. Om för många oregelbundna hjärtslag känns av under mätningen visas symbolen för oregelbundna hjärtslag () men inget mätresultat.


**Vad är arytm?**

Ett hjärtslag stimuleras av elektriska signaler som gör att hjärtat dras samman.

Arytmi är ett tillstånd då hjärtslagsrytmen är onormal på grund av fel i det bioelektriska system som driver hjärtats slag.

Typiska symtom är överhoppade hjärtslag, för tidig sammandragning, onormalt snabb (takykardi) eller långsam (bradykardi) puls. Detta kan orsakas av hjärtsjukdom, ålder, fysiska anlag, stress, brist på sömn, trötthet etc. Arytmi kan endast diagnostiseras av en läkare genom en särskild undersökning.

Om symbolen för oregelbundna hjärtslag () som visas tillsammans med resultaten tyder på arytm eller inte kan endast avgöras genom undersökning och diagnos som utförs av din läkare.

Om symbolen för oregelbundna hjärtslag () visas ofta, bör du tala om det för din läkare. Det är farligt att själv ställa diagnos och behandla sig mot bakgrund av mätresultaten. Följ alltid de anvisningar som du har fått av din läkare.

4.3 Använda minnesfunktionen

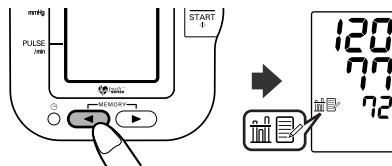
Den här mätaren har ett minne som kan lagra värden från 90 mätomgångar. Varje gång en mätning är klar sparar mätaren automatiskt blodtryck och pulsfrekvens. Mätaren beräknar också ett medelvärde baserat på värdena från de senaste tre mätningarna.

Obs! För att vara säker på att mätresultaten registreras riktigt, måste du kontrollera att datum och tid är rätt inställda innan du utför en mätning. När 90 värden finns sparade i minnet raderas det äldsta värdet så att ett nytt värde kan sparas. Datum och tid för sparade värden visas omväxlande på displayen.

Så här visar du medelvärdet

Tryck på minnesknappen .


Medelvärdena, som baseras på de senaste tre mätningarna, visas.

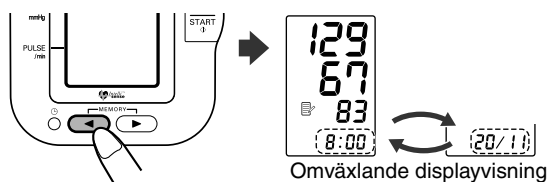






SV

4. Använda mätaren

Så här visar du tidigare värden som sparats i minnet

1. Tryck på knappen  när medelvärdet visas om du vill visa värden som finns sparade i minnet från de senaste till de äldsta.




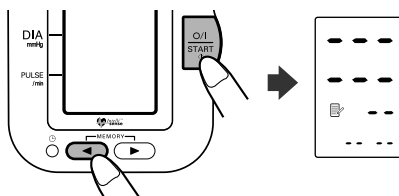
2. Tryck upprepade gånger på knappen  eller  om du vill bläddra genom tidigare mätvärden.
(knappen : från det senaste till det äldsta,
knappen : från det äldsta till det senaste)

Håll knappen nedtryckt så bläddrar du snabbt genom föregående värden.





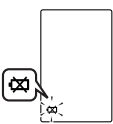
Så här raderar du alla sparade värden i minnet**OBS!**

Du kan inte radera en del av de sparade värdena, utan att alla värden i mätaren raderas.

Om du vill radera de sparade mätningarna trycker du på minnesknappen  och O/I START-knappen samtidigt. Då raderas alla värden.



5. Hantera fel och problem

Felvisning	Orsak	Åtgärd
	Manschetten är för lite uppblåst.	Läs noga avsnittet "Utföra en mätning" på sid. 14 och upprepa stegen som beskrivs.
	Rörelse under mätningen.	
	Manschetten för mycket uppblåst.	
	Denna symbol anger att oregelbunden eller svag puls har kännts av, men resultatet kan anses tillförlitligt.	Ta bort armmanschetten. Vänta 2–3 minuter och utför sedan en mätning igen. Upprepa stegen i avsnittet "Utföra en mätning" på sid. 14. Kontakta din läkare om felet återkommer.
	Batterierna är förbrukade.	Byt ut alla fyra AA-batterierna mot nya.

SV

Problem	Orsak	Åtgärd
Det visas ingenting på displayen när du trycker på O/I START-knappen.	Batterierna är slut.	Byt batterier.
Det går inte att mäta eller värdena är för höga.	Är manschetten fäst tätt runt armen?	Fäst armmanschetten på rätt sätt.
	Manschetrycket ökar inte trots att pumpmotorn hörs.	Kontrollera att luftkontakten är ordentligt ansluten till mätaren. Tryck in luftkontakten ordentligt i luftjacket.
Blodtrycket är olika varje gång. Värdet är extremt lågt (eller högt).	Blodtrycksvärdena varierar alltid beroende på tidpunkten för mätningen och hur nervös du är. Slappna av genom att ta några djupa andetag före mätningen.	

6. Tillbehör

Växelströmsadapter (Q-adapter eller F-adapter)



Liten manschett
Armokrets 17–22 cm



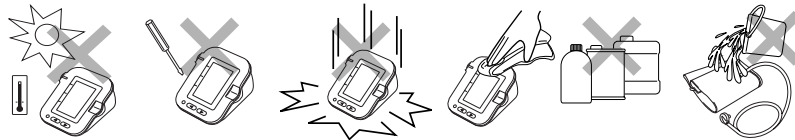
Stor manschett
Armokrets 32–42 cm



7. Förvaring och underhåll

Skydda din mätare från skador genom att tänka på följande:

- Utsätt inte mätaren och manschetten för extrema temperaturer, fuktighet, väta eller direkt solljus.
- Vik inte ihop manschetten eller slangen hårt.
- Montera inte isär mätaren.
- Utför inte reparationer av något slag själv. Om ett fel inträffar, kontakta den OMRON-distributör eller kundservice som anges på förpackningen eller be apotekspersonalen om hjälp.
- OMRON M6 är ett precisionsinstrument. Det är viktigt att noggrannheten behålls inom specifikationerna. Vi rekommenderar att mätaren inspekteras vartannat år så att noggrannheten och funktionen säkerställs. Kontakta den OMRON-distributör eller kundservice som anges på förpackningen om du vill veta mer.
- Utsätt inte mätaren för kraftiga stötar eller vibrationer (tappa den till exempel inte i golvet).
- Använd inte flyktiga vätskor för rengöring av mätaren. **MÄTAREN SKA RENGÖRAS MED EN MJUK, TORR DUK.**
- Tvätta inte armmanschetten eller doppa ned den i vatten.



SV

Lagring

Förvara mätaren i förvaringsfodralet när den inte används.

Obs! Om du använder tillbehör som växelströmsadapter ska du kontrollera att adaptorn ligger under manschetten och mätaren så att den inte skadar displayen.

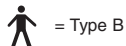


8. Tekniska data

Modell	OMRON M6 (HEM-7001-E)
Display	Digital LCD-display
Mätmetod	Oscillometrisk metod
Mätområde	Tryck: 0 mmHg till 299 mmHg Puls: 40 till 180/min.
Noggrannhet	Tryck: ± 3 mmHg Puls: ± 5 % av visat värde
Uppblåsning	Fuzzy-logik som styrs av elektrisk pump
Tömning	Automatisk övertrycksventil
Minne	90 mätningar med datum och tid
Strömkälla	4 st. 1,5 V AA-batterier eller AC/DC-adapter (valfritt, 6V = 4W)
Batterilivslängd	Kapaciteten för nya alkaliska batterier är ca 1 500 mätningar
Temperatur/luftfuktighet i drift	+10 °C till +40 °C Max.: 30 till 90 % RF
Luftfuktighet vid förvaring	-20 °C till +60 °C Max.: 10 till 95 % RF
Konsolens vikt	Ca 355 g utan batterier
Manschettens vikt	Ca 135 g
Yttermått	Ca 131 mm (l) \times 155 mm (b) \times 84 mm (h)
Manschettens mått	Ca 140 mm \times 480 mm (Medium manschett: armomkrets 22 till 32 cm)
Förpackningens innehåll	Medium manschett, bruksanvisning, förvaringsfodral, batterier, garantikort, blodtryckspass
Tillverkare	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0085 Japan
EU-representant	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V., Kruisweg 577, NL-2132 NA Hoofddorp

Obs! Vi förbehåller oss rätten till tekniska ändringar utan föregående meddelande.

- Produkten och förbrukade batterier ska kasseras i enlighet med gällande bestämmelser för kassering av elektroniska produkter.



= Type B

CE 0197



Denna enhet uppfyller kraven enligt EG-direktiv 93/42/EEG (medicintekniska direktivet). Denna blodtrycksmätare är utformad i enlighet med europeisk standard EN 1060, Blodtrycksmätare för indirekt blodtrycksmätning Del 1: Allmänna krav och Del 3: Särskilda krav för elektromekaniska mätsystem.

9. Bra att veta om blodtryck

Vad är blodtryck?

Blodtrycket är ett mått på den kraft med vilken blodet strömmar mot artärernas väggar. Det arteriella blodtrycket ändras hela tiden under hjärtats pumparbete.

Det högsta blodtrycket i förloppet kallas det *systoliska blodtrycket*, det lägsta är det *diastoliska blodtrycket*.

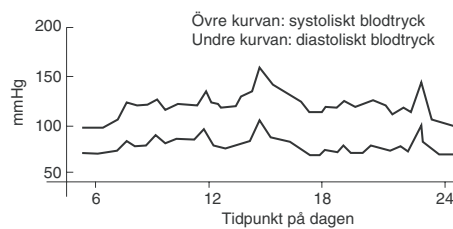
Både det *systoliska* och det *diastoliska* tryckvärdet behövs för att läkaren ska kunna utvärdera patientens blodtryck.

Varför är det bra att mäta blodtrycket hemma?

När läkaren mäter ditt blodtryck kan det göra dig orolig, vilket i sig kan orsaka ett högre blodtryck. Eftersom många olika tillstånd påverkar blodtrycket, är kanske inte en enda mätning tillräcklig för en riktig diagnos.

Många faktorer som till exempel fysisk aktivitet, oro eller tidpunkten på dagen kan påverka ditt blodtryck. Det är därför bäst att försöka mäta blodtrycket vid samma tidpunkt varje dag för att få en riktig indikering på eventuella förändringar i blodtrycket. Blodtrycket är vanligtvis lågt på morgonen och ökar från eftermiddagen till kvällen. Det är lägre på sommaren och högre på vintern. Blodtrycket mäts i millimeter kvicksilver (mmHg) och mätningarna anges med det systoliska trycket före det diastoliska. Ett blodtryck som t.ex. skrivs 140/90, utläses som 140 över 90 mmHg.

SV

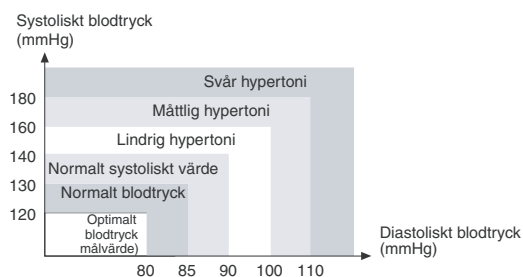


Exempel: variation inom ett dygn (man, 35 år gammal)

9. Bra att veta om blodtryck

Världshälsorganisationens klassificering av blodtryck

Världshälsorganisationen (WHO) och Internationella Hypertonisällskapet (ISH) har tagit fram den klassificering av blodtryck som visas i figuren.



Denna klassificering baseras på blodtrycksvärden som uppmätts på personer i sittande ställning på polikliniker vid sjukhus.

*Det finns ingen allmänt accepterad definition på hypotoni. Personer som har ett systoliskt tryck under 100 mmHg anses dock ha lågt blodtryck.

Importör

SundMed AB
Box 1230, Cylindervägen 12
131 28 Nacka Strand
Tel: 08-556 181 30
Fax: 08-556 181 31
E-post: Info@sundmed.com