

Body Composition Monitor VIVA (HBF-222T-EBK)

• Instrukcja obsługi

PL

Dziękujemy za zakup analizatora składu ciała OMRON Body Composition Monitor.

Przed przystąpieniem do użytkowania tego urządzenia należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi w celu zrozumienia zasad bezpiecznego, prawidłowego korzystania z urządzenia.

Instrukcję należy zachować na przyszłość.

VIVA

Body Composition Monitor

Przeznaczenie

Dziękujemy za zakup urządzenia OMRON Body Composition Monitor. Urządzenie służy do pomiaru i wyświetlania wymienionych niżej parametrów składu ciała.

- Masa ciała
- Tłuszcz trzewny (do 30 poziomów)
- Metabolizm spoczynkowy (w kcal)
- Tkanka tłuszczowa w ciele (in %)
- Mięśnie szkieletowe (w %)
- BMI (wskaźnik masy ciała)

Urządzenie jest przeznaczone do obsługi przez osoby dorosłe, które są w stanie zrozumieć treść niniejszej instrukcji obsługi. Nie jest ono przeznaczone do zastosowań profesjonalnych w szpitalach ani innych placówkach medycznych; jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego.






Przed użyciem i w celu uzyskania szczegółowych informacji na temat poszczególnych funkcji należy dokładnie przeczytać tę instrukcję obsługi.

Spis treści

Przed użyciem urządzenia	2
Uwagi dotyczące bezpieczeństwa	2
1. Budowa urządzenia	4
2. Wkładanie i wymiana baterii	5
3. Parowanie analizatora z urządzeniem typu smart	6
4. Ustawianie jednostki pomiaru, daty i godziny	7
5. Zapisywanie danych prywatnych	8
Instrukcja obsługi	9
6. Dokonywanie dokładnego pomiaru	9
6.1 Prawidłowa postawa podczas pomiaru	9
6.2 Korekcja 0 kg (dot. przechowywania)	10
6.3 Włączanie funkcji Korekcja 0 kg	10
7. Wykonywanie pomiaru	10
Korzystanie z funkcji pamięci	12
8. Wyświetlanie wyników pomiaru na urządzeniu smart	12
W razie konieczności	13
9. Wybierz swój numer osobisty i dokonaj pomiaru	13
10. Tryb Guest (Gość) (tryb Bez zapisywania)	14
11. Pomiar wyłącznie masy ciała	15
12. Zmiana lub usuwanie danych prywatnych	16
13. Usuń ustawienie połączenia	17
14. Konserwacja i przechowywanie	17
15. Rozwiązywanie problemów	18
16. Dane techniczne	21
Informacje na temat składu ciała	24
17. Informacje na temat składu ciała	24
18. Wykresy interpretacji wyników pomiaru	26

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

Poniżej znajduje się lista symboli i ich definicje:

 Niebezpieczeństwo:	Nieprawidłowe użycie może być przyczyną śmierci lub poważnych obrażeń.
 Ostrzeżenie:	Nieprawidłowe użycie grozi śmiercią lub poważnymi obrażeniami ciała.
 Przestroga:	Nieprawidłowe użycie może spowodować obrażenia ciała lub uszkodzenie mienia.

Niebezpieczeństwo:

- Nigdy nie wolno stosować urządzenia razem z elektronicznymi urządzeniami medycznymi, takimi jak:
 - (1) Medyczne implanty elektroniczne, np. rozruszniki serca;
 - (2) Elektroniczna aparatura podtrzymująca życie, jak np. sztuczne serce/płuco;
 - (3) Przenośne elektroniczne urządzenia medyczne, takie jak elektrokardiograf.Urządzenie może zakłócić działanie tych urządzeń, powodując zagrożenie dla zdrowia osób z nich korzystających.



Ostrzeżenie:

- Urządzenie należy chronić przed dziećmi. Zawiera drobne części, które po połknięciu przez niemowlęta mogą grozić zadławieniem.
- Urządzenia nie należy używać na śliskich powierzchniach, takich jak mokra podłoga.
- Nie należy skakać po analizatorze ani w niego uderzać.
- Nie należy używać urządzenia, kiedy całe ciało lub stopy są mokre, np. po kąpieli.
- Na urządzeniu należy stawać boso. Stawanie w skarpetkach na urządzeniu może prowadzić do poślizgnięcia się i urazu.
- Nie należy stawać na krawędzi ani na wyświetlaczu analizatora.
- Ludzie niepełnosprawni lub słabi fizycznie powinni korzystać z urządzenia w asyście innej osoby.
- Jeśli płyn z baterii dostanie się do oczu, należy natychmiast przepłukać je dużą ilością czystej wody. Należy natychmiast udać się do lekarza.
- Analizatora nie należy używać w szpitalach, na pokładach samolotów ani w żadnym innym środowisku, w którym korzystanie z fal radiowych jest ograniczone lub zakazane.
- Urządzenie emituje częstotliwości radiowe (RF) w paśmie 2,4 GHz. Analizatora nie należy używać w miejscach, w których częstotliwości radiowe (RF) są zakazane, na przykład na pokładzie samolotu lub w szpitalach.

PL

Przestroga:

- Nie należy rozmontowywać, naprawiać lub modyfikować urządzenia.
- Nie należy przystępować do redukcji masy ciała lub programu ćwiczeń bez uprzedniej konsultacji z lekarzem. Próby samodzielnej oceny własnego stanu zdrowia mogą szkodzić zdrowiu.
- W trakcie pomiaru należy upewnić się, że telefon komórkowy i inne urządzenia elektryczne wytwarzające pole elektromagnetyczne znajdują się w odległości co najmniej 30 cm od urządzenia. W przeciwnym razie mogą one wpływać niekorzystnie na działanie analizatora i/lub powodować jego nieprawidłowe odczyty.
- Należy używać baterii o typie wskazanym dla tego urządzenia. Baterie należy wkładać zgodnie z podaną biegunowością.
- Zużyte baterie należy bezzwłocznie wymienić na nowe.
- Nie wrzucać baterii do ognia.

- Jeśli płyn z baterii dostanie się na skórę lub ubranie, należy natychmiast splukać go dużą ilością czystej wody.
- Jeśli urządzenie nie będzie używane przez dłuższy czas (w przybliżeniu 3 miesiące lub dłużej), należy wyjąć z niego baterie.
- Nie należy korzystać jednocześnie z różnych rodzajów baterii.
- Nie używać nowych i zużytych baterii jednocześnie.
- Przed użyciem analizatora każdorazowo należy umyć stopy. W przypadku infekcji stóp lub innej choroby skóry istnieje ryzyko przeniesienia zakażenia na innych.
- Jeżeli z urządzenia będzie korzystał kilka osób, po każdym użyciu należy przetrzeć je ściereczką zanurzoną w łagodnym roztworze detergentu. Następnie wyczyszczone powierzchnie wytrzeć do sucha.
- Urządzenia nie należy wykorzystywać w celach innych niż opisane w instrukcji.
- Ponieważ urządzenie służy do pomiarów precyzyjnych, nie należy go upuszczać, wstrząsać ani w nie uderzać.

Transmisja danych

- Nie należy wymieniać baterii w trakcie transmisji wyniku pomiaru do urządzenia smart. Może to powodować zakłóceniami pracy urządzenia i niepowodzeniem transmisji wyniku pomiaru.
- Nie należy umieszczać kart ze zintegrowanym obwodem, magnesów, przedmiotów metalowych ani innych urządzeń, które wytwarzają pole elektromagnetyczne w pobliżu analizatora w trakcie transmisji wyników do urządzenia smart. Może to powodować nieprawidłowe działanie urządzenia i uniemożliwić przesłanie wyników pomiaru.

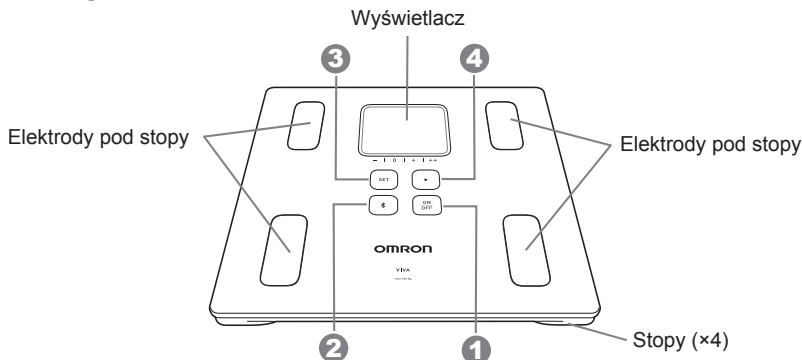
Nieprawidłowy pomiar

Do nieprawidłowego pomiaru może dojść w przypadku niżej wymienionych użytkowników: osób starszych (w wieku ponad 81 lat) / osób gorączkujących / kulturystów lub osób intensywnie trenujących / pacjentów poddawanych dializie / pacjentów z osteoporozą mających bardzo niską gęstość kości / kobiet w ciąży / osób z obrzękiem.

- Dzieje się tak, ponieważ skład ciała, np. ilość zawartej w nim wody, może ulegać znaczącym odchyleniom od wartości przeciętnych.

1. Budowa urządzenia

Jednostka główna



1		Przycisk ON/OFF (Wł./Wył.) <ul style="list-style-type: none"> Naciśnij ten przycisk, aby włączyć analizator. Naciśnij ten przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.
2		Przycisk Bluetooth <ul style="list-style-type: none"> Naciśnij ten przycisk, aby przesłać dane ręcznie. Naciśnij ten przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby sparować analizator z urządzeniem smart. ※ Z tego przycisku można korzystać także w przypadku wyłączonego zasilania.
3		Przycisk SET (Ustaw) <ul style="list-style-type: none"> Naciśnij ten przycisk, aby skonfigurować ustawienia lub zatwierdzić dane.
4		Przycisk Advance (Przejdź dalej) <ul style="list-style-type: none"> Naciśnij ten przycisk, aby przejść dalej. Naciśnij i przytrzymaj ten przycisk, aby szybko przechodzić pomiędzy ustawieniami daty, godziny i wzrostu.

PL

Wyświetlacz

Symbol wagi
Świeci podczas pomiaru wyłącznie masy ciała.

Symbol numeru osobistego
Świeci, gdy wyświetlany jest numer osobisty.

Symbol baterii
(niski poziom naładowania/wyczerpany)

Symbol SYNC
Symbol Bluetooth

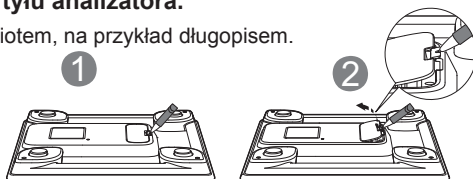
Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej, poziom trzewnej tkanki tłuszczowej, procentowa zawartość mięśni szkieletowych oraz wskaźnik BMI

Symbol numeru osobistego
GUEST WEIGHTFAT VISCERALFAT MUSCLE RMBMI CHANGE DEL
OK? AGE cm kcal % kg
st 1/41/23/4 inchlb
- | 0 | + | ++

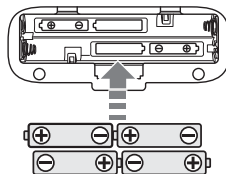
2. Wkładanie i wymiana baterii

1. Otwórz pokrywę baterii znajdującą się z tyłu analizatora.

Można w tym celu posłużyć się twardym przedmiotem, na przykład długopisem.






2. Zainstaluj baterie w poprawnym położeniu, zgodnie z oznaczeniami wewnątrz komory na baterie.



3. Zamknij pokrywę baterii.


Żywotność i wymiana baterii

- Ok. 6 miesięcy (w przypadku baterii alkalicznych AAA używanych do czterech pomiarów, czterech przesyłów danych i czterech osób dziennie w pomieszczeniu o temperaturze 23°C)
 - Ponieważ dostarczane baterie służą jedynie do stosowania przez okres próbny, ich żywotność może być krótsza.
- Po pojawieniu się na wyświetlaczu symbolu wyczerpanej baterii  należy wymienić wszystkie cztery baterie na nowe.
 - Wszystkie cztery baterie należy wymieniać na nowe (tego samego typu) w tym samym czasie.
 - Jeżeli miga symbol niskiego poziomu naładowania baterii , zaleca się wcześniej wymianę baterii.
- Przed wymianą baterii należy wyłączyć urządzenie.
 - Dane prywatne przechowywane w pamięci analizatora pozostają zapisane nawet po wyjęciu baterii.
 - Zużyte baterie należy usunąć zgodnie z krajowymi przepisami dotyczącymi ich utylizacji.
- W przypadku wymiany baterii należy zresetować jednostkę pomiaru, datę i godzinę. (Patrz część 4).
 - W przypadku dokonania sparowania za pomocą aplikacji OMRON connect naciśnij przycisk , aby nawiązać połączenie z tą aplikacją; data i godzina zostaną ustawione automatycznie.

Symbol wyczerpanych baterii



Funkcja wyłączenia zasilania

- Naciśnij przycisk  (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.
- Zasilanie wyłączy się automatycznie w przypadku spełnienia jednego z następujących warunków:
 - Upłynęło 10 sekund po wyświetleniu komunikatu „Err” (Błąd),
 - Analizator nie był używany przez 1 minutę po wyświetleniu wartości „0,0 kg”,
 - Analizator nie był używany przez 3 minuty.



3. Parowanie analizatora z urządzeniem typu smart

1. Włącz funkcję Bluetooth w urządzeniu smart.
2. Pobierz i zainstaluj aplikację OMRON connect w urządzeniu smart.

Masz do wyboru 2 metody.

■ Zeskanowanie kodu QR w celu uzyskania dostępu do następującego adresu.



omronconnect.com/setup

Kod QR

■ Wyszukanie aplikacji OMRON connect w sklepach App Store lub Google Play.



PL

3. Otwórz aplikację w urządzeniu smart i wykonaj instrukcję konfiguracji i parowania.

Jeżeli masz już aplikację OMRON connect, wybierz kolejno opcje:

Menu (Menu) >Device (Urządzenie) >Add Device (Dodaj urządzenie).

UWAGI

- Jedno urządzenie smart zarządza danymi jednego użytkownika.
- W przypadku korzystania z aplikacji innej niż OMRON connect przesył danych może przebiegać nieprawidłowo.
- Aby dowiedzieć się więcej, zapoznaj się z informacjami na temat metody i instrukcji użytkownika w aplikacji.

4. Ustawianie jednostki pomiaru, daty i godziny



Ustawienie jednostki pomiaru, daty i godziny jest konieczne przed przystąpieniem do pierwszego pomiaru oraz po każdej wymianie baterii.

• Datę i godzinę można również ustawić za pomocą aplikacji OMRON connect.

1. Naciśnij przycisk , aby włączyć analizator.



Na wyświetlaczu zacznie migać komunikat „kg & cm” (kg i cm).


2. Ustaw jednostkę pomiaru.

Naciśnij przycisk , aby zmienić ustawienie, a następnie naciśnij przycisk , aby je potwierdzić.

- Domyślną jednostką pomiaru jest „kg & cm” (kg i cm).
- Istnieje możliwość ustawienia jednostki „lb & inch” (funty i cale) lub „st-lb & inch” (kamienie-funty i cale).


3. Ustaw w analizatorze prawidłową datę i godzinę.

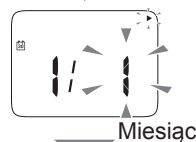
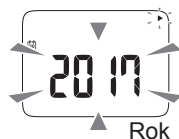
Naciśnij przycisk , aby zmienić ustawienie, a następnie naciśnij przycisk , aby je potwierdzić.

- Wybór roku z zakresu: od 2017 do 2045.
- Czas podawany jest w formacie 24-godzinnym.
- W czasie ustawiania roku, daty, godziny i minuty przytrzymaj przycisk , aby szybko zmieniać wartości w przedziale co 10.

Po wyświetleniu wszystkich ustawień dla jednostki pomiaru, roku, miesiąca, dnia, godziny i minuty w podanej kolejności nastąpi automatyczne wyłączenie analizatora.

UWAGI

- Jeżeli w trakcie wprowadzania ustawień popełnisz błąd, naciśnij przycisk , aby wyłączyć analizator, po czym wykonaj ponownie procedurę, zaczynając od kroku 1.
- Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia. Ustaw od nowa jednostkę pomiaru, datę i godzinę.
- Aby zmodyfikować jednostkę pomiaru, datę lub godzinę, wyjmij baterie i poczekaj co najmniej 20 sekund. Następnie włóż baterie i ponownie ustaw parametry.



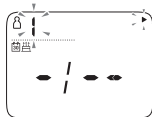
5. Zapisywanie danych prywatnych

W przypadku pomiaru składu ciała konieczne jest zapisanie danych prywatnych (data urodzenia, płeć, wzrost). Urządzenie oferuje możliwość zapisania danych dla maksymalnie 4 osób.



- Dane prywatne można zarejestrować także z poziomu aplikacji OMRON connect.

1. Naciśnij przycisk , aby włączyć analizator.



Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”. Nastąpi wyświetlenie daty urodzenia (- / - -).




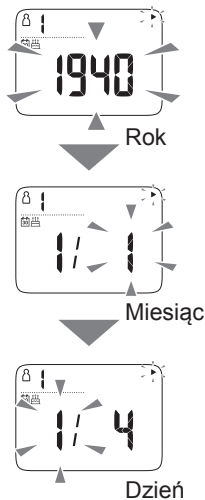
2. Wybierz i potwierdź swój numer osobisty.

Naciśnij przycisk , aby wybrać swój numer osobisty, a następnie naciśnij przycisk , aby potwierdzić wybór.





3. Ustaw datę urodzenia.

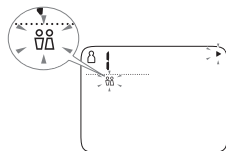
Naciśnij przycisk , aby ustawić datę urodzenia, a następnie naciśnij przycisk , aby potwierdzić wybór.

- Wybór roku z zakresu: od 1900 do 2045
- W czasie ustawiania daty i roku przytrzymaj przycisk , aby szybko zmieniać wartości co 10.





4. Ustaw płeć

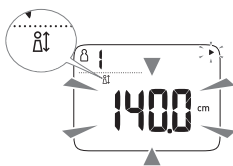
Naciśnij przycisk , aby ustawić płeć  ((MALE) (Mężczyzna) lub  (FEMALE) (Kobieta)), a następnie naciśnij przycisk , aby potwierdzić.



5. Ustaw wzrost.

Naciśnij przycisk , aby ustawić wzrost, a następnie naciśnij przycisk , aby je potwierdzić.

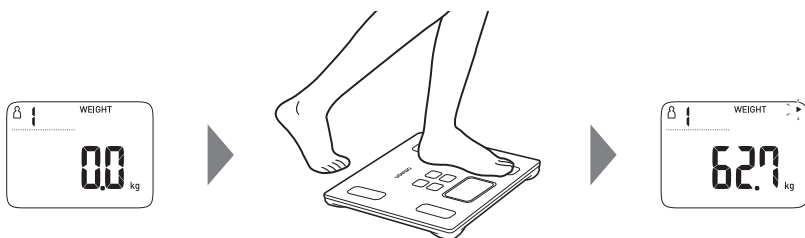
- Naciskaj stale przycisk, aby szybko zmieniać wartości co 10 cm (lub 1 cal).
- Po wyświetleniu wszystkich ustawień w celu ich potwierdzenia, na wyświetlaczu pojawi się wartość „0,0 kg”.



6. Aby dokonać pomiaru, wejdź na analizator w czasie wyświetlania wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

Dane dotyczące masy i składu ciała są zapisywane w urządzeniu, co ułatwia automatyczne rozpoznawanie.

Po chwili pojawią się wyniki pomiaru.



7. Po wyświetleniu wyników pomiaru zjeżdź z analizatora.

Rejestracja danych prywatnych dobiegła końca.

8. Naciśnij przycisk **ON/OFF** (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

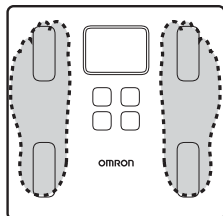
Aby dodać nowe dane prywatne, zacznij procedurę od kroku 1.

Instrukcja obsługi

6. Dokonywanie dokładnego pomiaru

6.1 Prawidłowa postawa podczas pomiaru

Wejdź na analizator bosymi stopami. Ustaw łuki stóp pośrodku analizatora.



Uwaga

- Stawanie na analizatorze w skarpetkach lub obuwu powoduje niedokładne odczyty.



Podczas pomiaru nie uginaj kolan.

Pomiaru należy dokonywać na twardym, płaskim podłożu.

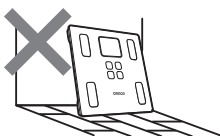
Uwaga

- Miękkie, wyścielane podłoże, np. mata lub dywan, może być przyczyną niedokładnych pomiarów.

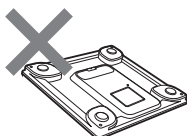
6.2 Korekcja 0 kg (dot. przechowywania)

Analizator regularnie koryguje dokładność w sposób automatyczny, gdy nie jest używany.

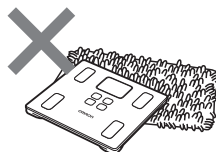
- Jeżeli jest ustawiony w sposób opisany poniżej, funkcja korekcji dokładności nie działa i przed przystąpieniem do pomiaru należy użyć funkcji Korekcja 0 kg.



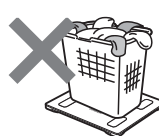
Urządzenie jest oparte o ścianę lub inne obiekty.



Urządzenie leży spodem do góry.



Urządzenie jest umieszczone na innym obiekcie.





Na urządzeniu znajduje się inny przedmiot.

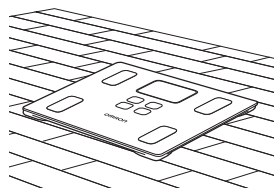
6.3 Włączanie funkcji Korekcja 0 kg


1. Umieść analizator na twardym, płaskim podłożu.

2. Naciśnij przycisk , aby włączyć analizator.

3. Wybierz swój numer osobisty lub „00”.

Wybierz swój numer lub „00” za pomocą przycisku , a następnie naciśnij przycisk , aby potwierdzić wybór.



4. Po wyświetleniu wartości „0,0 kg” (0,0 kg) naciśnij  (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Ta czynność kończy procedurę korekcji 0 kg. Poczekać 5 sekund, a następnie przystąpić do pomiaru.

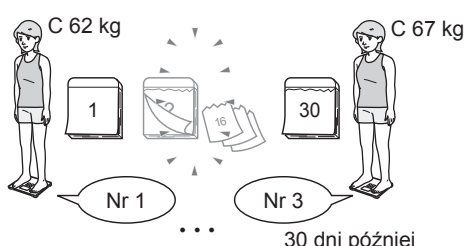
Instrukcja obsługi

7. Wykonywanie pomiaru

Po wejściu osoby na analizator urządzenie włączy się, aby automatycznie rozpoznać numer tej osoby i rozpocząć pomiar.

Błędny numer osobisty może wyświetlać się w podanych niżej przypadkach:

- Pomiary dokonywane są u użytkowników o zbliżonym typie budowy i masie ciała,
- Masa ciała uległa zmianie od czasu ostatniego pomiaru,

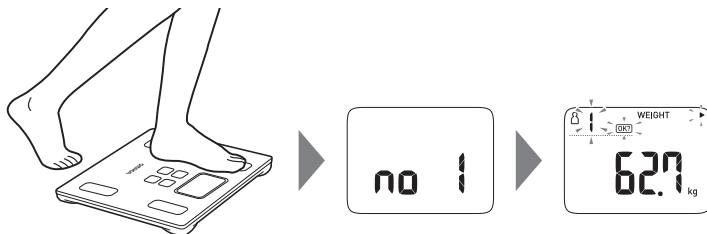


Jeżeli problem z nieprawidłowym rozpoznawaniem utrzymuje się, wybierz swój numer, aby dokonać pomiaru. (Patrz część 9).

PL

1. Wykonaj pomiar po wyłączeniu zasilania analizatora.

Po wejściu na analizator urządzenie automatycznie się włączy.



2. Po wyświetleniu numeru danej osoby i wyników pomiaru pomiar jest zakończony.

Zejdź z analizatora.

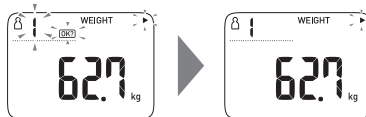
3. Potwierdź swój numer.

■ Jeżeli numer jest prawidłowy...

Naciśnij przycisk **SET**, aby potwierdzić swój numer.

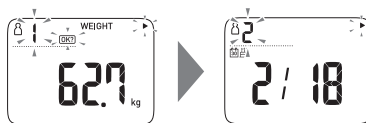
OK? znika.

Nawet jeżeli wyłączysz urządzenie i na wyświetlaczu będzie migać **OK?**, wyniki zostaną zapisane w analizatorze jako wartość pomiaru przypisana do wyświetlanego numeru osobistego.



■ Jeżeli numer jest nieprawidłowy...

Przed wyłączeniem analizatora wybierz swój numer za pomocą przycisku **▶** i naciśnij przycisk **SET**, aby potwierdzić wybór.



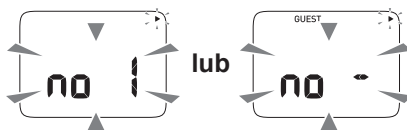
■ Jeżeli potwierdzono nieprawidłowy numer...

Przed wyłączeniem analizatora naciśnij przycisk **SET** w celu ponownego wyboru numeru osobistego.

Jeżeli na wyświetlaczu miga jeden z komunikatów od „no 1” (Nr 1) do „no 4” (Nr 4) lub pojawia się komunikat GUEST (Gość), oznacza to, że dane osobowe nie zostały zapisane w urządzeniu.


Zarejestruj swoje dane prywatne.

Możesz też skorzystać z trybu Guest (Gość).



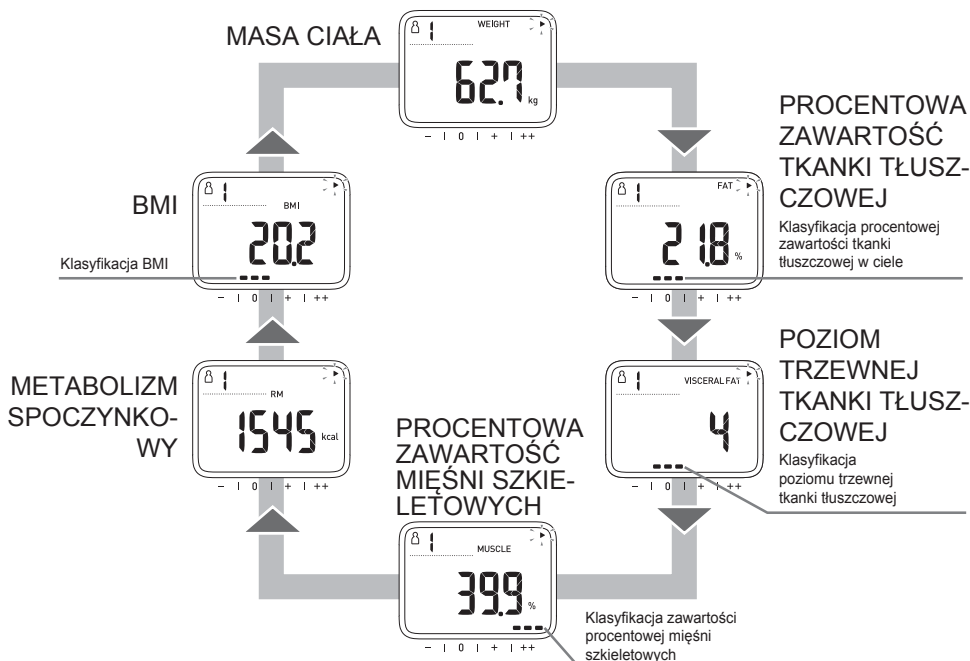
4. Sprawdź wyniki pomiaru.

Wyświetlane wartości zmieniają się cyklicznie, jak przedstawiono na ilustracji poniżej.

Po potwierdzeniu numeru osobistego możesz przejść do wyniku pomiaru, który chcesz wyświetlić, korzystając z przycisku .

Uwaga

- Jako przewodnik po pomiarach mogą posłużyć wskaźniki klasyfikacji Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej, Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej, Procentowa ilość mięśni szkieletowych oraz BMI.
- Aby lepiej zrozumieć wyniki pomiaru, zapoznaj się z informacjami i wykresami w częściach 17 i 18.



5. Naciśnij przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.

Korzystanie z funkcji pamięci

8. Wyświetlanie wyników pomiaru na urządzeniu smart

Aby wyświetlić wyniki pomiarów, postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect.

Następnie możesz potwierdzić zmianę swoich parametrów masy i składu ciała w urządzeniu smart.

Uwaga

- Aplikacja OMRON connect musi być zainstalowana na urządzeniu smart. (Patrz część 3).

9. Wybierz swój numer osobisty i dokonaj pomiaru


Jeżeli często dochodzi do nierozpoznawania numeru osobistego, możesz samodzielnie wybrać numer i dokonać pomiaru w sposób opisany poniżej.

1. Naciśnij przycisk , aby włączyć analizator.

Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.



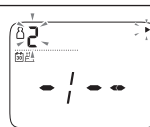
2. Wybierz swój numer osobisty.

Wybierz swój numer za pomocą przycisku .

Po wyświetleniu daty urodzenia (- / - -)

Twoje osobiste dane nie zostały zarejestrowane w powiązaniu z numerem osobistym.

Zarejestruj swoje dane prywatne. (Patrz część 5).

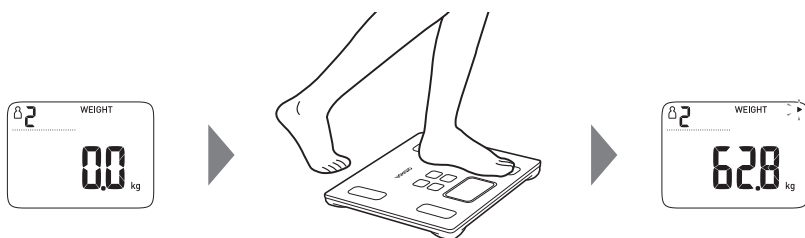


3. Naciśnij przycisk , aby potwierdzić swój numer.

Nastąpi wyświetlenie wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

4. Dokonaj pomiaru, gdy wyświetlana jest wartość „0,0 kg” (0,0 kg).

Wejdź na urządzenie.



5. Sprawdź wyniki pomiaru.

Wyświetlane wartości zmieniają się cyklicznie w sposób automatyczny.

6. Naciśnij przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.



10. Tryb Guest (Gość) (tryb Bez zapisywania)

W przypadku tego trybu wyniki pomiaru nie będą zapisywane.

1. Naciśnij przycisk , aby włączyć analizator.



Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.


2. Wybierz „ -” i zatwierdź wybór.

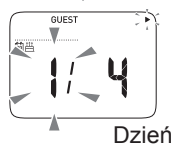
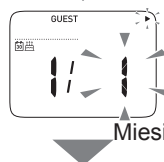
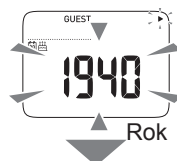
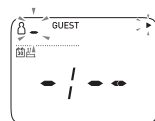
Wybierz opcję GUEST (Gość) za pomocą przycisku  i naciśnij przycisk , aby potwierdzić wybór.

3. Wprowadź dane prywatne.

3.1 Ustaw datę urodzenia.





Naciśnij przycisk , aby ustawić datę urodzenia, a następnie naciśnij przycisk , aby potwierdzić wybór.

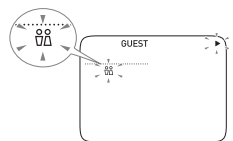
- Wybór roku z zakresu: od 1900 do 2045
- W czasie ustawiania daty i roku przytrzymaj przycisk , aby szybko zmieniać wartości co 10.





PL

3.2 Ustaw płeć

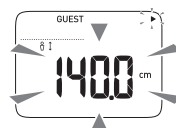
Naciśnij przycisk , aby ustawić płeć  ((MALE) (Mężczyzna) lub  (FEMALE) (Kobieta)), a następnie naciśnij przycisk , aby potwierdzić.



3.3 Ustaw wzrost.

Naciśnij przycisk , aby ustawić wzrost, po czym naciśnij przycisk , aby potwierdzić.

- Naciskaj ciągle, aby szybko zmieniać wartości co 10 cm (lub 1 cal).

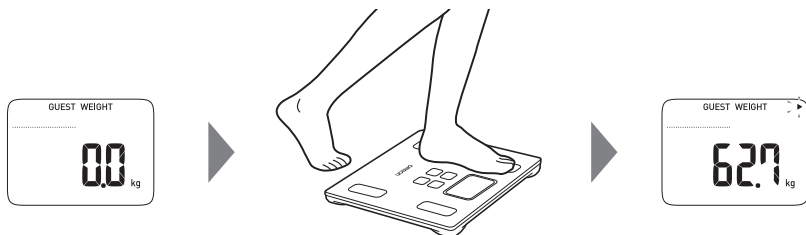


Po wyświetleniu wszystkich ustawień w celu ich potwierdzenia, na wyświetlaczu pojawi się wartość „0,0 kg”.

Analizator wyłączy się, jeżeli nie będzie używany przez 1 minutę po wyświetleniu wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

4. Pomiar rozpocznij po wyświetleniu wartości „0,0 kg” (0,0 kg).

Wejź na urządzenie.



5. Sprawdź wyniki pomiaru.

Wyświetlane wartości zmieniają się cyklicznie w sposób automatyczny.

6. Naciśnij przycisk (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.

W razie konieczności

11. Pomiar wyłącznie masy ciała

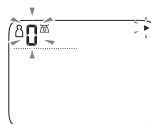
W tym trybie wynik pomiaru nie jest zapisywany.

1. Naciśnij przycisk , aby włączyć analizator.

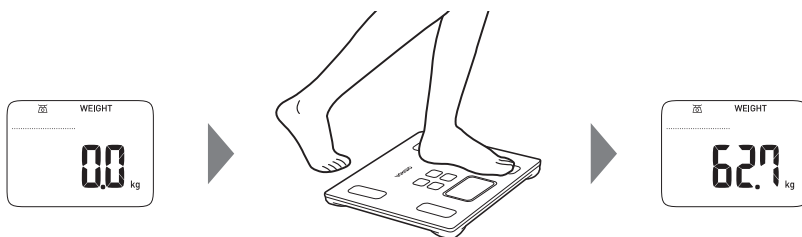
Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.

2. Wybierz „1” i zatwierdź wybór.

Wybierz „1” za pomocą przycisku , a następnie naciśnij przycisk , aby potwierdzić wybór.



3. Po pojawieniu się na wyświetlaczu wartości „0,0 kg” stań na urządzeniu.



4. Sprawdź wynik pomiaru.

Wyświetlona zostanie masa ciała, która zamiga, co wskazuje na zakończenie pomiaru.

5. Naciśnij przycisk , aby wyłączyć zasilanie.

Zasilanie zostanie wyłączone po 3-minutowym okresie bezczynności urządzenia.

12. Zmiana lub usuwanie danych prywatnych

1. Naciśnij przycisk , aby włączyć analizator.

Urządzenie włączy się. Zacznie migać numer osobisty „1”.



2. Wybierz swój numer osobisty.

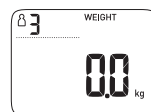
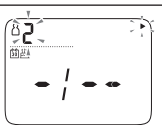
Naciśnij przycisk , aby wybrać numer osobisty.



Po wyświetleniu daty urodzenia (- / - -)

Twoje dane prywatne nie są rejestrowane w powiązaniu z numerem osobistym.

Zarejestruj swoje dane prywatne. (Patrz część 5).

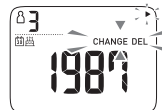


3. Naciśnij przycisk , aby potwierdzić numer osobisty.

Nastąpi wyświetlenie wartości „0,0 kg” (0,0 kg).


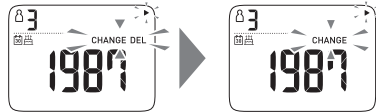




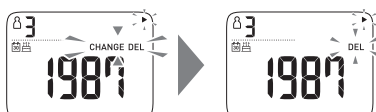




4. Naciśnij przycisk .

Na wyświetlaczu miga komunikat CHANGE (Zmień) i DEL (Usuń).



5. Wybierz opcję CHANGE (Zmień) lub DELETE (Usuń) w odniesieniu do danych prywatnych.

- Nawet w przypadku zmiany danych prywatnych wyniki pomiarów nie ulegną zmianie ani nie zostaną usunięte. W razie użycia numeru osobistego, który został użyty przez inną osobę, usuń dane prywatne i zarejestruj je ponownie.

Zmień dane prywatne (Wyniki pomiaru nie zostaną usunięte)	Usuń dane prywatne (Wyniki pomiaru zostaną usunięte)
<p>1. Naciśnij przycisk , aby wybrać opcję CHANGE (Zmień).</p>  <p>2. Naciśnij przycisk . Na wyświetlaczu zacznie migać rok.</p>  <p>3. Zmień datę urodzenia, płeć i wzrost w sposób opisany w krokach 3-5 części 5.</p> <ul style="list-style-type: none"> Aby przerwać dokonywanie w trakcie ich wprowadzania, naciśnij przycisk  (przez co najmniej 2 sekundy), aby wyłączyć analizator. Nieprzesłane wyniki pomiarów nie zostaną zmienione. 	<p>1. Naciśnij przycisk , aby wybrać opcję DEL (Usuń).</p>  <p>2. Naciśnij przycisk .  zacznie migać.</p>  <p>3. Naciśnij ponownie przycisk .</p>

13. Usuń ustawienie połączenia

Jeżeli chcesz przerwać korzystanie z aplikacji OMRON connect lub usunąć ustawienia połączenia z urządzenia smart, wykonaj poniższe czynności. Wszystkie zapisane ustawienia połączenia w analizatorze zostaną usunięte.

1. Naciśnij i przytrzymaj przycisk przez ponad 2 sekundy.

Na wyświetlaczu zacznie migać „P” oraz symbol Bluetooth.



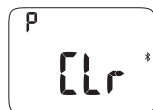
2. Ponownie naciśnij i przytrzymaj przycisk przez ponad 2 sekundy.

Na wyświetlaczu zacznie migać „OK?” i komunikat „CLr”.



3. Naciśnij przycisk , aby potwierdzić.

Analizator wyłączy się, jeżeli nie będzie używany przez 10 sekund po wyświetleniu komunikatu „CLr”.



14. Konserwacja i przechowywanie

Jak czyścić urządzenie









- Przed użyciem należy zawsze upewnić się, że urządzenie jest czyste.
- Wytrzyj urządzenie miękką, suchą szmatką. W razie potrzeby należy użyć szmatki zwilżonej wodą i detergentem, dokładnie ją wyciskając przed przetarciem urządzenia, a następnie wytrzeć suchą szmatką.
- Do czyszczenia analizatora nie używaj benzyny, rozcieńczalnika ani żadnych innych lotnych rozpuszczalników.
- Do czyszczenia analizatora nie używaj wody.



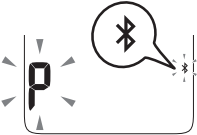





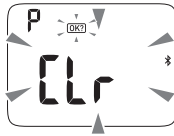


Konserwacja i przechowywanie

- Urządzenia nie należy przechowywać:
 - W warunkach wilgotnych, gdzie wilgoć lub woda mogą przedostać się do urządzenia;
 - W warunkach wysokich temperatur, w miejscach nasłonecznionych i zakurzonych;
 - W warunkach zwiększonego ryzyka nagłych wstrząsów lub wibracji;
 - W miejscach przechowywania chemikaliów lub gazów o właściwościach żrących.
- Nie należy przeprowadzać samodzielnych napraw. To urządzenie zostało skalibrowane w czasie produkcji. Jeżeli użytkownik w dowolnym momencie podda w wątpliwość dokładność pomiarów, prosimy o kontakt z autoryzowanym dystrybutorem firmy OMRON. Ogólnie zaleca się kontrolę urządzenia co 2 lata w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania i dokładności.

15. Rozwiązywanie problemów

W razie wystąpienia podczas pomiarów jakichkolwiek niżej wymienionych problemów, sprawdź najpierw, czy w promieniu 30 cm od analizatora nie znajdują się jakieś urządzenia elektryczne. Jeżeli problem się utrzymuje, skorzystaj z podanej niżej tabeli.

Prezentacja błędu	Przyczyna	Działanie korygujące
	Zszedłeś(-aś) z analizatora w trakcie pomiaru składu ciała.	Nie należy schodzić z urządzenia, dopóki nie zakończy się pomiar. (Patrz część 6).
	Podeszwy stóp nie przylegają dokładnie do elektrod.	Sprawdź, czy prawidłowo stoisz na analizatorze. W trakcie pomiaru stopy muszą dokładnie przylegać do elektrod. (Patrz część 6).
	Pozycja w trakcie pomiaru jest nieprawidłowa, stopy nie przylegają dokładnie do elektrod lub są suche.	Kolana i plecy powinny być wyprostowane. Stopy powinny być dokładnie ustawione na elektrodach. Nie należy poruszać stopami podczas pomiaru. (Patrz część 6). Zwiłż lekko stopy mokrym ręcznikiem i spróbuj ponownie.
	Po ustawieniu daty i godziny, kiedy urządzenie zostało dotknięte lub wykorzystane przed automatycznym WYŁĄCZENIEM wyświetlacza.	Wymnij i ponownie włóż baterię. Włącz ponownie urządzenie, zaczynając od polecenia „Pair the Unit with Your Smart Device” (Parowanie analizatora z urządzeniem typu smart). (Patrz część 3). • Po wyświetleniu daty i godziny pozostaw urządzenie nieużywane do chwili, w której zasilanie wyłączy się automatycznie.
	Błąd urządzenia.	Wymnij i ponownie włóż baterię. Po wykonaniu powyższych czynności uruchom ponownie urządzenie. Jeżeli komunikat o błędzie utrzymuje się, skontaktuj się z przedstawicielem serwisu firmy OMRON.
	Błąd połączenia.	Wyłącz analizator i spróbuj ponownie ustawić połączenie. Jeżeli komunikat o błędzie wyświetli się ponownie, skontaktuj się z przedstawicielem serwisu firmy OMRON.
	Poruszyłeś(-aś) się w trakcie pomiaru.	Podczas pomiaru należy stać bez ruchu.
	Twoja masa ciała jest poza zakresem pomiaru urządzenia.	
	Błąd połączenia.	Sprawdź wyświetlacz urządzenia smart i postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect. Wybierz opcję „Help” (Pomoc) z aplikacji OMRON connect.
	Niski poziom naładowania baterii.	Wymień baterie, zanim całkowicie się rozładują. (Patrz część 2).
	Baterie są wyczerpane.	Wymień baterie. (Patrz część 2).

Problem	Przyczyna	Działanie korygujące
 miga	Zapisano 24-29 zestawów wyników pomiaru.	Po przesłaniu wyników pomiaru do aplikacji OMRON connect symbol zniknie.
	Zapisano 30 zestawów wyników pomiaru.	Jeżeli liczba przekroczy 30, najstarsze wyniki zostaną usunięte. Po przesłaniu wyników pomiaru do aplikacji OMRON connect symbol zniknie.
	Naciśnąłeś(-aś) i przytrzymałeś(-aś) przycisk  przez ponad 2 sekundy.	Komunikat ten wyświetla się podczas parowania analizatora z urządzeniem smart. Postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect. Naciśnij przycisk  (przez co najmniej 2 sekundy), aby zatrzymać parowanie.
	Naciśnąłeś(-ęłaś) przycisk  .	Ten błąd wyświetlany jest w czasie przesyłu danych do urządzenia smart. Postępuj zgodnie z instrukcją w aplikacji OMRON connect. Naciśnij przycisk  (przez co najmniej 2 sekundy), aby zatrzymać przesył.
	Naciśnięto i przytrzymano przycisk  przez co najmniej 2 sekundy, gdy migały „P” i symbol Bluetooth.	Ten błąd wyświetla się w przypadku usunięcia ustawienia połączenia. (Patrz część 13). Naciśnij przycisk  (przez co najmniej 2 sekundy), aby zatrzymać pracę.
Nawet po włączeniu zasilania na wyświetlaczu nic się nie pojawia. Nawet po wejściu na analizator na wyświetlaczu nic się nie pojawia.	Nie zainstalowano baterii.	Włóż baterie.
	Baterie ułożone są w niewłaściwą stronę.	Włóż baterie w prawidłowy sposób, zachowując wymaganą orientację.
	Baterie są wyczerpane.	Wymień wszystkie cztery baterie na nowe.
Pomimo wymiany baterii nic na wyświetlaczu się nie pojawia po wejściu na analizator.	Po wymianie baterii nie ustawiono jednostki pomiaru, daty i godziny.	Ustaw jednostkę pomiaru, datę i godzinę. (Patrz część 4).
	Masa ciała jest zbyt niska. (poniżej 12 kg).	Wybierz numer osobisty przed przystąpieniem do pomiaru.
W przypadku niektórych wyników wyświetla się „-----”.	Zapisane dane lub wartości składu ciała znajdowały się poza zakresem pomiaru.	Sprawdź, czy ustawienia daty urodzenia, płci i wzrostu są prawidłowe. Nawet jeżeli są prawidłowe, na wyświetlaczu pojawia się „-----”, jeśli znajdują się one poza zakresem wyświetlania lub zakresem obsługiwanej wieku użytkownika.

Problem	Przyczyna	Działanie korygujące
Wynik pomiaru jest wyższy lub niższy od stanu faktycznego. Wynik uzyskany w przypadku poszczególnych pomiarów różni się znacząco.	Postawa ciała podczas pomiaru jest nieprawidłowa.	Dokonaj pomiaru, zachowując prawidłową postawę ciała.
	Pomiar jest dokonywany na urządzeniu ustawionym na dywanie, wykładzinie lub na nierównym podłożu.	Pomiaru należy dokonywać na twardym, płaskim podłożu.
	Podeszwy stóp i ciało są zimne, co oznacza osłabione krążenie krwi.	Przed pomiarem rozgrzej ciało, aby przywrócić normalne krążenie krwi.
	Elektrody, na których stawia się stopy, są bardzo zimne.	Pozostaw analizator na chwilę w ciepłym pomieszczeniu, zanim przystąpisz do pomiaru.
	Stopy są suche.	Przed pomiarem lekko zwilż podeszwy stóp mokrym ręcznikiem.
	Nie wykonano prawidłowo funkcji korekcji 0 kg.	Wykonaj funkcję korekcji 0 kg. (Patrz część 6,3).
Nie zostałeś(-aś) prawidłowo rozpoznany(-a) przez urządzenie.	Twoja masa ciała znacząco się zmieniła od ostatniego pomiaru.	Wybierz numer osobisty przed przystąpieniem do pomiaru. (Patrz część 9).
	Twój typ budowy ciała jest podobny do innej zarejestrowanej osoby.	
	Zarejestrowano wyniki pomiarów innego użytkownika.	
Chcesz zmierzyć skład ciała, ale wyświetlana jest tylko jego masa.	Nie wybrano numeru osobistego albo trybu GUEST (Gość). (Numer osobisty lub komunikat GUEST (Gość) nie wyświetlają się).	Przed przystąpieniem do pomiaru wybierz numer osobisty lub tryb GUEST (Gość).
Przycisk nie odpowiada.	Nacisnąłeś(-aś) przycisk, stojąc na analizatorze.	Zejdź z urządzenia i naciśnij przycisk.
	Przycisk jest mokry lub zanieczyszczony.	Zetrzyj wodę lub zanieczyszczenie przed rozpoczęciem pomiaru.
	Nacisnąłeś(-ęłaś) dwa lub więcej przycisków równocześnie.	Jednorazowo można nacisnąć tylko jeden przycisk.
Nawet jeżeli nie wykonano żadnej czynności, urządzenie wyłącza się.	Przejdź do punktu „Funkcja wyłączania zasilania”. (Patrz część 2).	
Niepowodzenia wysyłania danych	Wybierz opcję „Help” w aplikacji „OMRON connect”.	

16. Dane techniczne

Kategoria produktu	Analizatory składu ciała	
Opis produktu	Body Composition Monitor	
Model (kod)	VIVA (HBF-222T-EBK)	
Wyświetlacz*	Masa ciała:	od 2,0 do 150,0 kg z dokładnością do 0,1 kg (od 4,4 do 330,0 funtów z dokładnością do 0,2 funta) (od 4,4 funta do 23 kamieni 8,0 funtów z dokładnością do 0,2 funta)
	Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej:	od 5,0 do 60,0% z dokładnością do 0,1%
	Procentowa zawartość mięśni szkieletowych:	od 5,0 do 50,0% z dokładnością do 0,1%
	BMI:	od 7,0 do 90,0 z dokładnością do 0,1
	Metabolizm spoczynkowy:	od 385 do 3999 kcal z dokładnością do 1 kcal
	Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej:	30 poziomów z dokładnością do 1 poziomu
	Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej, procentowa zawartość mięśni szkieletowych i wskaźnik BMI: – (Niski) / 0 (Normalny) / + (Wysoki) / ++ (Bardzo wysoki) 4 poziomy	
	Klasyfikacja poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej 0 (Normalny) / + (Wysoki) / ++ (Bardzo wysoki) 3 poziomy	
	*Zakres wieku dla zawartości procentowej tkanki tłuszczowej i klasyfikacji procentowej zawartości tkanki tłuszczowej: od 10 do 80 lat.	
	*Zakres wieku dla zawartości procentowej mięśni szkieletowych, klasyfikacji zawartości procentowej mięśni szkieletowych, poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej, klasyfikacji poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej i metabolizmu spoczynkowego: od 18 do 80 lat.	
Protokół transmisji	Technologia energooszczędna Bluetooth®	
Komunikacja bezprzewodowa	Zakres częstotliwości:	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz)
	Modulacja:	GFSK
	Efektywna moc wypromieniowana:	<20 dBm
Ustawiane parametry*	Niżej wymienione informacje można zapisywać w pamięci urządzenia dla maksymalnie 4 osób.	
	Jednostka miary	kg&cm (kg i cm) / lb&inch (funty i cale) / st-lb&inch (kamienie i funty oraz cale)
	Data urodzenia	do 1. stycznia 1900 do 31. grudnia 2045
	Płeć	Mężczyzna/kobieta
	Wzrost	od 100,0 do 199,5 cm z dokładnością do 0,5 cm (od 3' 4" do 6' 6 1/2" z dokładnością do 1/4")
	* W przypadku wzrostu niższego niż 100,0 cm lub wyższego niż 199,5 cm: obliczony wskaźnik BMI i wyniki składu ciała są referencyjne.	
Dokładność pomiaru masy ciała	od 2,0 kg do 40,0 kg: ± 0,4 kg (od 4,4 funta do 88,2 funta: ± 0,88 funta) (od 4,4 funta do 6 kamieni 4,2 funta: ± 0,88 funta)	
	od 40,0 kg do 150,0 kg: ± 1% (od 88,2 funta do 330,0 funta: ± 1%) (od 6 kamieni 4,2 funta do 23 kamieni 8,0 funtów: ± 1%)	
Dokładność (S.E.E.)	Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej:	3,5%
	Procentowa zawartość mięśni szkieletowych:	3,5%
	Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej:	3 poziomy

Okres trwania	5 lat
Klasyfikacja IP	IP21* *Klasyfikacja IP odzwierciedla stopnie ochrony zapewniane przez obudowy zgodnie z normą IEC 60529. Urządzenie jest zabezpieczone przed przedostawaniem się przez obudowę obcych ciał stałych o średnicy 12,5 mm lub większych, np. palca. Urządzenie jest zabezpieczone przed pionowo padającymi kroplami wody, które mogą powodować problemy podczas normalnej pracy urządzenia.
Zasilanie	4 baterie alkaliczne AAA (LR03)
Okres użytkowania baterii	Ok. 6 miesięcy (w przypadku baterii alkalicznych AAA używanych do czterech pomiarów, czterech przesyłów danych i czterech osób dziennie w pomieszczeniu o temperaturze 23°C)
Temperatura / wilgotność / ciśnienie powietrza robocze	od +5°C do +40°C, od 30% do 85% wilgotności względnej, 860–1060 hPa
Temperatura / wilgotność / ciśnienie przechowywania i transportu	od -20°C do +60°C, od 10% do 95% wilgotności względnej, 860–1060 hPa
Masa ciała	Ok. 1.6 kg (łącznie z bateriami)
Wymiary zewnętrzne	Ok. 285 (szer.) x 28 (wys.) x 280 (gł.) mm (ok. 11 1/5" (szer.) x 1 1/10" (wys.) x 11" (gł.))
Spis treści	Analizator składu ciała, 4 baterie alkaliczne AAA (LR03), instrukcja konfiguracji, podręcznik obsługi

Uwaga

- Produkt może podlegać modyfikacjom technicznym bez wcześniejszego powiadomienia.
- Każde poważne zdarzenie, które wystąpiło w związku z urządzeniem, prosimy zgłaszać producentowi i kompetentnemu organowi państwa członkowskiego, w którym znajduje się użytkownik.

CE 0197 UK
CA
0086



Niniejsze urządzenie działa w nielicencjonowanym paśmie ISM o częstotliwości 2,4 GHz. Jeżeli niniejsze urządzenie wykorzystywane jest w pobliżu innych urządzeń bezprzewodowych, w tym kuchenek mikrofalowych oraz bezprzewodowych sieci LAN, które działają w oparciu o to samo pasmo częstotliwości, istnieje możliwość wystąpienia zakłóceń pomiędzy niniejszym urządzeniem oraz innymi takimi urządzeniami. Jeżeli do takich zakłóceń dojdzie, należy przerwać pracę innych urządzeń i lub przenieść niniejsze urządzenie przed przystąpieniem do jego użytkowania lub nie używać go w pobliżu innych urządzeń bezprzewodowych.



Nazwa i logotypy **Bluetooth**® są zarejestrowanymi znakami towarowymi będącymi własnością firmy Bluetooth SIG, Inc. Wszelkie użycie tych znaków przez firmę OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. podlega licencji.

Niniejszym firma OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. oświadcza, że sprzęt radiowy VIVA (HBF-222T-EBK) jest zgodny z dyrektywą 2014/53/UE.

Pełny tekst deklaracji zgodności jest dostępny na stronie internetowej www.omron-healthcare.com.

Logo Apple i Apple są znakami towarowymi firmy Apple Inc. zarejestrowanymi w Stanach Zjednoczonych i innych krajach.

App Store jest znakiem usługowym firmy Apple Inc.

Logo Android, Google Play są znakami towarowymi firmy Google Inc.

Ważne informacje dotyczące zgodności elektromagnetycznej (ang. Electro Magnetic Compatibility, EMC)

HBF-222T-EBK produsert av OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. er i overensstemmelse med EN60601-1-2:2015 Elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)-standarden. Ytterligere dokumentasjon i samsvar med denne EMC-standarden kan fås ved å kontakte OMRON HEALTHCARE EUROPE på adressen som er angitt i denne brukerveiledningen eller på www.omron-healthcare.com Se EMC-informasjonen for HBF-222T-EBK på nettstedet.

PL

Gwarancja

Firma OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. udziela gwarancji na ten produkt w ciągu 3 lat od daty zakupu.

Gwarancja nie obejmuje baterii, opakowania i/lub uszkodzeń jakiegokolwiek rodzaju związanych z nieprawidłowym stosowaniem (jak upuszczenie lub niewłaściwe posługiwanie się) spowodowanych przez użytkownika. Reklamowane produkty zostaną wymienione wyłącznie po zwróceniu ich z oryginalną fakturą/paragonem.

Prawidłowa utylizacja produktu (Zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny)



To oznaczenie, znajdujące się na produkcie lub w literaturze dotyczącej go, wskazuje, że po zużyciu nie należy utylizować go razem z innymi odpadami domowymi. Aby zapobiec możliwemu skażeniu środowiska lub szkodom dla zdrowia ludzkiego wynikłym z niekontrolowanej utylizacji odpadów, należy oddzielić je od innych typów odpadów i przetwarzać w odpowiedzialny sposób, działając na rzecz ponownego wykorzystania zasobów materiałowych.

Użytkownicy korzystający z urządzenia w domu powinni skontaktować się ze sprzedawcą detalicznym, u którego kupili produkt lub z lokalnym urzędem, aby uzyskać szczegółowe informacje na temat gdzie i w jaki sposób można zutylizować produkt w sposób bezpieczny dla środowiska.

Użytkownicy komercyjni powinni skontaktować się z dostawcą i sprawdzić warunki oraz zasady umowy zakupu. Produktu nie należy łączyć z innymi odpadami handlowymi w celu utylizacji.

Produkt nie zawiera żadnych niebezpiecznych substancji.

Zużyte baterie należy usunąć zgodnie z krajowymi przepisami dotyczącymi ich utylizacji.

Opis symboli, które w zależności od modelu można znaleźć na samym urządzeniu, opakowaniu sprzedażowym lub IM.

	Część wchodząca w kontakt z ciałem użytkownika — typ BF Stopień ochrony przed porażeniem prądem (prąd upływu)		Numer seryjny
IP XX	Stopień ochrony przed przedostaniem się wody do wnętrza urządzenia: IEC 60529		Zakres temperatury
	Oznaczenie CE		Zakres wilgotności
	Symbol GOST-R		Zakres ciśnienia atmosferycznego
	Symbol Zgodności Euroazjatyckiej		Prąd stały
	Sprawdzić w instrukcji obsługi		Niniejsze urządzenie nie powinno być używane przez osoby z implantami medycznymi, np. stymulatorami pracy serca, sztucznym sercem, płucem lub innymi elektronicznymi systemami podtrzymywania życia.
	Wyrób medyczny		Data produkcji
	Oznaczenie UKCA		Unikatowy identyfikator urządzenia

17. Informacje na temat składu ciała

Podstawy obliczeń składu ciała

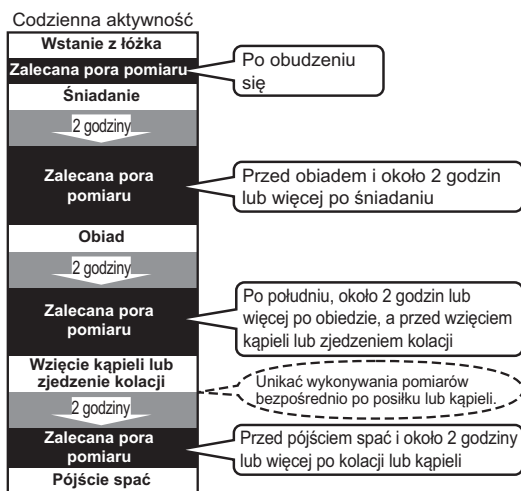
Tłuszcz w organizmie ma niewielkie przewodnictwo elektryczne

Urządzenie VIVA służy do pomiaru procentowej zawartości tkanki tłuszczowej metodą impedancji bioelektrycznej (ang. bioelectrical impedance, BI). Mięśnie, naczynia krwionośne i kości są tkankami o dużej zawartości wody, która łatwo przewodzi prąd elektryczny. Tłuszcz jest tkanką o słabej przewodności elektrycznej. Aby określić ilość tkanki tłuszczowej, urządzenie VIVA kieruje przez ciało bardzo słaby prąd elektryczny o częstotliwości 50 kHz i natężeniu mniejszym niż 500 µA. Prąd ten jest na tyle słaby, że nie odczuwa się go podczas korzystania z urządzenia VIVA.

W celu obliczenia składu ciała analizator wykorzystuje impedancję elektryczną wraz z informacjami o wzroście, masie ciała, wieku i płci, po czym oblicza wyniki na podstawie danych firmy OMRON dotyczących składu ciała.

Zalecane czasy pomiarów

Zrozumienie normalnych zmian zachodzących w procentowej zawartości tkanki tłuszczowej może pomóc w zapobieganiu otyłości lub jej zmniejszeniu. Wiedząc, kiedy procentowa zawartość tkanki tłuszczowej zmienia się w ciągu dnia, można uzyskać dokładne tendencje zmian ilości tkanki tłuszczowej. Zaleca się stosowanie urządzenia w takim samym środowisku i codziennych warunkach. (Patrz wykres)



PL

Należy unikać wykonywania pomiarów w następujących stanach i okolicznościach:

- tuż po intensywnym wysiłku fizycznym, po kąpeli lub przebywaniu w saunie,
- po wypiciu dużej ilości alkoholu lub wody oraz po posiłku (do 2 godzin).

Jeśli pomiar jest wykonywany w tych warunkach fizycznych, obliczony skład ciała może znacznie różnić się od rzeczywistego, ponieważ zawartość wody w organizmie uległa zmianie.

Co to jest BMI (Body Mass Index)?

Wartość BMI obliczana jest przy pomocy prostego wzoru, w celu wyznaczenia stosunku między ciężarem i masą ciała osoby.

$$\text{BMI} = \text{masa ciała (kg)} / \text{wzrost (m)} / \text{wzrost (m)}$$

W celu wyznaczenia wskaźnika BMI urządzenie OMRON VIVA wykorzystuje dane na temat wzrostu danej osoby zapisane w powiązaniu z numerem osobistym lub dane wprowadzone w trybie gościa. Jeśli poziom tkanki tłuszczowej określony przez BMI przekracza standard międzynarodowy, istnieje zwiększone ryzyko wystąpienia częstych chorób. BMI nie ujawnia jednak wszystkich rodzajów tkanki tłuszczowej.

Co to jest procentowa zawartość tkanki tłuszczowej?

Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej to masa tkanki tłuszczowej w odniesieniu do całkowitej masy ciała wyrażona w procentach.

$$\text{Procent zawartości tkanki tłuszczowej w ciele (\%)} = \left\{ \frac{\text{masa tkanki tłuszczowej (kg)}}{\text{masę ciała (kg)}} \right\} \times 100$$

Urządzenie VIVA korzysta z metody BI do oszacowania procentowej zawartości tkanki tłuszczowej w ciele. W zależności od umiejscowienia, tkankę tłuszczową określa się mianem tkanki trzewnej lub podskórnej.

Czym jest poziom trzewnej tkanki tłuszczowej?

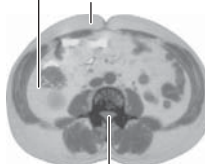
Trzewna tkanka tłuszczowa = tkanka tłuszczowa otaczająca organy wewnętrzne

Przypuszcza się, że zbyt duże ilości trzewnej tkanki tłuszczowej są powiązane ze zwiększoną ilością tłuszczów w krwiobiegu, co w efekcie prowadzi do często spotykanych chorób, takich jak hiperlipidemia i cukrzyca, ograniczająca zdolność insuliny do przenoszenia energii z krwiobiegu i wykorzystywania jej w komórkach. W celu uniknięcia lub poprawy stanu niektórych często spotykanych chorób, ważne jest obniżenie poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej. Osoby o wysokim poziomie trzewnej tkanki tłuszczowej mają tendencję do posiadania dużych żołądków. Jednak nie dzieje się tak zawsze; duże ilości trzewnej tkanki tłuszczowej mogą prowadzić do otyłości metabolicznej.

Otyłość metaboliczna (otyłość trzewna przy normalnej masie ciała) oznacza ilości tkanki tłuszczowej przekraczające normę, przy czym masa ciała danej osoby mieści się w standardzie dla jej wzrostu lub jest poniżej niego.

Trzewna tkanka tłuszczowa

Podskórna tkanka tłuszczowa



Kręgosłup

Przykładowa trzewna tkanka tłuszczowa (obraz uzyskany za pomocą rezonansu magnetycznego)

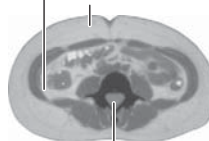
Czym jest podskórna tkanka tłuszczowa?

Podskórna tkanka tłuszczowa = tkanka tłuszczowa znajdująca się pod skórą

Podskórna tkanka tłuszczowa odkłada się nie tylko wokół żołądka, ale również dookoła ramion, bioder i ud, i może spowodować zniekształcanie proporcji ciała. Mimo że tkanka ta nie jest bezpośrednio związana ze zwiększonym ryzykiem chorób, przypuszcza się, że zwiększa ona nacisk na serce i może prowadzić do innych komplikacji. Urządzenie to nie wyświetla zawartości podskórnej tkanki tłuszczowej, ale jest ona uwzględniana w obliczeniach procentowej zawartości tkanki tłuszczowej w ciele.

Trzewna tkanka tłuszczowa

Podskórna tkanka tłuszczowa



Kręgosłup

Przykładowa podskórna tkanka tłuszczowa (obraz uzyskany za pomocą rezonansu magnetycznego)

Czym są mięśnie szkieletowe?

Mięśnie dzielą się na dwie kategorie. Mięśnie w narządach, takich jak serce, oraz mięśnie szkieletowe, połączone z kośćmi, służące do poruszania częściami ciała. Masę mięśni szkieletowych można zwiększać poprzez ćwiczenia i inne czynności. Zwiększenie masy mięśni szkieletowych oznacza, że ciało będzie w stanie łatwiej spalać energię, a to z kolei mniejsze prawdopodobieństwo, iż zostanie ona przekształcona w tkankę tłuszczową, co ułatwia prowadzenie energetycznego trybu życia.

Czym jest metabolizm spoczynkowy?

Bez względu na stopień aktywności, do podtrzymania codziennych funkcji organizmu potrzebna jest pewna minimalna podaż kalorii. Wskaźnik ten, znany jako metabolizm spoczynkowy, informuje, ile kalorii potrzebuje dana osoba, aby dostarczyć organizmowi odpowiedniej ilości energii niezbędnej do funkcjonowania.

18. Wykresy interpretacji wyników pomiaru

Interpretacja wyniku procentowej zawartości tkanki tłuszczowej w ciele

	Wiek	- (Niska)	0 (Normalna)	+ (Wysoka)	++ (Bardzo wysoka)
Kobieta	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%	
Mężczyzna	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%	

PL

HD McCarthy et al, w International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, i przez Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, i przypisane do czterech poziomów przez OMRON HEALTHCARE.

Interpretacja wyniku poziomu trzewnej tkanki tłuszczowej

Poziom trzewnej tkanki tłuszczowej	Klasyfikacja poziomu
1 - 9	0 (Normalna)
10 - 14	+ (Wysoka)
15 - 30	++ (Bardzo wysoka)

Zgodnie z danymi liczbowymi firmy OMRON HEALTHCARE.

Interpretacja wyniku pomiaru procentu mięśni szkieletowych


	Wiek	- (Niska)	0 (Normalna)	+ (Wysoka)	++ (Bardzo wysoka)
Kobieta	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%
Mężczyzna	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%

Zgodnie z danymi liczbowymi firmy OMRON HEALTHCARE.

Interpretacja wyników BMI

BMI	BMI (Uznane przez WHO)
< 18,5	- (Niedowaga)
18,5 - 24,9	0 (Normalna)
25 - 29,9	+ (Nadwaga)
≧ 30	++ (Otyłość)

PL

<p>Producent</p> 	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONIA</p>
<p>Przedstawiciel handlowy w UE</p> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">EC</div> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px; margin-left: 5px;">REP</div>	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLLANDIA www.omron-healthcare.com</p>
<p>Importer na terenie UE</p>	
<p>Siedziba produkcji</p>	<p>Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Chiny</p>
<p>Filie</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importer i osoba odpowiedzialna na terenie Wielkiej Brytanii 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>