



SENCOR®

SBP 690

VERERÕHUMÕÕTJA KASUTUSJUHEND

Mis on vererõhk?

Vererõhku defineeritakse kui rõhku, mida voolav veri avaldab arteriseintele. See 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 külastades 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

Südamerütmihäire

Südamerütmi häireteks nimetatakse südamerütmi ebakorrapärasusi. Need südame tulenevad elektriimpulsside ebakorrapärasest tekkest. Paljud rütmihäired on ajutised. Selliseid peetakse kahjututeks ja need on näiteks sellised, kui süda jätab löögi vahele või teeb lisalöögi. Põhjuseks on tavaliselt tugevad tunded või kehaline tegevus. Kuid on ka eluohtlikku arütmiaid, mis vajab ravi. Südamerütmihäirete sümptomid on tugev või kiirenenud südametöö, väsimustunne, pearinglus, teadvuse kadu, hingamisraskused ja rinnavalgu. 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:

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.

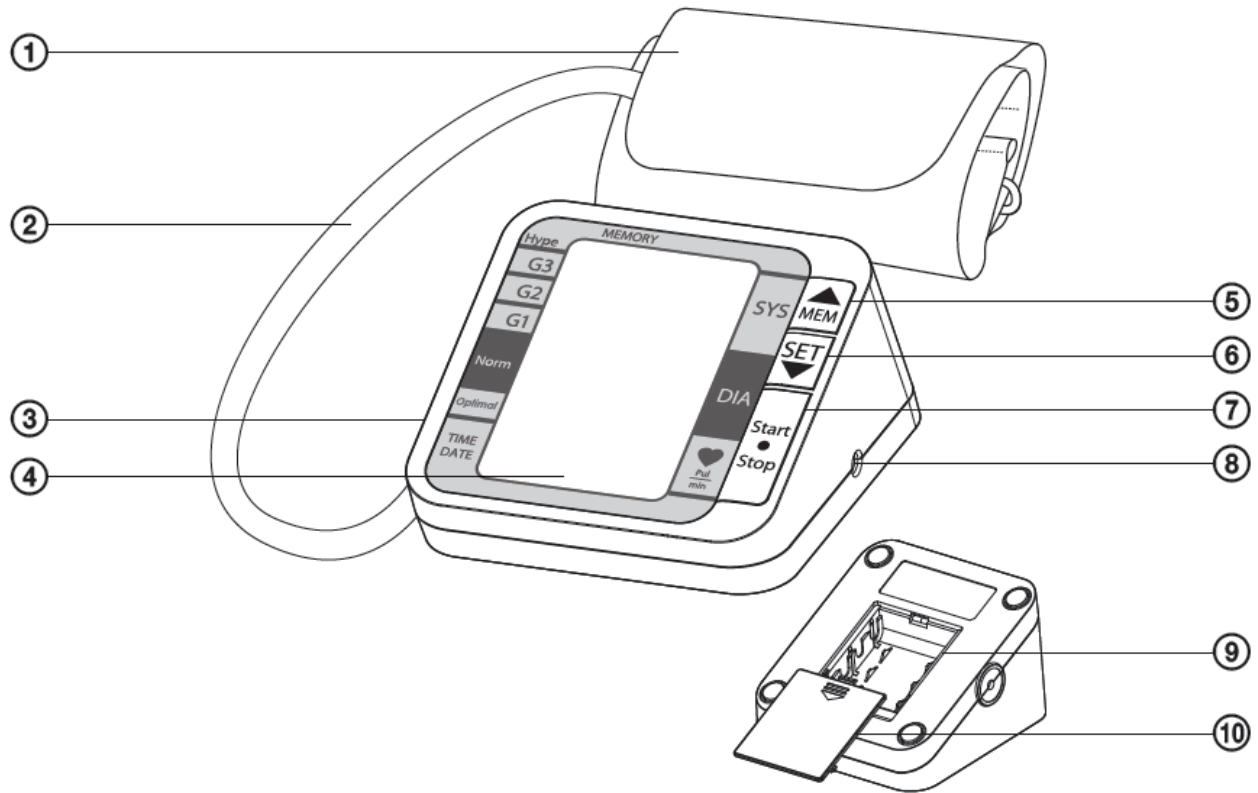
- Seade on ette nähtud kasutamiseks mitteinvasiivse vererõhumõõtmise seadeldisena.

- Mansett on reguleeritava suurusega 22-42 cm, mis sobib suuruselt täisealistele.
- Ärge väänake mansetti ega õhuvoolikut liigselt. Ärge vigastage mansetti ega voolikut millegi teravaga.
- Ärge võtke seadet koost lahti ega teostage sellele mingeid modifikatsioone.
- Kasutage ainult tootja poolt originaalina tarnitud lisaosi.
- 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.
- 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 õlavarrel. 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 automaatselt ei välju, võtke mansett käsivarrelt ja vajutage nupule START /STOP, et rõhu lisandumine 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 päevarütmiga.
- Vererõhku mõõdetakse selle seadme puhul ostsillomeetrilise meetodiga, mis on võrdväärne kogunud spetsialisti poolt auskultatiivsel (kuulamis-)meetodil teostatud mõõtmisega.
- Seade ei ole ette nähtud vererõhu pidevaks jälgimiseks.
- Seade on mõeldud kodus kasutamiseks ega suuda asendada professionaalset meditsiinilist hooldust. Hoidke seadet ja selle patareisid laste kätte sattumast.
- Soovitame originaalpakendi, ostudokumendi ja garantiitalongi garantiiajaks alles hoida.

PÕHIFUNKTSIOONID JA OMADUSED

- Pulsi ja süstoolse ning diastoolse vererõhu mõõtmine
- Südame rütmihäirete tuvastus
- Õlavarremansett, reguleeritav käsivarre ümbermõõdule 22 kuni 42 cm
- Mansett täitub õhuga ja tühjeneb õhust automaatselt
- Suur LCD ekraan
- 60 mälu kohta mõõtmistulemustele koos kuupäeva ja kellaajaga
- Toide patareidelt või vooluadaptriga (ei kuulu komplekti).

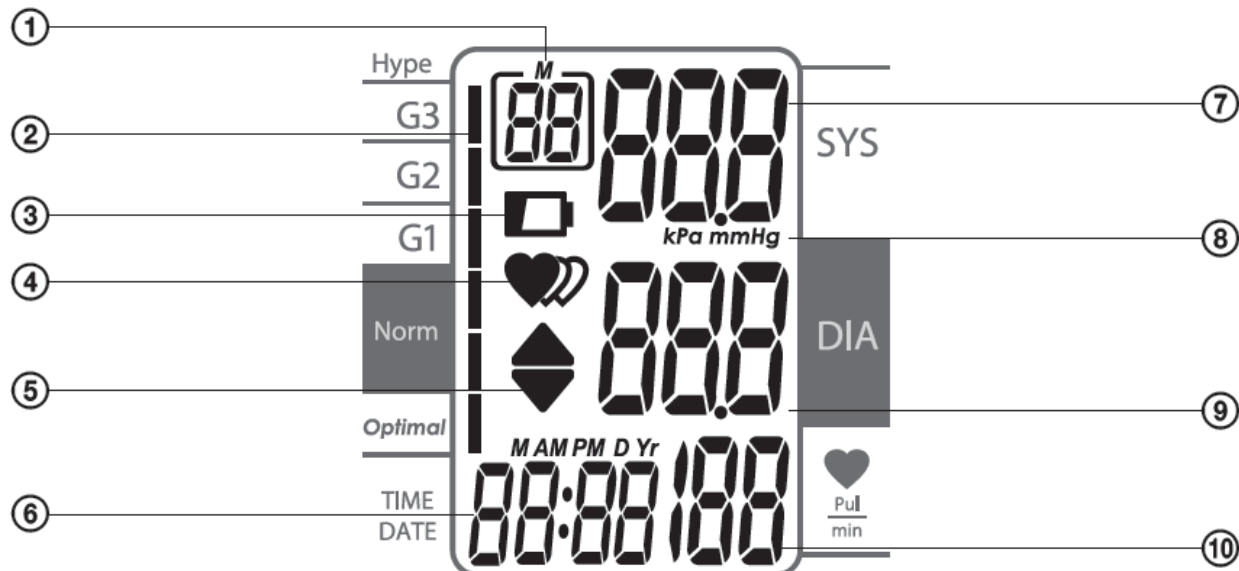
SEADME KIRJELDUS



- 1 Mansett
- 2 Õhuvoolik
- 3 Õhuvooliku ühenduskoht
- 4 LCD ekraan
- 5 MEM (mälu) nupp

- 6 SET nupp
- 7 START/STOP nupp
- 8 Vooluadaptri pistik
- 9 Patareiõõnsus
- 0 Patareiõõnsuse kate

EKRAAN




- 1 Mälukoha järjenumber
- 2 Mõõdetud vererõhu kateegoria
- 3 Tühjenenud patarei indikaator
- 4 Südame rütmihäire tuvastus
- 5 Manseti tühjendamise indikaator

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

KASUTAMINE

Toiteallikas - patareid.

Kasutage seadmes nelja LR6 /AA tüüpi patareid. Eemaldage patareiõõnsuse kaas ja sisestage patareid, järgides õiget polaarsust. Sulgege kate. Kui ekraanil kuvatakse sümbolit , ekraan tuhmub või ei lülitu sisse, tuleb patareid vahetada.

Toiteallikas – voluadapter.

Võimalik on juurde soetada voluadapter Sencor SBX 001 (6 V , 1 A). Võtke adaptri hankimiseks ühendust seadme müünud ettevõttega. Ühendage seade adaptri vahendusel voluvõrku. Ühendage adaptri pistik seinakontakti. Kasutada tohib vaid spetsiaalselt selle seadme jaoks ette nähtud adaptrit. Salvestatud mõõtmistulemused säilivad seadme mälus ka pärast patareide vahetamist.

Kuupäeva, kellaaja ja mõõtühikute seadistamine

Enne mõõtmiste teostamist tuleb seadistada kuupäev, kellaeg ja mõõtühikud. Kontrollige, et seade on välja lülitatud (LCD on kustunud), vajadusel lülitage seade START /STOP nupust välja. Vajutage nuppu SET ja hoidke 3 sekundi vältel vajutatuna. Ekraanil hakkab vilkuma aastanumber. 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. MEM nupu abil seadistage tunnid. Kinnitage oma valik SET nupu vajutusega.

Seejärel seadistatakse minutid. MEM nupu abil seadistage minutid. Kinnitage oma valik SET nupu vajutusega.

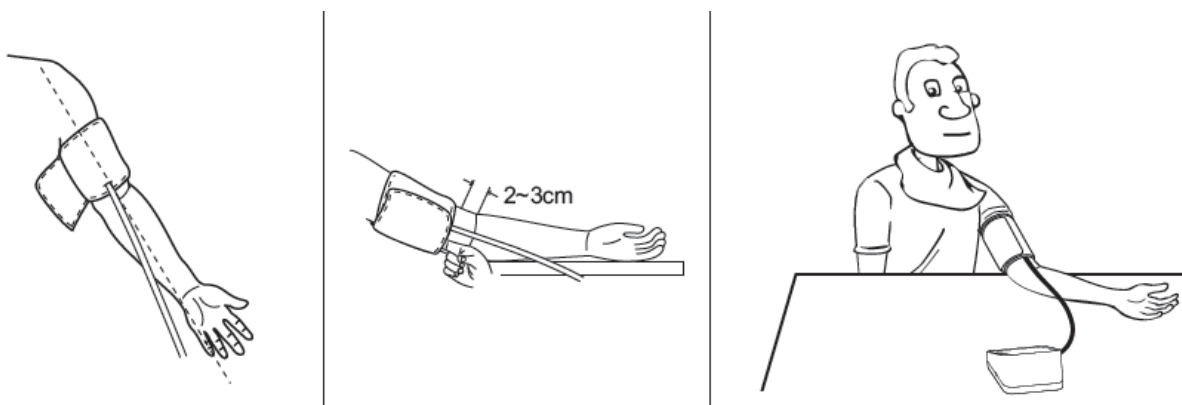
Lõpuks seadistatakse mõõtühikute valik. Valige, kas mmHg või kPa, nupu MEM vajutusega. Kinnitage oma valik SET nupu vajutusega.

Standardne mõõtühik vererõhu jaoks on mmHg (millimeetrit elavhõbedasammast).

Ekraanile ilmub teade „DONE“. Kuupäeva, kellaaja ja mõõtühikute seadistamine on teostatud. Seade lülitub automaatselt välja.

Seadistusvahemik on aastad 2000–2050, 24 tunnine ajaformaad.

MÕÕTMINE




Teostage mõõtmisi samal päevaajal, näiteks hommikul, lõuna ajal ja õhtul, samadel tingimustel või vastavalt arsti soovitudele. Ärge mõõtke vererõhku varem kui 30–45 minutit pärast kofeiini, tee või tubakatoodete tarbimist. Oodake vererõhu mõõtmisega vähemalt 20 minutit kuuma duši või vanni võtmise järel. Teostage mõõtmist, istudes rahulikus ja lõdvestunud olekus ning ärge rääkige. Ärge liigutage kätt, millele mansett on pandud. Enne uuestimõõtmist oodake vähemalt 4-5 minutit.

Eemaldage käe ümbert pigistav riideese. Paigutage mansett 2-3 cm kõrgemale küünarnukist ning kontrollige, et voolik jääks kõrgemale brahhiaalarterist, nii nagu manseti sildil kirjeldatud. Mansett ei tohi olla liiga pingul ega liiga lõtv. Mansett on õlavarrel õigesti, kui üks sõrm mahub vabalt käe ja manseti vahele. Asetage käsivars lauale.


Võite mõõtmiseks kasutada nii vasakut kui paremat kätt. Kuid mõõtmistulemused võivad erineval käel mõõtes erineda, seepärast on soovitatav teostada mõõtmist alati samal käel.

Vajutage seadme START/STOP 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 kõrge	G1 kerge hüpertoonia	G2 keskmine hüpertoonia	G3 raske hüpertoonia
SYS (süstoolne)	≤120	121-130	131-140	141-160	161-180	>180
DIA (diastoolne)	≤80	81-85	86-90	91-100	101-110	>110

Kui ekraanile ilmub sümbol , on seade tuvastanud südamerütmihäire.

Lülitage seade välja, vajutades START/STOP nuppu. Seade lülitub ka automaatselt välja 1 minuti möödudes. Eemaldage mansett käelt.

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

Mälu kustutamine

Kontrollige, et seade on välja lülitatud (LCD on kustunud), vajadusel lülitage seade START /STOP nupust välja. 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 START/STOP.

VEAOTSING

Mõnede probleemide puhul leiate lahenduse alljärgnevas tabelist. Kui viga ei õnnestunud kõrvaldada, pöörduge seadme müüjijärgse hooldusettevõtte poole.

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
	Adapter ei ole ühendatud	Ühendage adapter
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 ekraanile ilmub mingi muu veateade formaadis E+ numbrikood või Ee+ numbrikood, millist pole tabelis toodud, lülitage seade välja, võtke patareid välja või eemaldage adapter voluvõrgust. Oodake veidi, seejärel ühendage toide 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 soovitage 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	93 x 61 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. 15–25 °C +/- 6 mmHg (0.8 kPa) temp-l. 10–14 °C ja 26–40 °C Pulss: +/- 5 %
Mansett reguleeritav	22-42 cm
Toide	4 x LR6/AA patareidega (6 V) või adaptriga Sencor SBX 001 (ei kuulu komplekti), omadused: 100–240 V~, 50–60 Hz, 400 mA, 6V, 1A
Mõõtmed	140 x 120 x 70 mm
Kaal	287 g

KASUTATUD PATAREIDE KÄITLEMINE

Patareides sisaldub keskkonnakahjulikke aineid ja seega ei või neid visata olmeprügi hulka. Toimetage patareid spetsiaalsetesse kogumispunktidesse.

KASUTATUD ELEKTRI – JA ELEKTROONIKASEADMETE KÄITLEMISEST.



Sümbol tähendab, et toodet ega selle pakendit ei tohi ära visata olmejäätmetena. Viige seade 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 väldite keskkonnasaaste tekkimist. Täpsema info saamiseks pöörduge kohaliku omavalitsuse poole.