



Дене құрамының монитору VIVA (HBF-222T-EVK)

• Пайдалану нұсқаулығы

KZ

OMRON дене құрамы мониторын сатып алғаныңызға рақмет айтамыз. Осы жабдықты пайдаланудың алдында, қауіпсіздікті және дұрыс пайдалануды түсіну үшін осы пайдалану нұсқаулығын міндетті түрде оқыңыз. Келешекте анықтама алу үшін осы пайдалану нұсқаулығын сақтаңыз.

Дене құрамының монитормы

Тағайындалуы

Осы OMRON дене құрамы монитормын сатып алғаныңызға рақмет айтамыз. Бұл жабдық келесі дене құрамының параметрлерін өлшеуге және көрсетуге арналған.

- Дене салмағы
- Ішкі май (30 деңгейге дейін)
- Негізгі зат алмасу (ккал мәнiнде)
- Денедегі май (% мәнiнде)
- Қаңқа бұлшықеттері (% мәнiнде)
- ДМИ (дене массасының индексі)

Бұл жабдықты осы пайдалану нұсқаулығын түсіне алатын ересектер пайдалануы қажет. Бұл ауруханаларда немесе басқа медициналық мекемелерде кәсіби пайдалануға арналмаған, ол тек үйде пайдалануға арналған.






Пайдаланудың алдында және жеке функциялар туралы ақпарат алу үшін осы пайдалану нұсқаулығын оқыңыз.

Мазмұны

Жабдықты пайдалану алдында.....	2
Қауіпсіздікке қатысты ескертпелер.....	2
1. Жабдығыңыз туралы біліңіз.....	4
2. Батареяларды салы және ауыстыру.....	5
3. Жабдықты смарт құрылғымен жұптастыру.....	6
4. Өлшеу бірлігін, күнді және уақытты орнату.....	7
5. Жеке деректерді тіркеу.....	8
Пайдалану нұсқаулары	9
6. Дәл өлшеу жасау әдісі.....	9
6.1 Өлшеу барысындағы дұрыс қалыптар.....	9
6.2 «0 кг түзету» туралы (сақтауға қатысты сақтық шаралар).....	10
6.3 «0 кг түзету» әрекетін орындау әдісі.....	10
7. Өлшеуді жасау.....	10
Жад функциясын пайдалану	12
8. Өлшеу нәтижелерін смарт құрылғыда көру.....	12
Қажет болғанда.....	13
9. Жеке нөміріңізді таңдап, өлшеу жасаңыз.....	13
10. Қонақ режимі (жазылмаған режим).....	14
11. Тек салмақты өлшеу.....	15
12. Жеке деректерді өзгерту немесе жою.....	16
13. Байланыс параметрін жою.....	17
14. Профилактикалық жөндеу және сақтау.....	17
15. Ақаулықтарды жою.....	18
16. Техникалық деректер.....	21
Дене құрамы туралы ақпарат.....	24
17. Дене құрамы туралы ақпарат.....	24
18. Өлшеу нәтижелерін интерпретациялау диаграммалары.....	26

Қауіпсіздікке қатысты ескертпелер

Белгілер мен анықтамалар келесі:

 Қауіпті:	Дұрыс емес пайдалану өлімге немесе ауыр жарақатқа әкелуі мүмкін.
 Ескерту:	Дұрыс емес пайдалану ықтимал өлімге немесе ауыр жарақатқа әкелуі мүмкін.
 Назар аударыңыз:	Дұрыс емес пайдалану жарақатқа немесе зақымдануға әкелуі мүмкін.

Қауіпті:

- Бұл жабдықты келесі медициналық электрондық құрылғылармен ешқашан пайдаланбаңыз:
(1) жүрекширатқыш сияқты медициналық электрондық имплантанттар.
(2) жасанды жүрек/өкпе сияқты электрондық тіршілікті қамтамасыз ететін жүйелер.
(3) электрокардиограф сияқты портативті электрондық медициналық құрылғылар.
- Бұл жабдықты осы құрылғылардың бұзылуына әкеліп, осы құрылғылардың пайдаланушылардың денсаулығына қатер төндіруі мүмкін.



Ескерту:

- Жабдықты балалардың қолы жетпейтін жерде сақтаңыз. Құрамында сәбилер жұтып қойса, тұншығу қатерін шақыруы мүмкін майда бөлшектері бар.
- Жабдықты ылғалды еден сияқты тайғанақ беттерде пайдаланбаңыз.
- Жабдықтың үстінде секірмеңіз.
- Бұл жабдықты ваннаға түскеннен кейін сияқты ылғалды денеге және/немесе аяққа пайдаланбаңыз.
- Жабдыққа жалаң аяқ тұрыңыз. Жабдыққа шұлықпен тұрсаңыз, тайып кетіп өзіңізді жарақаттап алуыңыз мүмкін.
- Жабдықтың жиегін немесе дисплей аймағын баспаңыз.
- Мүгедектер немесе физикалық әлсіз адамдар осы жабдықты пайдаланғанда, оларға әрқашан басқа адам көмектесуі керек.
- Батареяның сұйықтығы көзге түскен жағдайда, оларды көп мөлшердегі таза сумен жуып тастаңыз. Дереву дәрігерге қаралыңыз.
- Бұл өнімді ауруханалар, ұшақтар немесе радиотолқынның пайдаланылуы шектеулі басқа орталарда пайдаланбаңыз.
- Бұл өнім 2,4 ГГц диапазонында радиожіліктерді (РЖ) таратады. Бұл өнімді ұшақ немесе ауруханалар сияқты РЖ шектеулі орындарда пайдаланбаңыз.

KZ

Назар аударыңыз:

- Жабдықты бөлшектемеңіз, жөндемеңіз немесе құрылымын өзгертіңіз.
- Салмақты азайту немесе жаттығу бағдарламасын алдымен дәрігермен немесе денсаулық сақтау маманымен кеңеспей бастамаңыз. Өздігіңізден диагноз қою денсаулығыңызды зақымдауы мүмкін.
- Өлшеу барысында ұялы телефон немесе электромагниттік өрістерді тарататын кез келген басқа электрлік құрылғылар осы құрылғыдан 30 см аралықта екенін тексеріңіз. Бұл құрылғының дұрыс жұмыс істемеуіне әкелуі және/немесе дұрыс емес оқуға себеп болуы мүмкін.
- Осы жабдықта көрсетілген батареяларды пайдаланыңыз. Батареяларды полярлығын қате бағытта салмаңыз.
- Зарядты біткен батареяларды жаңасына дереу ауыстырыңыз.
- Батареяларды отта утилизацияламаңыз.

- Батареяның сұйықтығы теріге немесе киімге түскен жағдайда, оларды көп мөлшердегі таза сумен жуып тастаңыз.
- Егер батареяларды ұзақ уақыт (шамамен үш немесе одан көп ай) пайдаланбайтын болсаңыз, оларды осы жабдықтан алып тастаңыз.
- Өртүрлі түрдегі батареяларды бірге пайдаланбаңыз.
- Ескі және заряды біткен батареяларды бірге пайдаланбаңыз.
- Жабдықты пайдаланар алдында әрқашан аяғыңызды жуыңыз. Егер сізде табан зеңі немесе басқа тері аурулары болса, басқа адамдарға жұқтыруыңыз мүмкін.
- Жабдықты бірнеше адам пайдаланатын болса, жабдықты пайдаланғаннан кейін оны жұмсақ жуу құралына малынған ылғалды шүберекпен сүртіңіз. Содан соң, оны құрғатып сүртіңіз.
- Бұл жабдықты осы нұсқаулықта сипатталғаннан басқа мақсаттарға пайдаланбаңыз.
- Бұл жабдық дәл өлшейтін құрал болғандықтан, оны лақтырмаңыз, дірілдетпеңіз немесе қатты соққы түсірмеңіз.

Деректерді тасымалдау

- Өлшеу нәтижесі смарт құрылғыға тасымалданып жатқанда батареяны ауыстырмаңыз. Бұл мониторды дұрыс жұмыс істемеуіне әкелуі және өлшеу нәтижесінің тасымалдануы сәтсіз аяқталуы мүмкін.
- Өлшеу нәтижесі смарт құрылғы тасымалданып жатқанда, осы монитордың қасында интегралдық схема карталарын, магниттерді, металл заттарды немесе электромагниттік өрістерді тарататын басқа құрылғыларды қоймаңыз. Бұл жабдықты дұрыс жұмыс істемеуіне әкелуі және өлшеу нәтижесінің тасымалдануы сәтсіз аяқталуы мүмкін.

Қате өлшеу

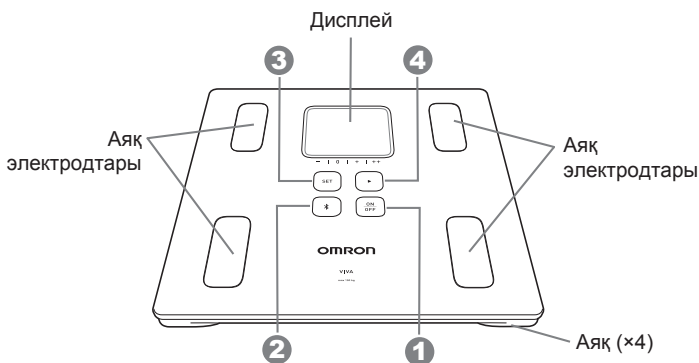
Қате өлшеу келесі пайдаланушыларға пайда болуы мүмкін:





егде адам (81 жастан үлкен)/безгек ауруы бар адамдар/бодибилдерлер немесе біліктілігі жоғары спортшылар/диализ өтіп жатқан емделушілер/сүйек тінінің тығыздығы өте төмен остеопорозбен ауыратын адамдар/жүкті әйелдер/ісігі бар адамдар.

- Себебі дене суы сияқты дене құрамы орташа мәннен қатты өзгеше болуы мүмкін.

1. Жабдығыңыз туралы біліңіз

Негізгі жабдық



1		ҚОСУ/ӨШІРУ түймесі <ul style="list-style-type: none"> • Қуатты қосу үшін осы түймені басыңыз. • Қуатты өшіру үшін осы түймені басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).
2		Bluetooth түймесі <ul style="list-style-type: none"> • Деректерді қолмен тасымалдау үшін осы түймені басыңыз. • Жабдықты смарт құрылғымен жұптастыру үшін осы түймені басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд). <p>※ Сондай-ақ, қуат өшірулі болғанда осы түймені пайдалануға болады.</p>
3		ОРНАТУ түймесі <ul style="list-style-type: none"> • Деректерді орнату немесе растау үшін осы түймені басыңыз.
4		Өту түймесі <ul style="list-style-type: none"> • Өту үшін осы түймені басыңыз. • Күнді, уақытты және бойды орнатып жатқанда осы түймені басып тұрыңыз.

KZ

Дисплей

Жеке нөмір белгісі

Жеке нөмір көрсетілгенде жанады.

Салмақ белгісі

Дене салмағын өлшегенде ғана жанады.

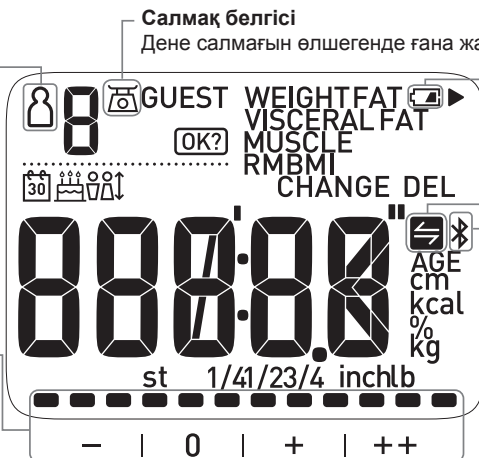
Батарея белгішесі

(төмен/біткен)

SYNC белгісі

Bluetooth белгісі

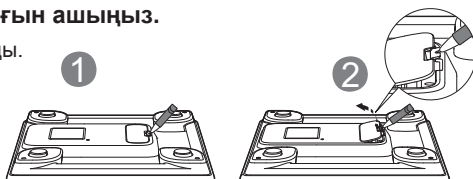
Денедегі май пайызы, ішкі май деңгейі, қаңқа бұлшықеттерінің пайызы, BMI классификация индикаторы



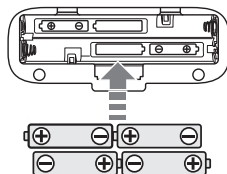
2. Батареяларды салы және ауыстыру

1. Жабдықтың артындағы батарея қақпағын ашыңыз.

Қалам сияқты қатты затты пайдалануға болады.



2. Батареяларды батарея бөлімінің ішінде көрсетілген дұрыс полярлықпен орнатыңыз.



3. Батарея қақпағын жабыңыз.

Батареяның жарамдылық мерзімі және ауыстыру

- Шамамен 6 ай (AAA сілтілі батареялар төрт өлшеуге, төрт деректер тасымалдауына және төрт пайдаланушыға 23°C бөлме температурасында пайдаланылғанда)

- Бірге берілетін батареялар тек сынақ пайдалану үшін және ұзаққа жарамдауы мүмкін.

- Дисплейде заряды біткен батарея белгісі  көрсетілгенде, барлық төрт батареяны жаңасына ауыстырыңыз.

Біткен батарея белгішесі

- Барлық төрт батареяны жаңасына (бірдей түрі) бір уақытта ауыстырыңыз.


- Деңгейі төмен батарея белгісі  жыпылықтағанда, батареяларды жаңасына алдын ала ауыстыру ұсынылады.



- Батареяларды қуатты өшіргеннен кейін ауыстырыңыз.

- Жабдықта сақталған жеке деректер батареяларды алып тастағаннан кейін де сақталады.
- Пайдаланылған батареяларды утилизациялау батареяларды утилизациялау жөніндегі мемлекеттік ережелерге сәйкес жүргізілуі тиіс.

- Батареялар ауысқанда, өлшеу бірлігін, күнді және уақытты қайта орнату қажет. (4-бөлімді қараңыз.)

- Егер «OMRON connect» қолданбасымен жұптасып қойылған болса, осы қолданбамен байланысу үшін  түймесін басыңыз, содан соң күн мен уақыт автоматты түрде орнатылады.

Қуат өшіру функциясы туралы

- Қуатты өшіру үшін  түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).

- Қуат келесі жағдайларда автоматты түрде өшеді.

- «Егг» мәтіні көрсетілгеннен кейін 10 секунд.
- «0,0 кг» мәні көрсетілгенде жабдық 1 минут пайдаланылмайды.
- Жабдық 3 минут пайдаланылмайды.



3. Жабдықты смарт құрылғымен жұптастыру

1. Смарт құрылғының Bluetooth мүмкіндігін қосыңыз.
2. «OMRON connect» қолданбасын смарт құрылғыға жүктеп алып, орнатыңыз.

Келесі 2 әдістің біреуін таңдауға болады.

■ Келесі мекенжайға кіру үшін QR кодын сканерлеңіз.



omronconnect.com/setup

QR коды

■ «OMRON connect» қолданбасын «App Store» немесе «Google Play» дүкенінен іздеңіз.



KZ

3. Қолданбаны смарт құрылғыда ашып, орнату және жұптастыру нұсқауларын орнатыңыз.

Егер OMRON connect қолданбасы бұрыннан болса, келесі бөлімге өтіңіз:

Мәзір>Құрылғы>Құрылғы қосу

ЕСКЕРТПЕЛЕР

- Бір смарт құрылғы бір пайдаланушыны басқарады.
- Егер «OMRON connect» қолданбасынан басқа қолданба пайдаланылса, деректер дұрыс тасымалданбауы мүмкін.
- Мәліметтер алу үшін қолданбадағы утилизациялау әдісі мен пайдалану нұсқаулығын оқыңыз.

4. Өлшеу бірлігін, күнді және уақытты орнату

Өлшеуді бірінші рет жасауға дейін немесе батареяларды ауыстырғаннан кейін өлшеу бірлігін, күнді және уақытты орнату қажет.

• Сондай-ақ, күн мен уақытты «OMRON connect» қолданбасынан орнатуға болады.

1. Қуатты қосу үшін түймесін басыңыз.

Дисплейде «кг және см» мәтіні жыпылықтайды.


2. Өлшеу бірлігін орнатыңыз.


Реттеу үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.

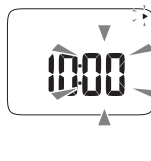
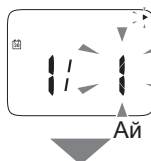
- Өдепкі өлшеу бірлігі — «кг және см».
- Өлшеу бірлігін «фунт және дюйм» немесе «ст-фунт және дюйм» мәніне орнатуға болады.



3. Бірлікті дұрыс күн мен уақытқа орнатыңыз.


Реттеу үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.

- Жыл ауқымын орнату: 2017–2045.
- Уақыт — 24 сағаттық жүйе.
- Жылды, күнді, сағатты және минутты орнату барысында 10 қадамымен жылдам өту үшін  түймесін басып тұрыңыз.



Өлшеу бірлігі, жыл, ай, күн, сағат және минуттың барлық орнатулары осы ретпен көрсетілгеннен кейін қуат автоматты түрде өшеді.

ЕСКЕРТПЕЛЕР

- Егер орнату барысында қате жіберілсе, қуатты өшіру үшін  түймесін басып, «1-қадам» бөлімінен қайта бастаңыз.
- Егер жабдық 3 минут пайдаланылмаса, қуат өшеді. Өлшеу бірлігін, күнді және уақытты қайта орнатыңыз.
- Өлшеу бірлігін, күнді және уақытты өзгерту үшін батареяларды алып тастап, кескінде 20 секунд күтіңіз. Содан соң, батареяларды салып, қайта іске қосыңыз.

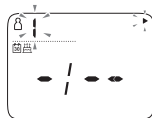
5. Жеке деректерді тіркеу

Дене құрамының өлшеуі үшін жеке деректерді (туған күні, жынысы, бойы) тіркеу қажет. Тіркелген деректерді 4 пайдаланушыға дейін сақтауға болады.

• Сондай-ақ, жеке деректерді «OMRON connect» қолданбасынан тіркеуге болады.

1. Қуатты қосу үшін түймесін басыңыз.


Қуат қосылады. «1» жеке нөмірі жыпылықтайды. Туған күні (- / --) көрсетіледі.




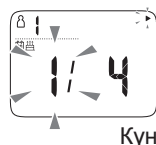
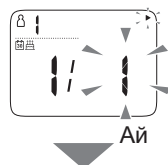
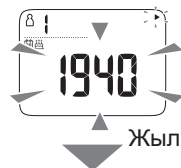
2. Жеке нөміріңізді таңдап, растаңыз.

Жеке деректеріңізді таңдау үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.

3. Туған күнді орнатыңыз.

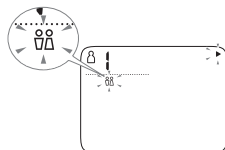
Туған күнді орнату үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.

- Жыл ауқымын орнату: 1900–2045
- Жылды және күнді орнату барысында 10 қадамымен жылдам өту үшін  түймесін басып тұрыңыз.





4. Жынысын орнатыңыз

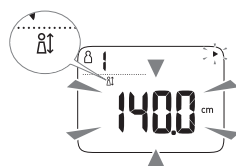
 (ЕР) немесе  (ӘЙЕЛ) жынысын орнату үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.



5. Бойын орнатыңыз.

Бойды реттеу үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.

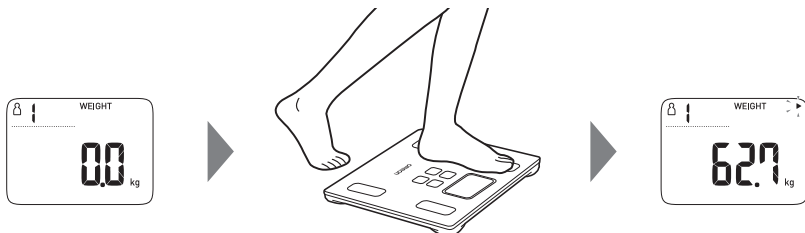
- 10 см (немесе 1 дюйм) қадамымен жылдам өту үшін үздіксіз басыңыз.
- Барлық реттеулер растауға көрсетілгеннен кейін, дисплейде «0,0 кг» мәні көрсетіледі.



6. «0,0 кг» мәні көрсетілгенде өлшеуді жасау үшін жабдықты аяқпен басыңыз.

Автоматты анықтауды қолдау үшін дене салмағының және дене құрамының деректері жабдықта жазылады.

Содан соң, өлшеу нәтижелері келесі әдіспен көрсетіледі.



7. Өлшеу нәтижелері көрсетілгеннен кейін жабдықтан аяғыңызды алыңыз.

Жеке деректерді тіркеу аяқталады.

8. Қуатты өшіру үшін түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).

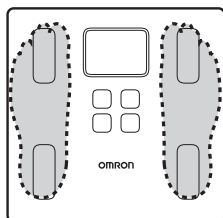
Жаңа пайдаланушыны қосу үшін «1-қадам» бөлімінен бастаңыз.

Пайдалану нұсқаулары

6. Дәл өлшеу жасау әдісі

6.1 Өлшеу барысындағы дұрыс қалыптар

Жабдықты жалаң аяқ басыңыз.
Табанның дөңесін жабдықтың ортасына қойыңыз.



Ескертпе

- Жабдықты шұлықпен немесе аяқ киіммен бассаңыз, дұрыс емес өлшеуге әкеледі.



Өлшеу барысында тізеңізді бүкпеңіз.

Өлшеуді қатты және тегіс еденде жасаңыз.

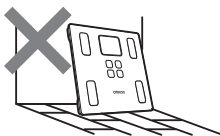
Ескертпе

- Алаша немесе кілем сияқты еденнің жұмсақ беті дұрыс емес өлшеуге әкелуі мүмкін.

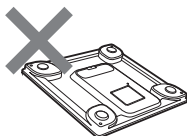
6.2 «0 кг түзету» туралы (сақтауға қатысты сақтық шаралар)

Жабдық пайдаланылмағанда ол дәлдікті автоматты түрде түзетеді.

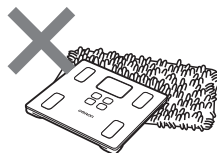
- Егер жабдық төменде көрсетілгендей қойылса, осы дәлдікті түзету функциясы істемейді, өлшеу жасаудың алдында «0 кг түзету» әрекетін орындаңыз.



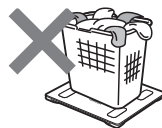
Жабдық қабырғаға немесе басқа заттарға сүйеліп тұр



Жабдықтың жоғарғы жағы төмен қаратылып қойылған



Жабдық затқа қойылған




Зат жабдыққа қойылған

6.3 «0 кг түзету» әрекетін орындау әдісі

1. Жабдықты қатты және тегіс еденге қойыңыз.

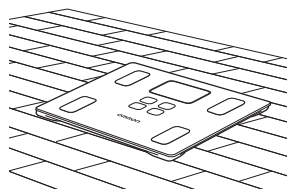
2. Қуатты қосу үшін  түймесін басыңыз.

3. Жеке нөміріңізді немесе «00» мәнін таңдаңыз.

- ▶ түймесі арқылы жеке нөміріңізді немесе «00» мәнін таңдаңыз, содан соң растау үшін  түймесін басыңыз.

4. «0,0 кг» мәні көрсетілгенде, қуатты өшіру үшін  түймесін басыңыз (2 секунд немесе одан ұзақ).

Бұл «0 кг» әрекетін аяқтайды. 5 секунд күте тұрыңыз, содан соң өлшеуді жасаңыз.



Пайдалану нұсқаулары

7. Өлшеуді жасау

Пайдаланушы жабдықты басқанда, ол пайдаланушыны автоматты түрде анықтау үшін қосылып, өлшеуді бастайды.

Келесі жағдайларда қате жеке нөмірі көрсетілуі мүмкін.

- Бірдей дене түрі мен дене салмағындағы пайдаланушылар өлшенеді.

- Соңғы өлшеуден кейін дене салмағыңыз өзгерді.



А 62,3 кг

№ 1



Ә 62,7 кг



Б 62 кг

№ 1



Б 67 кг

№ 3

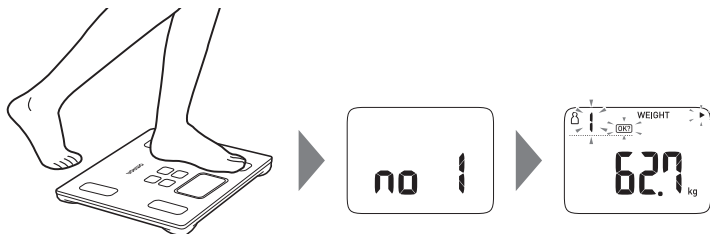
30 күннен кейін

Егер дұрыс емес анықтау жалғасып жатса, өлшеу жасау үшін жеке нөміріңізді таңдаңыз. (9-бөлімді қараңыз.)

KZ

1. Жабдык өшірулі болғанда өлшеу жасаңыз.

Жабдықты басқанда қуат автоматты түрде қосылады.



2. Жеке нөмір мен өлшеу нәтижелері көрсетілгенде өлшеу аяқталады.

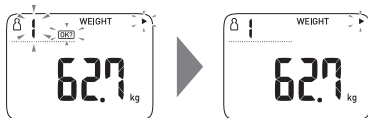
Жабдыктан аяғыңызды алыңыз.

3. Жеке нөміріңізді растаңыз.

■ Жеке нөміріңіз дұрыс болса...

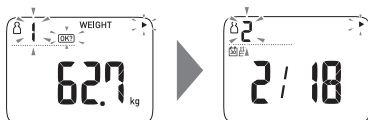
Жеке нөміріңізді растау үшін **SET** түймесін басыңыз. **OK?** белгішесі өшеді.

Егер **OK?** белгішесі жыпылықтап тұрғанда қуатты өшірсеңіз де, нәтижелер жабдыققа көрсетілген жеке нөмірге байланысқан өлшеу мәні ретінде жазылады.



■ Жеке нөміріңіз дұрыс болмаса...

Қуат өшпей тұрып, **▶** түймесі арқылы жеке нөміріңізді таңдаңыз, содан соң растау үшін **SET** түймесін басыңыз.



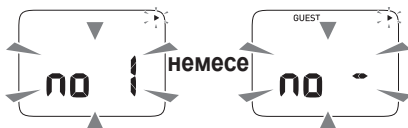
■ Егер жеке нөміріңіз дұрыс емес растасаңыз...

Жеке нөміріңізді қайта таңдау мүмкіндігі болуы үшін, қуат өшпей тұрып, **SET** түймесін басыңыз.

Егер дисплейде «№ 1» - «№ 4» мәні жыпылықтаса немесе **ҚОНАҚ** мәтіні көрсетілсе, жеке деректеріңіз жабдыققа тіркелмейді.

Жеке деректеріңізді тіркеңіз.

Сондай-ақ, Қонақ режимін пайдалануға болады.



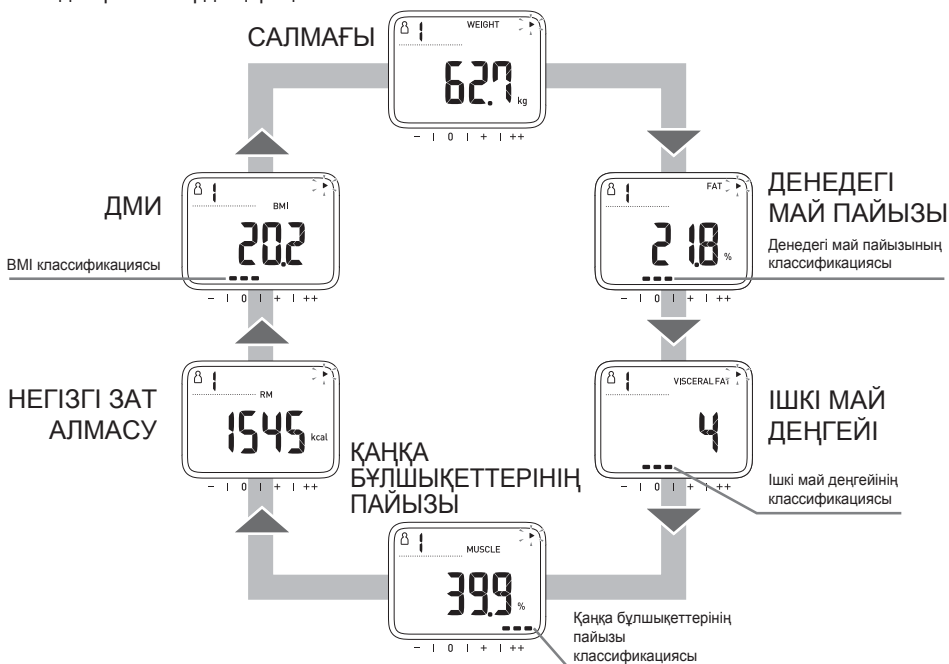
4. Өлшеу нәтижелерін тексеріңіз.

Нәтижелер дисплейі төменде көрсетілгендей автоматты түрде айналады.

Жеке нөміріңізді растағаннан кейін,  түймесімен көру үшін оны өлшеу нәтижесіне ауыстыруға болады.

Ескертпе

- Денедегі май пайызы, ішкі май деңгейі, қаңқа бұлшықеттерінің пайызы және ДМИ классификациясының индикаторын өлшеудің нұсқаулығы ретінде пайдаланыңыз.
- Өлшеу нәтижелерін жақсы түсіну үшін 17 және 18-бөлімдегі ақпаратты және диаграммаларды қараңыз.



5. Қуатты өшіру үшін түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).

Егер жабдық 3 минут пайдаланылмаса, қуат өшеді.

Жад функциясын пайдалану

8. Өлшеу нәтижелерін смарт құрылғыда көру

Өлшеу нәтижелерін көру үшін «OMRON connect» қолданбасының нұсқауларын орындаңыз.

Содан соң, смарт құрылғыда салмақтың және дене құрамы параметрлерінің өзгерісін тексеруге болады.

Ескертпе

- «OMRON connect» қолданбасы смарт құрылғыға орнатылуы қажет. (3-бөлімді қараңыз.)

Қажет болғанда

9. Жеке нөміріңізді таңдап, өлшеу жасаңыз


Егер жеке нөміріңіз жиі анықталмаса, келесі әдіс арқылы жеке нөміріңізді таңдап, өлшеу жасауға болады.

1. Қуатты қосу үшін түймесін басыңыз.

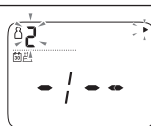
Қуат қосылады. «1» жеке нөмірі жыпылықтайды.



2. Жеке нөміріңізді таңдаңыз.

 түймесімен жеке нөміріңізді таңдаңыз.

Туған күні (- / - -) көрсетілгенде,
Жеке деректеріңіз жеке нөмірде тіркелмеді.
Жеке деректеріңізді тіркеңіз. (5-бөлімді қараңыз.)

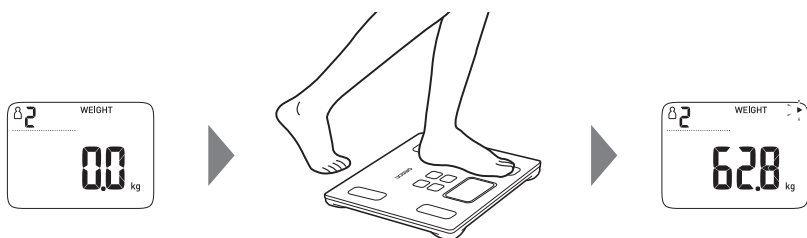


3. Жеке нөміріңізді растау үшін түймесін басыңыз.

«0,0 кг» мәні көрсетіледі.

4. «0,0 кг» мәні көрсетілгенде өлшеуді жасаңыз.

Жабдықты басыңыз.



5. Өлшеу нәтижелерін тексеріңіз.

Нәтижелер дисплейі автоматты түрде айналады.

6. Қуатты өшіру үшін түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).

Егер жабдық 3 минут пайдаланылмаса, қуат өшеді.

10. Қонақ режимі (жазылмаған режим)



Осы режим пайдаланылғанда, өлшеу нәтижелеріңіз жазылмайды.

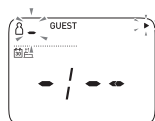
1. Қуатты қосу үшін түймесін басыңыз.

Қуат қосылады. «1» жеке нөмірі жыпылықтайды.





2. «» белгішесін таңдап, растаңыз.


 түймесі арқылы «ҚОНАҚ» режимін таңдаңыз, содан соң растау үшін  түймесін басыңыз.

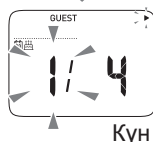
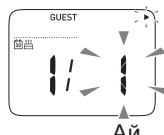
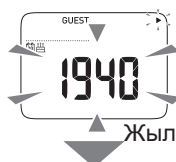


3. Жеке деректерді енгізіңіз.

3.1 Туған күнді орнатыңыз

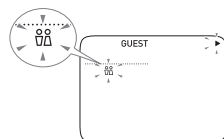
Туған күнді орнату үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.

- Жыл ауқымын орнату: 1900–2045
- Жылды және күнді орнату барысында 10 қадамымен жылдам өту үшін  түймесін басып тұрыңыз.





3.2 Жынысын орнатыңыз

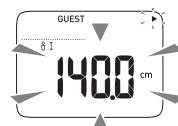
 (ЕР) немесе  (ӘЙЕЛ) жынысын орнату үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.



3.3 Бойын орнату

Бойды орнату үшін  түймесін басыңыз және растау үшін  түймесін басыңыз.

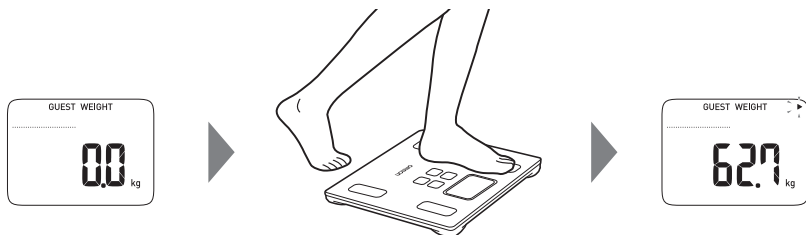
- 10 см (1 дюйм) қадамымен жылдам өту үшін үздіксіз басыңыз.



Барлық реттеулер растауға көрсетілгеннен кейін, дисплейде «0,0 кг» мәні көрсетіледі. Егер жабдық «0,0 кг» мәні көрсетілгеннен кейін 1 минут пайдаланылмаса, қуат өшеді.

4. «0,0 кг» мәні көрсетілгенде өлшеуді бастаңыз.

Жабдықты басыңыз.



5. Өлшеу нәтижелерін тексеріңіз.

Нәтижелер дисплейі автоматты түрде айналады.

6. Қуатты өшіру үшін түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).

Егер жабдық 3 минут пайдаланылмаса, қуат өшеді.

Қажет болғанда



11. Тек салмақты өлшеу

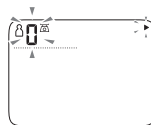
Осы режим пайдаланылғанда, өлшеу нәтижеңіз жазылмайды.

1. Қуатты қосу үшін түймесін басыңыз.

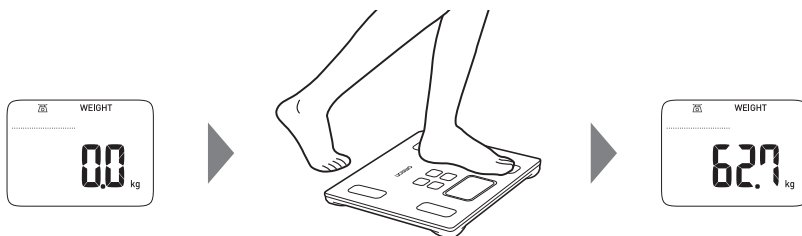
Қуат қосылады. «1» жеке нөмірі жыпылықтайды.

2. «0.0» белгішесін таңдап, растаңыз.

 түймесі арқылы «0.0» режимін таңдаңыз, содан соң растау үшін  түймесін басыңыз.



3. «0,0 кг» мәні көрсетілгенде жабдықты басыңыз.



4. Өлшеу нәтижесін тексеріңіз.

Өлшеу аяқталғанын көрсету үшін салмағыңыз көрсетіліп, жыпылықтайды.

5. Қуатты өшіру үшін түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).

Егер жабдық 3 минут пайдаланылмаса, қуат өшеді.

12. Жеке деректерді өзгерту немесе жою

1. Қуатты қосу үшін түймесін басыңыз.

Қуат қосылады. «1» жеке нөмірі жыпылықтайды.



2. Жеке нөміріңізді таңдау

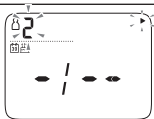
Жеке нөмірді таңдау үшін  түймесін басыңыз.



Туған күні (- / -) көрсетілгенде,

Жеке деректеріңіз жеке нөмірде тіркелмеген.

Жеке деректеріңізді тіркеңіз. (5-бөлімді қараңыз.)

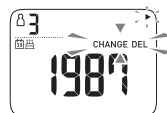


3. Жеке нөмірді растау үшін түймесін басыңыз.

«0,0 кг» мәні көрсетіледі.

4. түймесін басыңыз.

«ӨЗГЕРТУ» және «ЖОЮ» мәтіні жыпылықтайды.



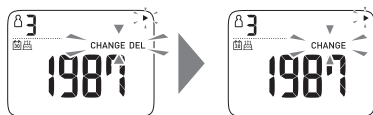
5. Жеке деректерді «ӨЗГЕРТУ» немесе «ЖОЮ» параметрін таңдаңыз

- Жеке деректер өзгерсе де, өлшеу нәтижелері өзгермейді немесе жойылмайды. Басқа пайдаланушы пайдаланған жеке нөмірді пайдаланғанда, жеке деректерді жойып, жеке деректерді қайта тіркеңіз.

Жеке деректеріңізді өзгерту

(өлшеу нәтижелері жойылмайды)

1. «ӨЗГЕРТУ» параметрін таңдау үшін түймесін басыңыз




2. түймесін басыңыз

Жыл жыпылықтайды.



3. 5-бөлімнің 3-қадам мен 5-қадам аралығына сәйкес «туған күні», «жынысы» және «бойы» параметрін өзгертіңіз.

- Кез келген өзгертуді жарты жолдан тоқтату мақсатында қуатты өшіру үшін

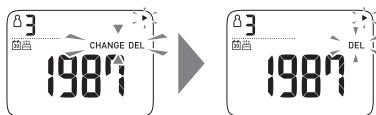
 түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).

- Тасымалданбаған өлшеу нәтижелері жойылмайды.

Жеке деректеріңізді жою

(сондай-ақ, өлшеу нәтижелері жойылады)

1. «ЖОЮ» параметрін таңдау үшін түймесін басыңыз

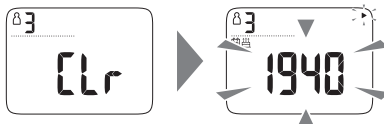


2. түймесін басыңыз

 жыпылықтайды.



3. түймесін қайта басыңыз



Қажет болғанда

13. Байланыс параметрін жою

«OMRON connect» қолданбасын пайдалануды тоқтату немесе смарт құрылғыдан байланыс параметрлерін жою үшін келесі әрекеттерді орындаңыз. Жабдықта жазылған барлық байланыс параметрлері жойылады.

1. түймесін 2 секундтан артық басып тұрыңыз.

«P» және Bluetooth белгісі жыпылықтайды.



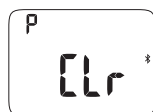
2. түймесін 2 секундтан артық қайта басып тұрыңыз.

«OK?» және «CLr» мәтіні жыпылықтайды.



3. Растау үшін түймесін басыңыз.

Егер жабдық «CLr» мәні көрсетілгеннен кейін 10 секунд пайдаланылмаса, қуат өшеді.



Қажет болғанда

14. Профилактикалық жөндеу және сақтау

Жабдықты тазалау әдісі










- Пайдаланудың алдында жабдықты әрқашан таза сақтаңыз.
- Жабдықты жұмсақ құрғақ шүберекпен сүртіңіз. Қажет болса, суға немесе жуу құралына шүберекті жабдықты сүртудің алдында жақсылап сығыңыз, содан соң құрғақ шүберекпен сүртіңіз.
- Жабдықты тазалау үшін бензинді, сұйылтқышты немесе басқа буланатын еріткіштерді пайдаланбаңыз.
- Жабдықты сумен жумаңыз.

Күтім көрсету және сақтау

- Жабдықты келесі жағдайларда сақтауға болмайды:
 - ылғал немесе су жабдыққа кіретін ылғалдылық
 - жоғары температурадағы, күн тікелей сәулесі түсетін немесе жаңды жерлер
 - кенеттен соққы түсетін немесе діріл қатерлері бар жерлер
 - химиялық заттар сақталатын немесе коррозиялық газ бар жерлерде.
- Кез келген түрдегі жөндеулерді өз бетіңіше жүргізбеңіз. Бұл өнім өндірушінің уақытына калибрленген. Егер өлшеулердің дәлдігіне қатысты сұрағыңыз болса, өкілетті OMRON таратушысына хабарласыңыз. Негізінен құрылғының өлшеу дәлдігі мен дұрыс жұмыс істеп тұрғандығын әрбір 2 жыл сайын тексеру ұсынылады.

15. Ақаулықтарды жою

Егер өлшеу барысында келесі проблемалардың кез келгені пайда болған жағдайда, алдымен 30 см аралығында басқа электрлік құрылғы жоқ екенін тексеріңіз. Егер проблема кетпесе, төмендегі кестені қараңыз.

Қатенің шартты белгілері	Себебі	Түзету
	Дене құрамын өлшеу барысында жабдықтан аяғыңызды алдыңыз.	Дене құрамын өлшеу аяқталғанша жабдықтан аяғыңызды алмаңыз. (6-бөлімді қараңыз.)
	Табандарыңыз электродтарға тығыз тиіп тұрған жоқ.	Өлшеу жасағанда, табандарыңызды электродтарға тығыз қою арқылы жабдыққа дұрыс тұрғаныңызды тексеріңіз. (6-бөлімді қараңыз.)
	Өлшеу қалпы дұрыс емес, табандарыңыз электродтарға тығыз тиіп тұрған жоқ немесе табандарыңыз құрғақ болды.	Тізеден тұрып, тік тұрыңыз. Табандарыңызды электродтарға тығыз тигізіп тұрып, өлшеу жасағанда аяқтарыңызды қозғалтпаңыз. (6-бөлімді қараңыз.) Табандарыңызды ылғалды сүлгімен сәл сулап, әрекетті қайталап көріңіз.
	Күн мен уақытты орнатқаннан кейін дисплей автоматты түрде ӨШПЕИ тұрып жабдық түртіледі немесе пайдаланылады.	Батареясын алып қайта салыңыз. Құрылғыны «Жабдықты смарт құрылғымен жұптастыру» қадамынан бастап қайта іске қосыңыз. (3-бөлімді қараңыз.) • Күн мен уақыт көрсетілген кезде қуат автоматты түрде өшкенше құралды назарсыз қалдырыңыз.
	Аспаптың қатесі	Батареясын алып қайта салыңыз. Осы әрекет аяқталған кезде құрылғыны қайта іске қосыңыз. Егер осы қатенің көрсетілуі жалғасса, OMRON қызметінің өкіліне хабарласыңыз.
	Байланыс ақаулығы.	Қуатты өшіріп, қайта байланысып көріңіз. Егер осы қате қайта көрсетілсе, OMRON қызметінің өкіліне хабарласыңыз.
	Өлшеу барысында қозғалдыңыз.	Өлшеу барысында қозғалмай тұрыңыз.
	Дене салмағыңыз өлшеу ауқымынан тыс болды.	
 	Байланыс ақаулығы.	Смарт құрылғының дисплейін тексеріп, «OMRON connect» қолданбасындағы нұсқауларды орындаңыз. «Анықтама» бөлімін «OMRON connect» қолданбасынан қараңыз.
	Батареялардың заряды төмен.	Батареяларды жаңасына алдын-ала ауыстыру ұсынылады. (2-бөлімді қараңыз.)
	Батареялардың заряды біткен.	Батареяларды ауыстырыңыз. (2-бөлімді қараңыз.)

Проблема	Себебі	Түзету
 <p>жыпылықтайды</p>	Өлшеу нәтижелерінің 24–29 жинақтары сақталды.	Өлшеу нәтижелерін «OMRON connect» қолданбасына тасымалдаңыз, содан соң белгі өшеді.
	Өлшеу нәтижелерінің 30 жинақтары сақталды.	Егер нөмір 30-дан асса, ескірек нәтижелер жойылады. Өлшеу нәтижелерін «OMRON connect» қолданбасына тасымалдаңыз, содан соң белгі өшеді.
	 түймесін 2 секундтан артық басып тұрдыңыз.	Жабдықты смарт құрылғымен жұптастырғанда осы көрсетіледі. «OMRON connect» қолданбасының нұсқауларын орындаңыз.  түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).
	 түймесін бастыңыз.	Деректер смарт құрылғыға тасымалданғанда осы көрсетіледі. «OMRON connect» қолданбасының нұсқауларын орындаңыз. Тасымалдауды тоқтату үшін  түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).
	«P» және Bluetooth белгісі жыпылықтағанда  түймесін 2 секундтан артық басып тұрдыңыз.	Байланыс параметрлерін жойғанда осы көрсетіледі. (13-бөлімді қараңыз.) Жұмысты тоқтату үшін  түймесін басыңыз (2 немесе одан ұзақ секунд).
Егер қуатты қоссаңыз да, ешнәрсе көрсетілмейді. Егер жабдықты бассаңыз да, ешнәрсе көрсетілмейді.	Батареялар салынбаған.	Батареяларды салыңыз.
	Батареялар қате бағытта салынған.	Батареяларды дұрыс бағытта салыңыз.
	Батареялар тозған.	Барлық төрт батареяны жаңасына ауыстырыңыз.
Батареяларды ауыстырғаннан кейін, жабдықты басқанда ешнәрсе көрсетілмейді.	Батареяларды ауыстырғаннан кейін өлшеу бірлігін, күнді және уақытты орнатпадыңыз.	Өлшеу бірлігін, күнді және уақытты орнатыңыз. (4-бөлімді қараңыз.)
	Дене салмағыңыз өте төмен. (12 кг-нан аз.)	Өлшеу жасаудың алдында жеке нөміріңізді таңдаңыз.
Кейбір нәтижелер үшін «- - - - -» мәні көрсетіледі.	Тіркелген деректер немесе дене құрамының мәндері өлшеуге болатын ауқымнан тыс болды.	Туған күні, жынысы және бойының параметрлері дұрыс екенін тексеріңіз. Осы параметрлер дұрыс болса да, олар көрсетілетін немесе қолдау көрсетілетін жас шамасы ауқымынан тыс болса, «- - - - -» белгішесі көрсетіледі.

Проблема	Себебі	Түзету
Өлшеу нәтижесі нақты нәтижеден жоғары немесе төмен. Нәтиже әрбір өлшеу үшін кең ауқымда құбылады.	Өлшеу барысындағы қалпыңыз қате.	Өлшеуді дұрыс қалыппен жасаңыз.
	Өлшеуді кілемде немесе жұмсақ емес еденнің бетінде немесе тегіс емес еденде жасадыңыз.	Өлшеуді қатты және тегіс еденде жасаңыз.
	Табандарыңыз бен денеңіз салқын, сондықтан қан айналымы бұзылған.	Өлшеу жасаудың алдында қат айналымын қалыпты күйге қайтару үшін денені қыздырыңыз.
	Аяқ электродтары өте салқын.	Өлшеу жасаудың алдында жабдықты ыстық бөлмеге біраз уақытқа қалдырыңыз.
	Табандарыңыз құрғақ.	Өлшеуді жасаудың алдында табандарыңызды ылғалды сүлгімен сәл сулаңыз.
	«0 кг түзету» әрекеті дұрыс орындалмады.	«0 кг түзету» әрекетін орындаңыз. (6.3-бөлімді қараңыз.)
Сіз дұрыс анықтамадыңыз.	Соңғы өлшеуден кейін дене салмағыңыз қатты өзгерді.	Өлшеу жасаудың алдында жеке нөміріңізді таңдаңыз. (9-бөлімді қараңыз.)
	Денеңіздің түрі басқа тіркелген пайдаланушыдан кішірек.	
	Басқа пайдаланушының өлшеу нәтижелері тіркелді.	
Сіз дене құрамын өлшеу қажетсіз, бірақ дене салмағы ғана көрсетіледі.	Жеке нөмір немесе ҚОНАҚ режимі таңдалмаған. (Жеке нөмір немесе ҚОНАҚ режимі көрсетілмеген.)	Өлшеу жасаудың алдында жеке нөмірді немесе ҚОНАҚ режимін таңдаңыз.
Түйме жауап бермейді.	Сіз жабдықта тұрғаныңызды түймені бастыңыз.	Жабдықтан аяғыңызды алып, түймені басыңыз.
	Түйме ылғалды немесе ластанған.	Өлшеу жасаудың алдында суды немесе дақты сүртіп тастаңыз.
	Сіз екі немесе одан көп түймені бір уақытта бастыңыз.	Тек бір түймені басыңыз.
Егер ешнәрсе істемесеңіз, қуат өшеді.	«Қуат ӨШІРУ функциясы туралы» бөлімін қараңыз. (2-бөлімді қараңыз.)	
Деректерді жіберу сәтсіз аяқталды	«Анықтама» бөлімін «OMRON connect» қолданбасында қараңыз.	

16. Техникалық деректер

Өнімнің санаты	Дене құрамының талдағыштары	
Өнім сипаттамасы	Дене құрамының монитормы	
Үлгісі (код)	VIVA (HBF-222T-EVK)	
Дисплей*	Дене салмағы:	2,0–150,0 кг 0,1 кг қадамымен (4,4–330,0 фунт 0,2 қадамымен) (0 ст 4,4 фунт – 23 ст 8,0 фунт 0,2 фунт қадамымен)
	Денедегі май пайызы:	5,0–60,0% 0,1% қадамымен
	Қаңқа бұлшықеттерінің пайызы:	5,0–50,0% 0,1% қадамымен
	ДМИ:	7,0–90,0 0,1% қадамымен
	Негізгі зат алмасу:	385–3999 ккал 1 ккал қадамымен
	Ішкі май деңгейі:	30 деңгей 1 деңгей қадамымен
	Денедегі май пайызы, қаңқа бұлшықеттерінің пайызы және ДМИ классификациясы: – (төмен)/0 (қалыпты)/+ (жоғары)/++ (өте жоғары) 4 деңгей	
	Ішкі май деңгейінің классификациясы: 0 (қалыпты)/+ (жоғары)/++ (өте жоғары) 3 деңгей * Денедегі май пайызы және денедегі май пайызының классификациясы параметріне арналған жас шамасының ауқымы 10–80 жас. * Қаңқа бұлшықеттерінің пайызы, қаңқа бұлшықеттері пайызының классификациясы, ішкі май деңгейі, ішкі май деңгейінің классификациясы мен негізгі зат алмасу параметріне арналған жас шамасының ауқымы — 18–80 жас.	
Тасымалдау протоколы	Bluetooth® төмен энергия технологиясы	
Сымсыз байланыс	Жиілік ауқымы: Модульдеу: Тиімді таратылатын қуат:	2,4 ГГц (2400–2483,5 МГц) GFSK <20 дБм
Реттеу элементтері*	Келесі ақпаратты 4 пайдаланушыға дейін сақтауға болады.	
	Өлшеу бірлігі	кг және см/фунт және дюйм/ст-фунт және дюйм
	Туған күні	1900 жыл 1 қаңтар – 2045 жыл 31 желтоқсан
	Жынысы	Ер/әйел
	Бойы	100,0–199,5 см 0,5 см қадамымен (3' 4" – 6' 6 1/2" 1/4" қадамымен)
	* Пайдаланушының бойы 100,0 см-ден кіші немесе 199,5 см-ден үлкен болғанда: ДМИ және дене құрамының өлшеу нәтижелері анықтама ретінде берілген.	
Салмақ дәлдігі	2,0 кг – 40,0 кг: ± 0,4 кг (4,4 фунт – 88,2 фунт: ± 0,88 фунт) (4,4 фунт – 6 ст 4,2 фунт: ± 0,88 фунт)	
	40,0 кг – 150,0 кг: ± 1% (88,2 фунт – 330,0 фунт: ± 1%) (6 ст 4,2 фунт – 23 ст 8,0 фунт: ± 1%)	
Дәлдік (S.E.E.)	Денедегі май пайызы:	3,5%
	Қаңқа бұлшықеттерінің пайызы:	3,5%
	Ішкі май деңгейі:	3 деңгей

Ұзақ кезең	5 жыл
IP классификациясы	IP21* * IP жіктеуі — IEC 60529 стандартына сәйкес корпуспен берілетін қорғаныс деңгейі. Бұл құрылғы диаметрі 12,5 мм және саусақтан да үлкен қатты бөгде нысандардан қорғайды. Бұл құрылғыны қалыпты пайдалану барысында мәселелерге себеп болуы мүмкін тікелей түсетін су тамшыларынан қорғайды.
Қуат көзі	4 AAA сілтілі батарея (LR03)
Батареяларының жарамдылық мерзімі	Шамамен 6 ай (AAA сілтілі батареялар төрт өлшеуге, төрт деректер тасымалдауына және төрт пайдаланушыға 23°C бөлме температурасында пайдаланылғанда)
Жұмыс температурасы/ ылғалдылығы/ауа қысымы	+5°C – +40°C, 30% – 85% RH (конденсациясыз), 860 гПа – 1060 гПа
Сақтау және тасымалдау температурасы/ ылғалдылығы/ауа қысымы	-20°C – +60°C, 10% – 95% RH (конденсациясыз), 860 гПа – 1060 гПа
Салмағы	Шамамен 1,6 кг (батареяларды қоса)
Сыртқы өлшемдері	Шамамен 285 (Е) × 28 (Б) × 280 (Қ) мм (шамамен 11 1/5" (Е) × 1 1/10" (Б) × 11" (Қ))
Мазмұны	Дене құрамының монитормы, 4 AAA сілтілі батарея (LR03), орнату нұсқаулары, пайдалану нұсқаулығы

Ескертпе

- Алдын ала ескертпесіз техникалық өзгерістер жасалуы мүмкін.
- Осы құрылғыға қатысты орын алған кез келген күрделі оқиға туралы өндірушіге және сіз тіркелген мүше мемлекеттің уәкілетті органына хабарлаңыз.

CE 0197 UK
CA
0086



Бұл өнім лицензияланбаған 2,4 ГГц ISM диапазонында жұмыс істейді. Егер өнім басқа сымсыз құрылғылардың, сондай-ақ осы өнімнің жиілігімен бірдей жиілікте жұмыс істейтін қысқа толқынды пеш пен сымсыз LAN құрылғыларының айналасында пайдаланылса, онда осы өнім мен сондай басқа құрылғылардың арасында кедергі пайда болуы мүмкін. Егер осындай кедергі пайда болса, осы өнімді пайдаланудың алдында басқа құрылғылардың жұмысын тоқтатыңыз немесе осы өнімнің орнын ауыстырыңыз не осы өнімді басқа сымсыз құрылғылардың айналасында пайдаланбаңыз.



Bluetooth® су белгісі және логотиптері — Bluetooth SIG, Inc. компаниясының иелігіндегі тіркелген сауда белгілері және OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. компаниясының осы белгілерді пайдаланылуы лицензия бойынша орындалады.

Осымен OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. компаниясы VIVA (HBF-222T-EBK) түріндегі радиожабдығы 2014/53/EО директивасына сәйкес келетінін мәлімдейді.

EO декларациясының толық мәтінін келесі интернет мекенжайы бойынша алуға болады: www.omron-healthcare.com.

Apple және Apple логотипі — АҚШ-та және басқа елдерде тіркелген Apple Inc. компаниясының сауда белгілері.

App Store — Apple Inc. компаниясының қызмет белгісі

Android, Google Play логотипі — Google Inc. компаниясының сауда белгілері

Электромагниттік үйлесімділікке (ЭМУ) қатысты маңызды ақпарат

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. компаниясы шығарған HBF-222T-EBK EN60601-1-2:2015 электромагниттік үйлесімділік (ЭМУ) стандартына сәйкес. Осы ЭМУ стандартына қатысты қосымша құжаттама осы пайдалану нұсқаулығында көрсетілген OMRON HEALTHCARE EUROPE компаниясының мекенжайында немесе www.omron-healthcare.com веб-сайтында қолжетімді. Веб-сайттағы HBF-222T-EBK арналған ЭМУ ақпаратын қараңыз.

KZ

Кепілдік

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. компаниясы осы өнімге сатып алғаннан кейін 3 жыл кепілдік береді.

Кепілдік қақпақ батареясына, қаптамаға және/немесе пайдаланушы қате пайдаланудан (мысалы, құлату немесе физикалық қате пайдалану) пайда болған кез келген түрдегі зақымдануларды қамтымайды. Мәлімденген өнімдер бастапқы шот-фактурамен/түбіртекпен бірге қайтарылған кезде ғана ауыстырылады.

Осы өнімді дұрыс утилизациялау (электр және электрондық жабдық қалдығы)



Өнімде немесе оның әдебиетінде көрсетілген осы белгі өнімнің қызмет мерзімі аяқталған соң үй қалдықтарымен бірге утилизацияланбауы керектігін білдіреді. Қалдықтардың бақылаусыз утилизациялануы салдарынан қоршаған ортаға немесе адам денсаулығына келтірілуі мүмкін зиянды болдырмау үшін, оны қалдықтардың басқа түрлерінен бөліп, материалдық қорлардың тиімді жолмен қайта пайдалануы үшін тиісінше жолмен қайта өңдеуіңізді өтінеміз.

Үй пайдаланушылары осы өнімді қоршаған ортаға қауіпсіз қайта өңдеуге болатын орын және әдіс туралы толық білу үшін осы өнімді сатып алған сатушыға немесе жергілікті билік органына хабарласуы керек.

Коммерциялық пайдаланушы жеткізушімен хабарласуы және сатып алу келісімшартының шарттарын тексеруі тиіс. Бұл өнімді утилизациялауға арналған басқа коммерциялық қоқыспен араластыруға болмайды.

Бұл өнімнің құрамында қауіпті заттар жоқ.

Пайдаланылған батареяларды утилизациялау батареяларды утилизациялау жөніндегі мемлекеттік ережелерге сәйкес жүргізілуі тиіс.

Үлгідегі қатысты белгілердің сипаттамасын өнімнің өзінен, өнімнің сатылым қаптамасынан немесе IM кодынан табуға болады.

	Аппараттың жұмыс бөлігі - BF түрі Электр тогының соғуынан қорғау деңгейі (тоқтың шығуы)		Сериялық нөмірі
IP XX	IEC 60529 стандарты қамтамасыз еткен рұқсатсыз кіруден қорғау деңгейі		Температура шектеуі
	CE белгісі		Ылғалдылық шектеуі
	GOST-R белгісі		Ауа қысымы шектеуі
	Еуропалық сәйкестік белгісі		Тұрақты ток
	Пайдалану нұсқауларымен танысу үшін пайдаланушыға қажет		Бұл өнімді медициналық имплантандары (мыс., жүрекширатқыштар, жасанды жүрек, өкпе) немесе басқа тіршілікті қамтамасыз ететін жүйелері бар пайдаланушылар пайдаланбауы қажет.
	Медициналық құрылғы		Өндірілген күні
	UKCA белгісі		Бірегей құрылғы идентификаторы

17. Дене құрамы туралы ақпарат

Дене құрамын есептеу әдісі

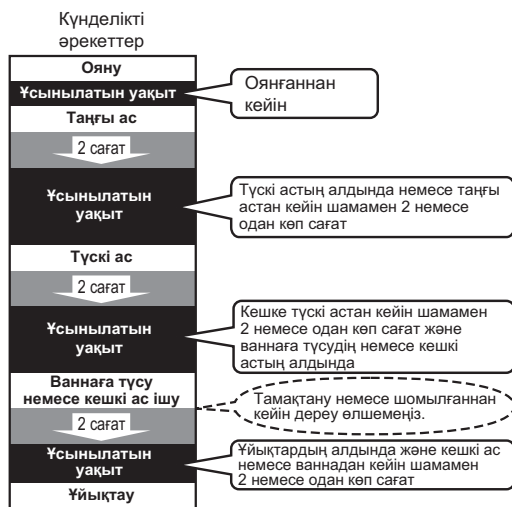
Денедегі майда төмен электрлік өткізгіштік қасиетіне ие

VIVA биоэлектрлік импеданс (БИ) әдісі арқылы денедегі май пайызын есептейді. Бұлшықеттер, қан тамырлары мен сүйектер — электр қуатын оңай өткізетін су мөлшері жоғары дене тіндері. Денедегі май — төмен электрлік өткізгіштік қасиетіне ие тін. VIVA құрылғысы май тінінің мөлшерін анықтау үшін 50 кГц және 500 мкА шамасынан кем емес өте әлсіз электр тоғы денеңіз арқылы жібереді. VIVA құрылғысы жұмыс істеп тұрғанда осы әлсіз электр тоғы сезілмейді.

Шкала дене құрамын анықтау мақсатында, OMRON құрылғысының дене құрамының деректеріне негізделген нәтижелерді жасау үшін ол бой, салмақ, жас мөлшері және жыныс ақпаратымен бірге электрлік импедансты пайдаланады.

Ұсынылатын өлшеу уақыты

Денедегі май пайызындағы қалыпты өзгерістерді түсіну семіздіктің алдын алуға немесе азайтуға көмектеседі. Денедегі май пайызы өзіңіздің күнделікті жоспарыңыздың ауқымында өзгеретін уақытын біліп, денеңіздегі майдың дәл ауытқуын алуға болады. Бұл құрылғыны жоғарыда айтылған ортада және күнделікті жағдайларда пайдалану ұсынылады. (Диаграмманы қараңыз)



KZ

Өлшеулерді келесі жағдайларда жасамаңыз:

- Қарқынды жаттығулардан кейін, ванна немесе саунаға түскеннен кейін дереу.
 - Алкоголь немесе көп мөлшердегі суды ішкеннен кейін, тамақтанудан кейін (шамамен 2 сағат).
- Егер өлшеу осы физикалық жағдайларда жасалса, есептелген дене құрамы нақты дене құрамынан едәуір өзгеше болуы мүмкін, себебі денедегі су құрамы өзгереді.

ДМИ (дене массасының индексі) деген не?

ДМИ пайдаланушының салмағы мен бойы арасындағы аралық коэффициентті көрсету үшін келесі қарапайым формуланы пайдаланады.

$$\text{ДМИ} = \text{салмақ (кг)} / \text{бой (м)} / \text{бой (м)}$$

OMRON VIVA құрылғысы ДМИ классификациясын есептеу үшін жеке нөміріңізде сақталатын немесе Қонақ режиміне ақпаратты енгізгендегі бой ақпаратын пайдаланады.

Егер ДМИ анықтаған май деңгейі халықаралық стандарттан жоғары болса, кең таралған аурулардың пайда болу ықтималдылығы жоғары. Дегенмен, ДМИ майдың барлық түрін анықтай бермейді.

Денедегі май пайызы деген не?

Денедегі май пайызы пайыз мәнінде берілген жалпы дене салмағының қатынасындағы денедегі май массасының мөлшеріне жатады.

$$\text{Денедегі май пайызы (\%)} = \left\{ \frac{\text{денедегі май массасы (кг)}}{\text{дене салмағы (кг)}} \right\} \times 100$$

VIVA құрылғысы денедегі май пайызын бақылау үшін БИ әдісін пайдаланады.

Денедегі майдың таралу жеріне байланысты ол ішкі май немесе тері асты майы деп классификацияланады.

Ішкі май деңгейі деген не?

Ішкі май = ішкі мүшелердің айналасындағы май

Ішкі май тым көп болса, қан ағысындағы май деңгейінің артуына әкеліп, инсулинге энергияны қан ағысынан тасымалдап, оны жасушаларда пайдалану мүмкіндігін нашарлататын гиперлипидемия мен диабет сияқты ауруларды таралуына әкелуі мүмкін. Жалпы аурулардың алдын алу немесе жағдайларын жақсарту мақсатында ішкі май деңгейлерін қажетті деңгейге дейін түсіру маңызды болып табылады. Ішкі май деңгейлері жоғары адамдардың асқазандары үлкен. Дегенмен, ол барлық кезде олай емес және ішкі майдың жоғары деңгейлері метаболизмдік семіздікке әкелуі мүмкін. Метаболизмдік семіздік (қалыпты салмақпен ішкі мүшелердің семіздігі) — пайдаланушының салмағы оның бойының деңгейінде немесе стандарттан төмен болса да, орташадан жоғары май деңгейі.



Тері асты майы деген не?

Тері асты майы = терінің астындағы май

Тері асты майы асқазанның айналасында ғана емес, иықтың, жанбас пен санның айналасында жиналып, дене үйлесімділігінің бұзылуына әкелуі мүмкін. Ол жүректің қысымын арттырып, басқа асқынуларға әкеледі деп есептеледі, бірақ ол ауру қауіпінің артына қатысты емес. Тері асты майы осы жабдықта көрсетілмейді, бірақ денедегі май пайызына кіреді.



Қаңқа бұлшықеттері деген не?

Бұлшықеттер екі түрге бөлінеді: жүрек сияқты ішкі мүшелердегі бұлшықеттер және денені қозғалысқа келтіретін сүйектерге бекітілген қаңқа бұлшықеттері. Қаңқа бұлшықеттерін жаттығулар мен басқа қозғалыстар арқылы өсіруге болады. Қаңқа бұлшықеттері коэффициентінің артуы дене энергияны оңай жаға алатынын білдіреді, ал ол майға айналу ықтималдылығы төмен екенін білдіреді және қарқынды өмір салтын жүргізуді жеңілдетеді.

Негізгі зат алмасу деген не?

Дененің күнделікті жұмыстарын қолдау үшін, белсенділік деңгейіңізге қарамастан, калория тұтынудың ең төмен деңгейі қажет. Негізгі зат алмасу — дененің жұмысына қажетті энергияны қамтамасыз ету үшін тұтынылатын калория мөлшерін көрсетеді.

18. Өлшеу нәтижелерін интерпретациялау диаграммалары

Денедегі май пайызының нәтижесін интерпретациялау

	Жас шамасы	-(төмен)	0(қалыпты)	+(жоғары)	++(өте жоғары)
Әйел	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%
Ер	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%	

KZ

HD McCarthy et al семіруге қатысты халықаралық журналында (2006 ж. 30-шығарылым) және Gallagher et al. клиникалық тамақтанудың америкалық журналы (2000 ж. 72-шығарылым) және OMRON HEALTHCARE компаниясы төрт деңгейге классификациялайды.

Ішкі май деңгейінің нәтижесін интерпретациялау

Ішкі май деңгейі	Деңгей классификациясы
1–9	0 (қалыпты)
10–14	+(жоғары)
15–30	++(өте жоғары)

OMRON HEALTHCARE суреттеріне сәйкес.

Қаңқа бұлшықеттері пайызының нәтижесін интерпретациялау



	Жас шамасы	-(төмен)	0(қалыпты)	+(жоғары)	++(өте жоғары)
Әйел	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%
Ер	18–39	< 33,3%	33,3–39,3%	39,4–44,0%	≧ 44,1%
	40–59	< 33,1%	33,1–39,1%	39,2–43,8%	≧ 43,9%
	60–80	< 32,9%	32,9–38,9%	39,0–43,6%	≧ 43,7%

OMRON HEALTHCARE суреттеріне сәйкес.

ДМИ нәтижесін тексеру

ДМИ	ДМИ (ДДСҰ тағайындауы)
< 18,5	- (салмақ жетіспеушілік)
18,5–24,9	0 (қалыпты)
25–29,9	+ (артық салмақ)
≧ 30	++ (семіз)

KZ

<p>Өндіруші</p> 	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 ЖАПОНИЯ</p>
<p>ЕО-дағы өкілдігі</p> 	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, НИДЕРЛАНДЫ www.omron-healthcare.com</p>
<p>ЕО-ға импорттаушы</p>	
<p>Өндірістік бөлімшесі</p>	<p>Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Қытай</p>
<p>Филиалдары</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LTD. Ұлыбританияға импорттаушы және Ұлыбритания жауапты тұлғасы Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors</p>
	<p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors</p>
	<p>OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors</p>