

Aparat za merenje sastava tela VIVA (HBF-222T-EBK)

• Uputstvo za upotrebu

SR

Hvala vam što ste kupili OMRON aparat za merenje sastava tela. Pre upotrebe ovog uređaja obavezno pažljivo pročitajte ovo Uputstvo za upotrebu kako biste razumeli kako da ga bezbedno i pravilno koristite. Pažljivo sačuvajte ovo Uputstvo za upotrebu za kasnije korišćenje.

VIVA

Aparat za merenje sastava tela

Namena

Hvala vam što ste kupili ovaj OMRON aparat za merenje sastava tela. Ovaj uređaj je namenjen za merenje i prikazivanje sledećih parametara sastava tela.

- Telesna težina
- Visceralna masnoća (do 30 nivoa)
- Metabolizam u stanju mirovanja (u kcal)
- Telesna masnoća (u %)
- Skeletni mišići (u %)
- ITM (indeks telesne mase)

Ovim uređajem treba da rukuju odrasle osobe koje razumeju ovo uputstvo za upotrebu. On nije namenjen za profesionalnu upotrebu u bolnicama ili drugim medicinskim ustanovama, već samo za kućnu upotrebu.






Molimo vas da pre upotrebe pažljivo pročitate ovo uputstvo za upotrebu da biste dobili više informacija o pojedinačnim funkcijama.

Sadržaj

Pre upotrebe uređaja.....	2
Napomene o bezbednosti	2
1. Upoznajte svoj uređaj	4
2. Postavljanje i zamena baterija	5
3. Uparivanje uređaja sa vašim pametnim uređajem.....	6
4. Podešavanje jedinice mere, datuma i vremena.....	7
5. Registracija ličnih podataka	8
Uputstvo za rukovanje	9
6. Kako izvršiti tačno merenje	9
6.1 Pravilno držanje tokom merenja	9
6.2 O „korekciji na 0 kg“ (oprez prilikom skladištenja)	10
6.3 Kako izvršiti „korekciju na 0 kg“	10
7. Vršenje merenja	10
Upotrebite memorijsku funkciju.....	12
8. Pregled rezultata merenja na vašem pametnom uređaju	12
Ako je potrebno	13
9. Odabir ličnog broja i vršenje merenja	13
10. Režim „Guest“ (Gost) (režim u kojem se ne vrši snimanje)	14
11. Merenje samo telesne težine	15
12. Izmena ili brisanje vaših ličnih podataka	16
13. Brisanje postavki za komunikaciju.....	17
14. Održavanje i skladištenje	17
15. Rešavanje problema.....	18
16. Tehnički podaci	21
Informacije o sastavu tela.....	24
17. Informacije o sastavu tela	24
18. Dijagrami za tumačenje rezultata merenja	26

Napomene o bezbednosti

U nastavku su navedeni simboli i definicije:

 Opasnost:	Nepropisna upotreba može da izazove opasnost i dovede do smrti ili teške povrede.
 Upozorenje:	Nepropisna upotreba može da dovede do smrti ili teške povrede.
 Pažnja:	Nepropisna upotreba može da dovede do povrede ili oštećenja imovine.

Opasnost:

- Nikada nemojte koristiti ovaj uređaj zajedno sa medicinskim elektronskim uređajima kao što su:
 - (1) Medicinski elektronski implantati kao što su pejsmejkeri.
 - (2) Elektronski sistemi za održavanje života kao što je veštačko srce/pluća.
 - (3) Prenosni elektronski medicinski uređaji kao što je elektrokardiograf.

Ovaj uređaj može prouzrokovati kvar ovih uređaja, što predstavlja ozbiljan rizik za korisnike tih uređaja.



Upozorenje:

- Uređaj držite van domašaja dece. Sadrži sitne delove koji mogu predstavljati rizik od gušenja ako ih progutaju deca.
- Nemojte koristiti uređaj na klizavim površinama, kao što su mokri podovi.
- Nemojte skakati na uređaj.
- Nemojte koristiti ovaj uređaj kada su vam telo i/ili stopala mokri, na primer posle tuširanja.
- Na uređaj stanite bos. Ako stanete na uređaj sa čarapama možete se okliznuti i povrediti.
- Nemojte stajati na ivicu uređaja ili područje ekrana.
- Osobe sa invaliditetom ili fizički slaba lica uređaj uvek treba da koriste uz pomoć nekog drugog lica.
- Ukoliko vam tečnost iz baterija dospe u oči, odmah ih isperite velikom količinom čiste vode. Odmah se obratite lekaru.
- Nemojte koristiti ovaj proizvod u bolnicama, avionima ili drugim okruženjima u kojima je zabranjena upotreba radio talasa.
- Ovaj proizvod emituje radio frekvencije (RF) u pojasu od 2,4 GHz. Nemojte koristiti ovaj proizvod na mestima na kojima su zabranjene radio frekvencije, kao što su avioni ili bolnice.

Pažnja:

- Nemojte rastavljati, popravljati ili menjati uređaj.
- Nemojte započinjati program smanjenja telesne težine ili vežbanja ukoliko se prethodno niste konsultovali sa lekarom ili zdravstvenim stručnjakom. Samostalno postavljanje dijagnoze može biti štetno po vaše zdravlje.
- Tokom merenja, uverite se da na rastojanju od 30 cm od uređaja nema mobilnih telefona niti drugih električnih uređaja koji emituju elektromagnetna polja. To može da dovede do nepravilnog rada aparata i/ili do netačnog očitavanja.
- Koristite baterije predviđene za ovaj uređaj. Nemojte ubacivati baterije sa nepravilno okrenutim polaritetima.
- Stare baterije odmah zamenite novim.
- Baterije nemojte bacati u vatru.

- Ukoliko vam tečnost iz baterija dospe na kožu ili odeću, odmah ih isperite velikom količinom čiste vode.
- Izvadite baterije ukoliko uređaj nećete koristiti duži vremenski period (približno tri meseca ili duže).
- Nemojte zajedno koristiti različite vrste baterija.
- Nemojte zajedno koristiti nove i korišćene baterije.
- Uvek operite stopala pre upotrebe uređaja. Ukoliko patite od infekcije stopala ili druge kožne bolesti, možete preneti infekciju drugim ljudima.
- U slučaju da uređaj koristi više osoba, nakon upotrebe ga obrišite krpom navlaženom blagim deterdžentom. Zatim ga obrišite suvom krpom.
- Nemojte koristiti ovaj uređaj u svrhe koje nisu opisane u ovom uputstvu.
- S obzirom da je ovaj uređaj precizni instrument, nemojte ga ispuštati, tresti ili udarati.

Prenos podataka

- Nemojte vaditi baterije tokom prenosa rezultata merenja na vaš pametni uređaj. To može da dovede do nepravilnog rada aparata za merenje i neuspešnog prenosa vašeg rezultata merenja.
- Nemojte stavljati kartice integrisanih kola, magnetne, metalne predmete ili druge uređaje koji emituju elektromagnetna polja pored ovog aparata za merenje tokom prenosa rezultata merenja na vaš pametni uređaj. To može da dovede do nepravilnog rada vašeg uređaja i neuspešnog prenosa vašeg rezultata merenja.

Netačno merenje

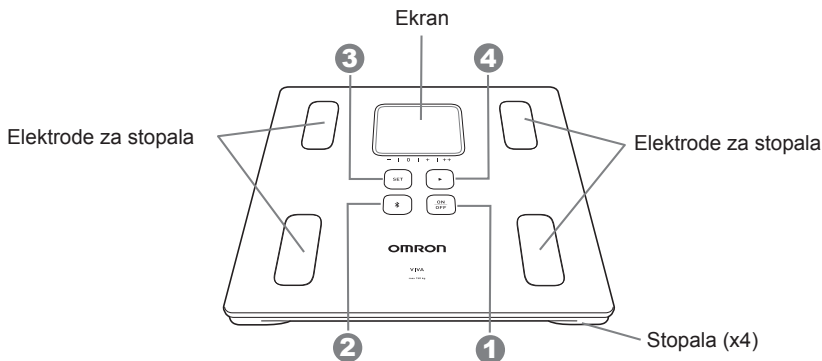
Netačno merenje se može javiti kod sledećih korisnika:

Starijih osoba (preko 81 godine)/osoba sa groznicom/bodibildera ili sportista pod intenzivnim treningom/pacijenata podvrgnutih dijalizi/pacijenata sa osteoporozom i veoma malom gustinom kostiju/trudnica/osoba koje imaju otoke.

- Jer telesni sastav poput vode u telu može umnogome da odstupa od prosečne vrednosti.

1. Upoznajte svoj uređaj

Glavni uređaj



1		Taster za UKLJUČIVANJE/ISKLJUČIVANJE <ul style="list-style-type: none"> • Pritisnite ovaj taster da biste uključili napajanje. • Pritisnite ovaj taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.
2		Taster za Bluetooth <ul style="list-style-type: none"> • Pritisnite ovaj taster za manualni prenos podataka. • Pritisnite ovaj taster (2 sekunde ili duže) da biste uparili uređaj sa vašim pametnim uređajem. ※ Ovaj taster može da se koristi i kada je napajanje isključeno.
3		Taster za POSTAVKE <ul style="list-style-type: none"> • Pritisnite ovaj taster da biste podesili ili potvrdili podatke.
4		Taster za napredovanje <ul style="list-style-type: none"> • Pritisnite ovaj taster za napredovanje. • Pritisnite i zadržite ovaj taster za brzo napredovanje tokom podešavanja datuma, vremena i visine.

SR

Ekran

Simbole telesne težine
Pali se kada se meri samo telesna težina.

Simbol ličnog broja
Pali se kada se prikaže lični broj.

Simbol baterije (slaba/ispražnjena)

Simbol SYNC

Simbol Bluetooth

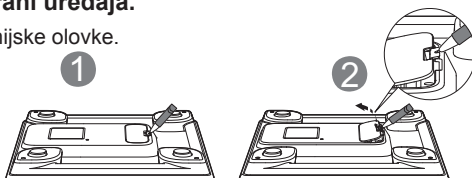
Indikator klasifikacije procenta telesne masnoće, nivoa visceralne masnoće, procenta skeletnih mišića i ITM

Screen display content: GUEST, WEIGHT, FAT, VISCERAL FAT, MUSCLE, RMBMI, CHANGE, DEL, AGE, cm, kcal, % kg, st 1/41/23/4 inchlb, - | 0 | + | ++

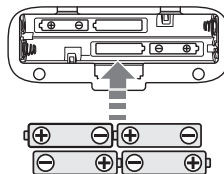
2. Postavljanje i zamena baterija

1. Otvorite poklopac baterija na zadnjoj strani uređaja.

Potrebno je koristiti neki tvrd predmet poput hemijske olovke.






2. Postavite baterije tako da polaritet bude odgovarajući, kao što je označeno u pregradi za baterije.



3. Zatvorite poklopac baterija.


Rok upotrebe i zamena baterija

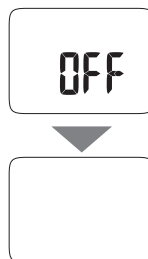
- Približno 6 meseci (kada se koriste alkalne AAA baterije za četiri merenja, četiri prenosa podataka i četiri osobe dnevno na sobnoj temperaturi od 23°C)
 - Dostavljene baterije namenjene su samo za probno korišćenje, pa njihov rok upotrebe može biti kraći.
- Kada se na ekranu pojavi simbol ispražnjene baterije , zamenite sve četiri baterije novim.
 - Istovremeno zamenite sve četiri baterije novim baterijama (istog tipa).
 - Kada treperi simbol slabe baterije , preporučuje se da se baterije zamene novim pre nego što se isprazne.
- Baterije zamenite nakon što isključite napajanje.
 - Lični podaci uskladišteni u uređaju se čuvaju i nakon uklanjanja baterija.
 - Odlaganje iskorišćenih baterija treba izvršiti u skladu sa državnim propisima za odlaganje baterija.
- Kada se baterije zamene, morate ponovo da podesite jedinicu mere, datum i vreme. (Videti odeljak 4)
 - Ako ste se već uparili sa aplikacijom „OMRON connect“, pritisnite taster  za komunikaciju sa ovom aplikacijom i nakon toga će datum i vreme biti podešeni automatski.

Simbol ispražnjene baterije



O funkciji ISKLJUČIVANJA napajanja

- Pritisnite taster  (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.
- Napajanje će se automatski isključiti u sledećim slučajevima.
 - 10 sekundi nakon prikazivanja poruke „Err“.
 - Ako se uređaj ne koristi 1 minut kada je prikazano „0,0 kg“.
 - Ako se uređaj ne koristi 3 minuta.



3. Uparivanje uređaja sa vašim pametnim uređajem

1. Uključite funkciju Bluetooth na vašem pametnom uređaju.
2. Preuzmite i instalirajte aplikaciju „OMRON connect“ na vašem pametnom uređaju.

Možete izabrati jednu od sledeće 2 metode.

- Skenirajte QR kod da biste pristupili sledećoj adresi.



QR kod

omronconnect.com/setup

- Potražite aplikaciju „OMRON connect“ u „App Store“ ili „Google Play“.



SR

3. Otvorite aplikaciju na vašem pametnom uređaju i pratite uputstva za podešavanje i uparivanje.

Ako već imate aplikaciju „OMRON connect“, idite na:

Menu>Device>Add Device

NAPOMENE

- Jedan pametan uređaj upravlja podacima jednog korisnika.
- Ukoliko se koristi aplikacija koja nije „OMRON connect“, prenos podataka možda neće biti ispravan.
- Za detaljne informacije pročitajte uputstva o načinu korišćenja i upotrebi u okviru aplikacije.

4. Podešavanje jedinice mere, datuma i vremena



Podešavanje jedinice mere, datuma i vremena je neophodno pre prvog merenja ili nakon zamene baterija.

- Datum i vreme se mogu podesiti i iz aplikacije „OMRON connect“.

1. Pritisnite taster da biste uključili napajanje.



„kg & cm“ treperi na ekranu.


2. Podešavanje jedinice mere.

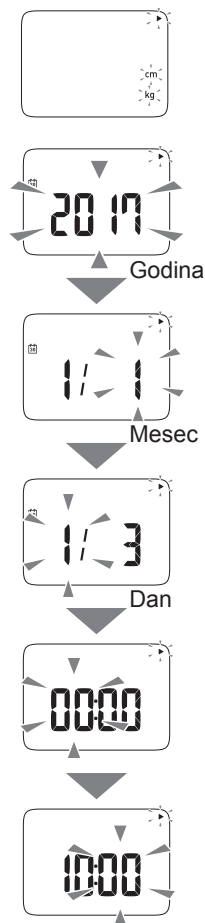
Pritisnite taster  za podešavanje, a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.

- Podrazumevana jedinica mere je „kg & cm“.
- Jedinicu mere možete postaviti na „lb & inch“ ili „st-lb & inch“.

3. Podesite ispravan datum i vreme na uređaju.


Pritisnite taster  za podešavanje, a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.

- Podešavanje opsega godina: 2017. do 2045.
- Vreme je u 24-časovnom formatu.
- Tokom podešavanja godine, datuma, časova i minuta, držite pritisnutim taster  za brzo napredovanje u koracima od po 10.



Nakon što sva podešavanja za jedinicu mere, godinu, mesec, dan, sate i minute budu prikazana tim redosledom, napajanje se automatski isključuje.

NAPOMENE

- Ukoliko napravite bilo kakvu grešku tokom podešavanja, pritisnite taster  da biste isključili napajanje i ponovo počnite od „Koraka 1“.
- Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta. Ponovo podesite jedinicu mere, datum i vreme.
- Za izmenu jedinice mere, datuma ili vremena, izvadite baterije i sačekajte najmanje 20 sekundi. Zatim ubacite baterije i ponovo izvršite podešavanje.

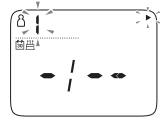
5. Registracija ličnih podataka

Za merenje sastava tela neophodno je da registrujete svoje lične podatke (datum rođenja, pol, visina). Mogu se čuvati registrovani podaci za najviše 4 osobe.



- Lični podaci se mogu registrovati i iz aplikacije „OMRON connect“.

1. Pritisnite taster da biste uključili napajanje.



Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“. Prikazuje se datum rođenja (- / - -).




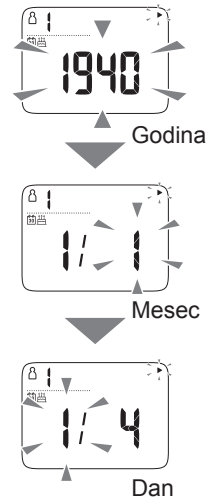
2. Izaberite i potvrdite vaš lični broj.

Pritisnite taster  za odabir vašeg ličnog broja, a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.





3. Podesite datum rođenja.

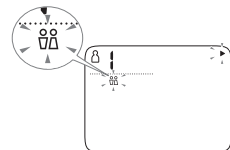
Pritisnite taster  za podešavanje datuma rođenja, a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.

- Podešavanje opsega godina od 1900. do 2045.
- Prilikom podešavanja godine i datuma, držite pritisnutim taster  za brzo napredovanje u koracima od po 10.





4. Podesite pol

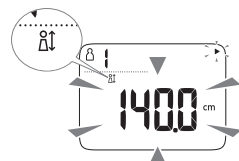
Pritisnite taster  za podešavanje pola  (MUŠKI) ili  (ŽENSKI), a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.



5. Podesite visinu.

Pritisnite taster  za podešavanje visine, a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.

- Pritiskajte kontinuirano za brzo napredovanje u koracima od po 10 cm (ili 1 inča).
- Pošto se prikazu sva podešavanja za vašu potvrdu, na ekranu se pojavljuje oznaka „0,0 kg“.

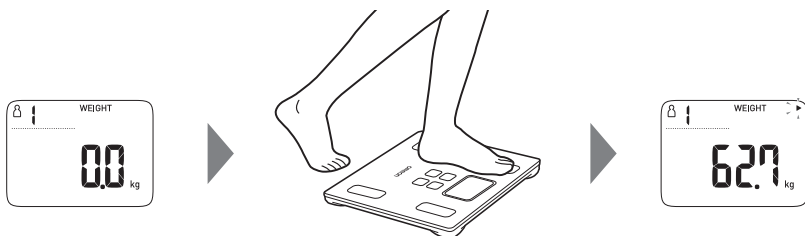


SR

6. Stanite na uređaj da biste izvršili merenje kada se prikaže „0,0 kg“.

Podaci o telesnoj težini i sastavu tela se beleže u uređaju da bi se omogućilo automatsko prepoznavanje.

Nakon određenog vremena, rezultati merenja se prikazuju na sledeći način.



7. Sidite sa uređaja nakon što se prikažu rezultati merenja.

Registracija ličnih podataka je završena.

8. Pritisnite taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

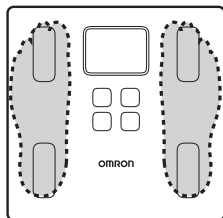
Za dodavanje novih ličnih podataka, počnite od „Koraka 1“.

Uputstvo za rukovanje

6. Kako izvršiti tačno merenje

6.1 Pravilno držanje tokom merenja

Stanite na uređaj bosu.
Svodove stopala postavite na sredinu uređaja.



Napomena

- Stajanje na jedinicu u čarapama ili obući za rezultat će imati netačno merenje.



Nemojte savijati kolena tokom merenja.

Merenje vršite na tvrdj i ravnoj podlozi.

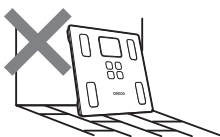
Napomena

- Meke podne obloge, kao što su prostirka ili tepih, mogu da dovedu do netačnog merenja.

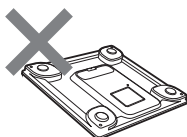
6.2 O „korekciji na 0 kg“ (oprez prilikom skladištenja)

Uređaj obično automatski koriguje tačnost kada se ne koristi.

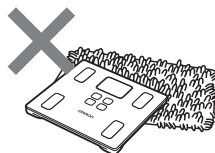
- Ako je uređaj postavljen kao što je niže prikazano, ova funkcija korigovanja tačnosti ne radi i potrebno je da primenite „korekciju na 0 kg“ pre merenja.



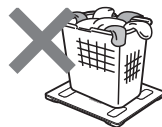
Uređaj je oslonjen na zid ili druge predmete



Uređaj je postavljen naopako



Uređaj je postavljen na neki predmet





Neki predmet je stavljen na uređaj

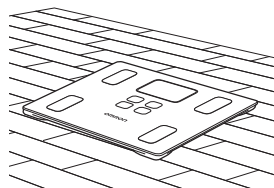
6.3 Kako izvršiti „korekciju na 0 kg“

1. Postavite uređaj na tvrdi i ravnu podlogu.

2. Pritisnite taster  da biste uključili napajanje.

3. Izaberite svoj lični broj ili „00“.

Izaberite svoj lični broj ili „00“ pomoću tastera , a zatim pritisnite taster  za potvrdu.



4. Kada se prikaže „0,0 kg“, pritisnite taster  (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Time je „korekcija na 0 kg“ završena. Sačekajte 5 sekundi, a zatim izvršite merenje.

Uputstvo za rukovanje

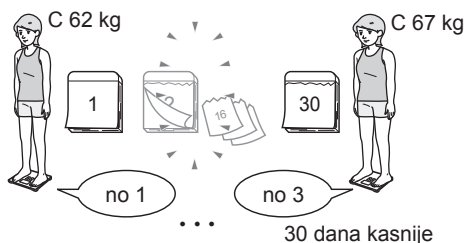
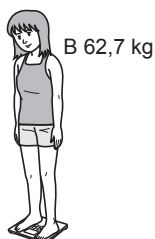
7. Vršenje merenja

SR

Kada osoba stane na uređaj, on će se uključiti, automatski prepoznati lični broj i započeti merenje.

U sledećim slučajevima može biti prikazan pogrešan lični broj.

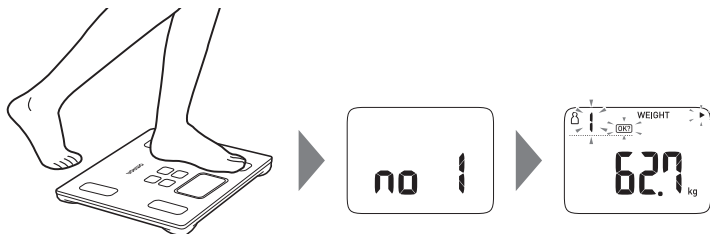
- Merenje korisnika slične konstitucije i telesne težine.
- Došlo je do promene vaše telesne težine od poslednjeg merenja.



Ukoliko dođe do netačnog prepoznavanja, izaberite svoj lični broj da biste izvršili merenje. (Videti odeljak 9)

1. Izvršite merenje kada je napajanje uređaja isključeno.

Kada stanete na uređaj, napajanje se automatski uključuje.



2. Merenje je završeno kada se prikažu lični broj i rezultati merenja.

Siđite sa uređaja.

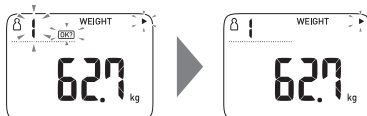
3. Potvrdite svoj lični broj.

■ Ako je vaš lični broj tačan...

Pritisnite taster **SET** za potvrdu vašeg ličnog broja.

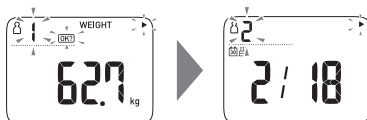
OK? nestaje.

Čak i u slučaju da isključite napajanje dok **OK?** treperi, rezultati se beleže u uređaj kao vrednost merenja povezana sa prikazanim ličnim brojem.



■ Ako je vaš lični broj netačan...

Pre nego što se napajanje isključi, izaberite svoj lični broj pomoću tastera **▶**, a zatim pritisnite taster **SET** za potvrdu.



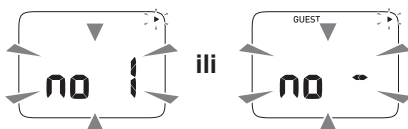
■ Ako ste pogrešno potvrdili svoj lični broj...

Pre nego što se napajanje isključi, pritisnite taster **SET** da biste mogli ponovo da izaberete svoj lični broj.

Ako na ekranu trepere oznake „no 1“ do „no 4“ ili je prikazana poruka GUEST (Gost), vaši lični podaci nisu registrovani u uređaju.


Registrujte svoje lične podatke.

Možete koristiti i režim „Guest“ (Gost).



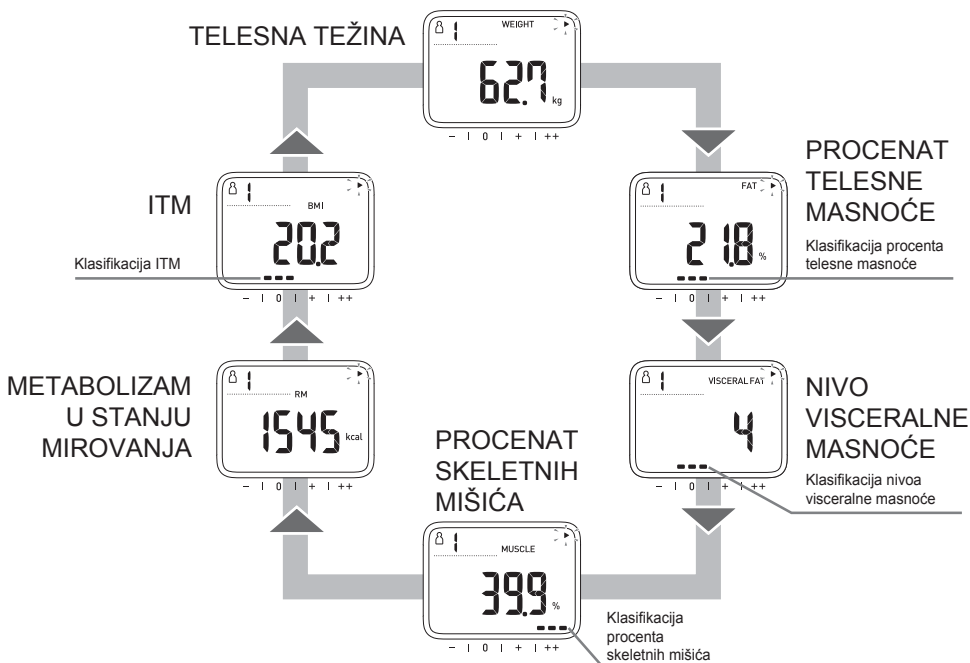
4. Proverite rezultate merenja.

Prikaz rezultata automatski rotira kao što je prikazano u nastavku.

Pošto potvrdite vaš lični broj, možete se prebaciti na rezultat merenja koji želite da pregledate pomoću tastera .

Napomena

- Kao vodič za merenje koristite indikator klasifikacije procenta telesne masnoće, visceralnog nivoa masnoće, procenta skeletnih mišića i ITM.
- Da biste bolje razumeli svoje rezultate merenja, pogledajte informacije i dijagrame u odeljcima 17 i 18.



SR

5. Pritisnite taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

Upotrebite memorijsku funkciju

8. Pregled rezultata merenja na vašem pametnom uređaju

Pratite uputstva iz aplikacije „OMRON connect“ za pregled vaših rezultata merenja. Zatim možete da potvrdite promenu vaših parametara telesne težine i sastava tela na vašem pametnom uređaju.

Napomena

- Aplikacija „OMRON connect“ mora da bude instalirana na vašem pametnom uređaju. (Videti odeljak 3)

Ako je potrebno

9. Odabir ličnog broja i vršenje merenja

Ukoliko se često dešava da se vaš lični broj ne prepozna, možete izabrati svoj lični broj i izvršiti merenje na sledeći način.

1. Pritisnite taster da biste uključili napajanje.

Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.

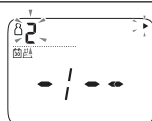


2. Izaberite svoj lični broj.

Izaberite svoj lični broj pomoću tastera .

**Kada se prikaže datum rođenja (- / - -),
Vaši lični podaci nisu registrovani u vašem ličnom broju.**

Registrujte svoje lične podatke. (Videti odeljak 5)

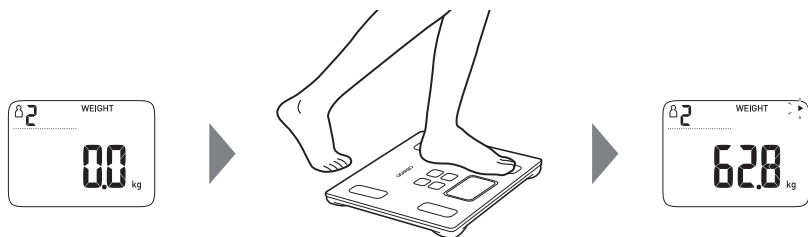


3. Pritisnite taster za potvrdu vašeg ličnog broja.

Prikazuje se „0,0 kg“.

4. Izvršite merenje kada se prikaže „0,0 kg“.

Stanite na uređaj.



5. Proverite rezultate merenja.

Prikaz rezultata se automatski rotira.

6. Pritisnite taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

Ako je potrebno

10. Režim „Guest“ (Gost) (režim u kojem se ne vrši snimanje)

Kada koristite ovaj režim, vaši rezultati merenja neće biti snimljeni.

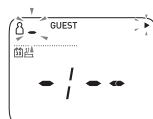
1. Pritisnite taster da biste uključili napajanje.

Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.





2. Izaberite i potvrdite „1“.


Izaberite „GUEST“ pomoću tastera , a zatim pritisnite taster  za potvrdu.

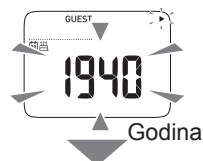


3. Unesite lične podatke.

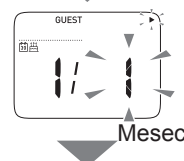
3.1 Podesite datum rođenja

Pritisnite taster  za podešavanje datuma rođenja, a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.

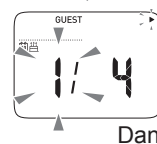
- Podešavanje opsega godina: 1900. do 2045.
- Prilikom podešavanja godine i datuma, držite pritisnutim taster  za brzo napredovanje u koracima od po 10.



Godina







Mesec

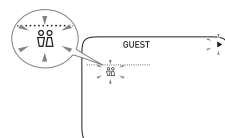


Dan



SR

3.2 Podesite pol

Pritisnite taster  za podešavanje pola  (MUŠKI) ili  (ŽENSKI), a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.



3.3 Podesite visinu

Pritisnite taster  za podešavanje visine, a nakon toga pritisnite taster  za potvrdu.

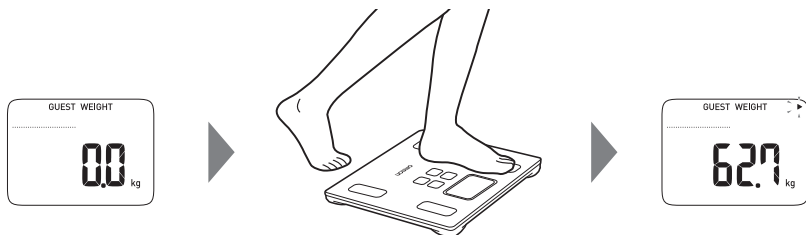
- Pritiskajte kontinuirano za brzo napredovanje u koracima od po 10 cm (1 inča).



Pošto se prikazu sva podešavanja za vašu potvrdu, na ekranu se pojavljuje oznaka „0,0 kg“. Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 1 minut nakon što se prikaže „0,0 kg“.

4. Započnite merenje kada se prikaže „0,0 kg“.

Stanite na uređaj.



5. Proverite rezultate merenja.

Prikaz rezultata se automatski rotira.

6. Pritisnite taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.

Ako je potrebno



11. Merenje samo telesne težine

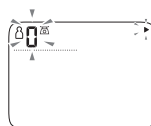
Kada koristite ovaj režim, vaš rezultat merenja neće biti snimljen.

1. Pritisnite taster da biste uključili napajanje.

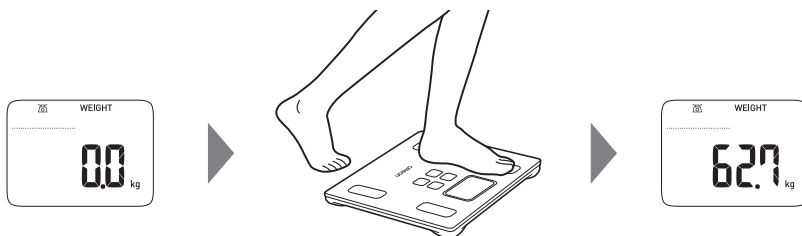
Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.

2. Izaberite i potvrdite „0.0“.

Izaberite „0.0“ pomoću tastera , a zatim pritisnite taster  za potvrdu.



3. Stanite na uređaj kada se prikaže vrednost „0,0 kg“.



4. Proverite rezultat merenja.

Vaša telesna težina se prikazuje i treperi, što znači da je merenje završeno.

5. Pritisnite taster (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 3 minuta.


12. Izmena ili brisanje vaših ličnih podataka

1. Pritisnite taster da biste uključili napajanje.

Napajanje će se uključiti. Treperi lični broj „1“.



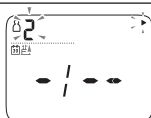
2. Izaberite svoj lični broj

Pritisnite taster  da biste izabrali lični broj.



Kada se prikaže datum rođenja (- / - -),

Vaši lični podaci nisu registrovani u vašem ličnom broju. Registrujte svoje lične podatke. (Videti odeljak 5)



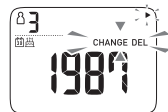
3. Pritisnite taster za potvrdu ličnog broja.

Prikazuje se „0,0 kg“.




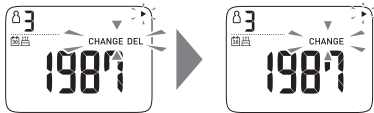




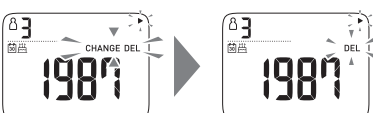




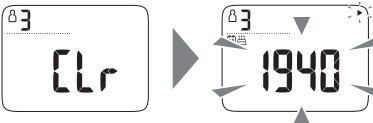
4. Pritisnite taster .

Treperne opcije „CHANGE“ (Izmeni) i „DEL“ (Izbriši).



5. Izaberite „CHANGE“ ili „DELETE“ za izmenu ili brisanje ličnih podataka

- Čak i ukoliko se lični podaci izmene, rezultati merenja neće biti izmenjeni niti izbrisani. Kada koristite lični broj koji je koristila druga osoba, izbrišite lične podatke, a zatim ponovo registrujte lične podatke.

Izmena vaših ličnih podataka (Rezultati merenja neće biti izbrisani)	Brisanje vaših ličnih podataka (Biće izbrisani i rezultati merenja)
<p>1. Pritisnite taster  da biste izabrali opciju „CHANGE“ (Izmeni)</p>  <p>2. Pritisnite taster  Godina treperi.</p>  <p>3. Izmeneite „datum rođenja“, „pol“ i „visinu“ prateći korake 3–5 odeljka 5.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Da biste stopirali izmenu na pola puta, pritisnite taster  (2 sekunde ili duže) da biste isključili napajanje. • Rezultati merenja koji nisu preneti neće biti izbrisani. 	<p>1. Pritisnite taster  da biste izabrali opciju „DEL“ (Izbriši)</p>  <p>2. Pritisnite taster   treperi.</p>  <p>3. Ponovo pritisnite taster </p> 

SR

Ako je potrebno

13. Brisanje postavki za komunikaciju

Ako želite da prestanete da koristite aplikaciju „OMRON connect“ ili da izbrisete postavke za komunikaciju iz vašeg pametnog uređaja, pratite sledeće korake. Sve postavke za komunikaciju sačuvane u uređaju biće izbrisane.

1. Pritisnite i zadržite taster duže od 2 sekunde.

„P“ i Bluetooth simbol trepere.



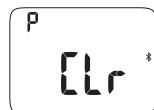
2. Ponovo pritisnite i zadržite taster duže od 2 sekunde.

„OK?“ i „CLr“ trepere.



3. Pritisnite taster za potvrdu.

Napajanje će se isključiti ako se uređaj ne koristi 10 sekundi nakon što se prikaže „CLr“.



Ako je potrebno

14. Održavanje i skladištenje

Kako očistiti uređaj









- Uređaj održavajte čistim pre upotrebe.
- Obrišite uređaj mekom, suvom krpom. Ako je potrebno, upotrebite krpu natopljenu vodom ili deterdžentom koju ste dobro iscedili pre brisanja uređaja, a zatim prebrišite suvom krpom.
- Za čišćenje uređaja nemojte koristiti benzen ili razređivač, niti druge isparljive rastvarače.
- Nemojte prati uređaj vodom.












Nega i skladištenje

- Nemojte skladištiti uređaj u sledećim uslovima:
 - Vlažnost, gde vlaga ili voda mogu dospeti u uređaj
 - Visoke temperature, direktna sunčeva svetlost ili prašnja mesta
 - Mesta na kojima postoji rizik od iznenadnih udara ili vibracija
 - Na mestima gde se skladište hemikalije ili gde ima korozivnih gasova.
- Sami nemojte obavljati popravke bilo koje vrste. Ovaj proizvod je kalibriran u vreme proizvodnje. Ukoliko u bilo kom trenutku posumnjate u tačnost merenja, obratite se vašem ovlašćenom OMRON distributeru. Generalno se preporučuje da se uređaj pregleda svake 2 godine kako bi se obezbedili njegovo ispravno funkcionisanje i preciznost.

15. Rešavanje problema

U slučaju da se tokom merenja javi bilo koji od problema navedenih u nastavku, najpre proverite da na rastojanju od 30 cm nema drugih električnih uređaja. Ukoliko problem i dalje postoji, pogledajte tabelu u nastavku.

Poruka o grešci	Uzrok	Rešenje
	Sišli ste sa uređaja tokom merenja sastava tela.	Nemojte silaziti sa uređaja dok se merenje sastava tela ne završi. (Videti odeljak 6)
	Vaši tabani nisu u čvrstom dodiru sa elektrodama.	Proverite da li pravilno stojite na uređaju tako što ćete čvrsto staviti tabane na elektrode prilikom merenja. (Videti odeljak 6)
	Položaj tela za merenje nije ispravan, vaši tabani nisu u čvrstom dodiru sa elektrodama ili su vam tabani suvi.	Stanite sa pravim kolenima i ispravljenim leđima. Držite stopala čvrsto postavljena na elektrode i ne pomerajte ih tokom merenja. (Videti odeljak 6) Blago ovlažite tabane mokrim peškirom i probajte ponovo.
	Nakon podešavanja datuma i vremena, neko je dodirnuo ili koristio jedinicu pre nego što se displej automatski isključio.	Izvadite i ponovo nameštite bateriju. Restartujte uređaj počevši od koraka „Uparivanje uređaja sa vašim pametnim uređajem“. (Videti odeljak 3) • Kada se prikažu datum i vreme, udaljite se od uređaja dok se napajanje ne isključiti automatski.
	Greška na uređaju.	Izvadite i ponovo nameštite bateriju. Kada to završite, restartujte uređaj. Ukoliko se ova greška i dalje prikazuje, obratite se ovlašćenom servisu kompanije OMRON.
	Greška u komunikaciji.	Isključite napajanje i ponovo pokušajte da uspostavite komunikaciju. Ukoliko se ova greška ponovo prikaže, obratite se ovlašćenom servisu kompanije OMRON.
	Pomerili ste se tokom merenja.	Treba da stojite mirno tokom merenja.
	Vaša telesna težina je izvan opsega merenja.	
	Greška u komunikaciji.	Potvrdite prikaz vašeg pametnog uređaja i pratite uputstva u aplikaciji „OMRON connect“. Pogledajte odeljak „Help“ iz aplikacije „OMRON connect“.
	Baterije su slabe.	Preporučuje se da zamenite baterije novim pre nego što se isprazne. (Videti odeljak 2)
	Baterije su ispražnjene.	Zamenite baterije. (Videti odeljak 2)

Problem	Uzrok	Rešenje
 treperi	Sačuvano je 24–29 kompleta rezultata merenja.	Prebacite rezultate merenja u aplikaciju „OMRON connect“ i simbol će nestati.
	Sačuvano je 30 kompleta rezultata merenja.	Ukoliko je broj veći od 30, najstariji rezultati se brišu. Prebacite rezultate merenja u aplikaciju „OMRON connect“ i simbol će nestati.
	Pritisnuli ste i zadržali taster  duže od 2 sekunde.	To se prikazuje kada uparujete uređaj sa svojim pametnim uređajem. Pratite uputstva u aplikaciji „OMRON connect“. Pritisnite taster  (2 sekunde ili duže) da biste zaustavili uparivanje.
	Pritisnuli ste taster  .	To se prikazuje kada prebacujete podatke na vaš pametni uređaj. Pratite uputstva u aplikaciji „OMRON connect“. Pritisnite taster  (2 sekunde ili duže) da biste zaustavili prenos.
	Pritisnuli ste i zadržali taster  duže od 2 sekunde kada su „P“ i Bluetooth simbol treperili.	To se prikazuje kada brišete postavke za komunikaciju. (Videti odeljak 13) Pritisnite taster  (2 sekunde ili duže) da biste zaustavili operaciju.
Ništa se ne prikazuje ni kada uključite napajanje. Ništa se ne prikazuje ni kada stanete na uređaj.	Baterije nisu ubačene.	Ubacite baterije.
	Baterije su okrenute u pogrešnom smeru.	Ubacite baterije u ispravnom smeru.
	Baterije su istrošene.	Zamenite sve četiri baterije novim.
Nakon zamene baterija ništa se ne prikazuje kada se stane na uređaj.	Nakon zamene baterija niste podesili jedinicu mere, datum i vreme.	Podesite jedinicu mere, datum i vreme. (Videti odeljak 4)
	Vaša telesna težina je premla. (Manja od 12 kg)	Izaberite lični broj pre merenja.
Za neke rezultate prikazuje se „- - - - -“.	Registrovani podaci ili vrednosti sastava tela bili su izvan merljivog opsega.	Proverite da li su postavke datuma rođenja, pola i visine ispravne. Čak i ukoliko su ove postavke ispravne, prikazuje se „- - - - -“ ako ih nije moguće prikazati ili su izvan podržanog opsega godina života.

Problem	Uzrok	Rešenje
Rezultat merenja je viši ili niži od stvarnog rezultata. Rezultat umnogome varira kod svakog merenja.	Vaše držanje tokom merenja nije pravilno.	Izvršite merenje sa pravilnim držanjem.
	Vršite merenje na tepihu, mekoj podnoj oblozi ili neravnom podu.	Merenje vršite na tvrdoj i ravnoj podlozi.
	Tabani i telo su vam hladni, što narušava cirkulaciju krvi.	Pre merenja zagrejte telo kako bi se cirkulacija krvi vratila u normalu.
	Elektrode za stopala su veoma hladne.	Pre merenja ostavite uređaj u toploj prostoriji neko vreme.
	Tabani su vam suvi.	Blago ovlažite tabane mokrim peškirom pre merenja.
	„Korekcija na 0 kg“ nije ispravno izvršena.	Izvršite „korekciju na 0 kg“. (Videti odeljak 6.3)
Niste pravilno prepoznati.	Došlo je do velike promene vaše telesne težine od poslednjeg merenja.	Izaberite lični broj pre merenja. (Videti odeljak 9)
	Vaša konstitucija je slična konstituciji neke druge registrovane osobe.	
	Registrovani su rezultati merenja drugog korisnika.	
Želite da izmerite sastav tela, ali se prikazuje samo telesna težina.	Nije izabran lični broj ili opcija GUEST (Gost). (Ne prikazuje se lični broj ili opcija GUEST (Gost).)	Izaberite lični broj ili opciju GUEST (Gost) pre merenja.
Taster ne reaguje.	Pritisnuli ste taster dok ste stajali na uređaju.	Sidite sa uređaja, a zatim pritisnite taster.
	Taster je mokar ili zaprljan.	Obrišite vodu ili nečistoću pre merenja.
	Istovremeno ste pritisnuli dva ili više tastera.	Pritiskajte samo po jedan taster.
Napajanje se isključuje iako ne radite ništa.	Pogledajte odeljak „O funkciji ISKLJUČIVANJA napajanja“. (Videti odeljak 2)	
Neuspelo slanje podataka	Pogledajte odeljak „Help“ (Pomoć) u aplikaciji „OMRON connect“.	

SR

16. Tehnički podaci

Kategorija proizvoda	Aparati za analizu sastava tela	
Opis proizvoda	Aparat za merenje sastava tela	
Model (šifra)	VIVA (HBF-222T-EBK)	
Ekran*	Telesna težina:	od 2 do 150 kg sa podeocima od 0,1 kg (od 4,4 do 330,0 lb sa podeocima od 0,2 lb) (od 0 st 4,4 lb do 23 st 8,0 lb sa podeocima od 0,2 lb)
	Procenat telesne masnoće:	od 5,0 do 60,0% sa podeocima od 0,1%
	Procenat skeletnih mišića:	od 5,0 do 50,0% sa podeocima od 0,1%
	ITM:	od 7,0 do 90,0 sa podeocima od 0,1
	Metabolizam u stanju mirovanja:	od 385 do 3.999 kcal sa podeocima od 1 kcal
	Nivo visceralne masnoće:	30 nivoa sa podeocima od 1 nivoa
	Klasifikacija procenta telesne masnoće, procenta skeletnih mišića i ITM: – (nizak) / 0 (normalan) / + (visok) / ++ (veoma visok) 4 nivoa	
	Klasifikacija nivoa visceralne masnoće: 0 (normalan) / + (visok) / ++ (veoma visok) 3 nivoa	
	* Raspon godina života za procenat telesne masnoće i klasifikaciju procenta telesne masnoće je od 10 do 80 godina.	
	* Raspon godina života za procenat skeletnih mišića, klasifikaciju procenta skeletnih mišića, nivo visceralne masnoće, klasifikaciju nivoa visceralne masnoće i metabolizam u stanju mirovanja je od 18 do 80 godina.	
Prenosni protokol	Bluetooth® niskoenergetska tehnologija	
Bežična komunikacija	Frekvencijski opseg:	2,4 GHz (2.400–2.483,5 MHz)
	Modulacija:	GFSK
	Efektivna izračena snaga:	<20 dBm
Stavke za podešavanje*	Sledeće informacije mogu se čuvati za najviše 4 osobe.	
	Jedinica mere	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Datum rođenja	od 1. januara 1900. do 31. decembra 2045.
	Pol	Muški/Ženski
	Visina	100,0 do 199,5 cm sa podeocima od 0,5 cm (3' 4" do 6' 6 1/2" sa podeocima od 1/4")
	* Kada je osoba niža od 100,0 cm ili viša od 199,5 cm: Rezultati merenja ITM i sastava tela služe kao referenca.	
Preciznost merenja težine	2,0 kg do 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb do 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb do 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg do 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb do 330,0 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb do 23 st 8,0 lb: ± 1%)	
Preciznost (standardna greška procene)	Procenat telesne masnoće:	3,5%
	Procenat skeletnih mišića:	3,5%
	Nivo visceralne masnoće:	3 nivoa
Rok trajanja	5 godina	

IP klasifikacija	IP21* * IP klasifikacija predstavlja stepene zaštite koje pruža kućište uređaja u skladu sa standardom IEC 60529. Ovaj uređaj je zaštićen od čvrstih stranih tela čiji je prečnik 12,5 mm ali i onih većih, poput prsta. Ovaj uređaj je zaštićen od kapljica vode koje padaju vertikalno i koje bi inače mogle da dovedu do problema tokom standardnog rada.
Napajanje	4 AAA alkalne baterije (LR03)
Trajanje baterija	Približno 6 meseci (kada se koriste alkalne AAA baterije za četiri merenja, četiri prenosa podataka i četiri osobe dnevno na sobnoj temperaturi od 23°C)
Radna temperatura/vlažnost/vazdušni pritisak	od +5°C do +40°C, od 30% do 85% relativne vlažnosti (bez kondenzacije), 860 hPa - 1060 hPa
Temperatura/vlažnost/vazdušni pritisak prilikom skladištenja i transporta	od -20°C do +60°C, od 10% do 95% relativne vlažnosti (bez kondenzacije), 860 hPa - 1060 hPa
Masa	Približno 1,6 kg (uključujući baterije)
Spoljne dimenzije	Približno 285 (Š) × 28 (V) × 280 (D) mm (Približno 11 1/5" (Š) × 1 1/10" (V) × 11" (D))
Sadržaj	Aparat za merenje sastava tela, 4 AAA alkalne baterije (LR03), uputstva za podešavanje, uputstvo za upotrebu

Napomena

- Podleže tehničkim izmenama bez prethodnog obaveštenja.
- Svaki ozbiljan incident do kojeg dođe u vezi sa ovim aparatom prijavite proizvođaču i nadležnom organu države članice u kojoj se nalazite.

CE 0197 UK
0086



Ovaj Proizvod radi u nelicenciranom frekvencijskom pojasu od 2,4 GHz. U slučaju da se ovaj Proizvod koristi u blizini drugih bežičnih uređaja, uključujući mikrotalasni i bežični LAN, koji rade u istom frekvencijskom pojasu kao i ovaj Proizvod, postoji mogućnost nastanka smetnji između ovog Proizvoda i tih drugih uređaja. U slučaju da se javi takve smetnje, isključite druge uređaje ili premestite ovaj Proizvod pre njegovog korišćenja, ili nemojte koristiti ovaj Proizvod u blizini drugih bežičnih uređaja.

SR



Slovni znak **Bluetooth**® i logotipi su registrovane robne oznake u vlasništvu kompanije Bluetooth SIG, Inc. i svako korišćenje tih oznaka od strane kompanije OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. je licencirano.

Kompanija OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. ovim izjavljuje da je radio oprema tipa VIVA (HBF-222T-EBK) usklađena sa Direktivom 2014/53/EU.

Kompletan tekst EU deklaracije o usaglašenosti dostupan je na sledećoj internet adresi: www.omron-healthcare.com.

Apple i logotip Apple su robne oznake kompanije Apple Inc., koja je registrovana u SAD i drugim zemljama.

App Store je servisni znak kompanije Apple Inc.

Android, logotip Google Play su robne oznake kompanije Google Inc.

Važne informacije u vezi sa elektromagnetnom kompatibilnošću (EMK)

HBF-222T-EBK koji je proizvela kompanija OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. usaglašen je sa standardom elektromagnetne kompatibilnosti (EMK) EN60601-1-2:2015. Dodatna dokumentacija u skladu sa ovim EMK standardom je dostupna kod kompanije OMRON HEALTHCARE EUROPE na adresi pomenutoj u ovom priručniku sa uputstvima ili na www.omron-healthcare.com. Informacije o EMK za HBF-222T-EBK pogledajte na veb lokaciji.

Garancija

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. daje 3 godine garancije na ovaj proizvod od dana kupovine. Garancija ne pokriva baterije, pakovanje i/ili bilo kakva oštećenja nastala usled nepravilne upotrebe (ispuštanje na zemlju ili namerno oštećivanje) od strane korisnika. Reklamirani proizvodi će biti zamenjeni samo ukoliko su vraćeni sa originalnim računom.

Pravilno odlaganje ovog proizvoda (Električna i elektronska oprema za otpad)



Ova oznaka prikazana na proizvodu ili u njegovoj dokumentaciji ukazuje na to da ga na kraju radnog veka ne treba odlagati sa drugim kućnim otpadom. Da biste sprečili moguće nanošenje štete životnoj sredini ili ljudskom zdravlju usled nekontrolisanog odlaganja otpada, molimo Vas da odvojite ovaj proizvod od ostalih vrsta otpada i odgovorno ga reciklirate kako biste potpomogli održivu ponovnu upotrebu materijalnih resursa.

Korisnici aparata u kućnom okruženju treba da se obrate prodavcu od kojeg su kupili ovaj proizvod ili lokalnoj državnoj službi da bi saznali detalje o tome gde i kako mogu da odnesu ovaj artikal na reciklažu koja je bezbedna po životnu sredinu.

Poslovni korisnici treba da se obrate dobavljaču i provere odredbe i uslove ugovora o kupovini. Ovaj proizvod ne treba mešati s drugim komercijalnim otpadom namenjenim za uklanjanje.

Ovaj proizvod ne sadrži bilo kakve opasne supstance.

Odlaganje iskorišćenih baterija treba izvršiti u skladu sa državnim propisima za odlaganje baterija.

Opis simbola koji, u zavisnosti od modela, mogu da se nađu na samom proizvodu, ambalaži proizvoda ili IM.

	Primenjeni deo - tip BF Stepen zaštite od električnog udara (struja curenja)		Serijski broj
IP XX	Stepen zaptivenosti u skladu sa IEC 60529		Temperaturna granica
	CE oznaka		Ograničenje vlažnosti
	GOST-R simbol		Ograničenje atmosferskog pritiska
	Simbol usaglašenosti za Evroaziju		Jednosmerna struja
	Korisnik treba da pogleda uputstvo za upotrebu		Ovaj proizvod ne bi trebalo da koriste osobe koje imaju medicinske implantate, npr. srčane pejsmejkere, veštačko srce, pluća ili druge sisteme održavanja života.
	Medicinsko sredstvo		Datum proizvodnje
	UKCA oznaka		Jedinstveni identifikator uređaja

17. Informacije o sastavu tela

Princip izračunavanja sastava tela

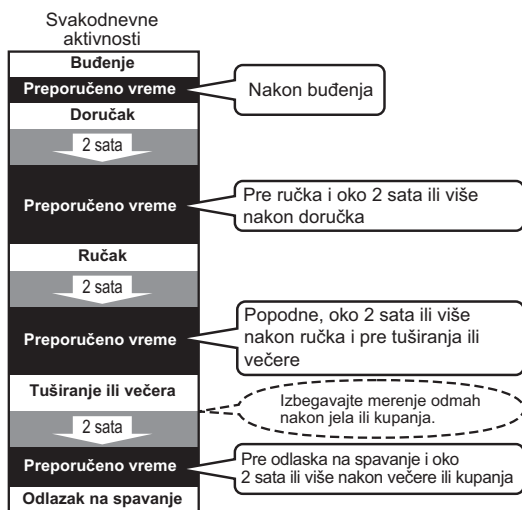
Telesna masnoća ima nisku električnu provodljivost

Uređaj VIVA meri procenat masnoće u telu metodom bioelektrične impedanse (BI). Mišići, krvni sudovi i kosti su tkiva sa velikim sadržajem vode koja dobro provodi elektricitet. Telesna masnoća je tkivo sa slabom električnom provodljivošću. Uređaj VIVA kroz vaše telo propušta izuzetno slabu električnu struju frekvencije 50 kHz i jačine manje od 500 μ A da bi utvrdio količinu masnog tkiva. Ova slaba električna struja se ne oseća prilikom upotrebe uređaja VIVA.

Da bi vaga odredila sastav vašeg tela, ona koristi električnu impedansu, koja zajedno sa podacima o vašoj visini, masi, godinama života i polu daje rezultate na osnovu OMRON-ovih podataka o sastavu tela.

Preporučeno vreme merenja

Razumevanje normalnih promena procena masnoće u vašem telu može da vam pomogne u prevenciji ili smanjenju gojaznosti. Ako znate u koje doba dana se menjaju procenti masnoće u vašem telu, to će vam pomoći da dobijete precizne podatke o promeni količine ukupnog masnog tkiva. Preporučeno je da se uređaj koristi u istom okruženju i dnevnim okolnostima. (Videti dijagram)



Izbegavajte merenje pod sledećim uslovima:

- Odmah nakon napornog vežbanja, posle kupanja ili boravka u sauni.
- Posle konzumiranja alkohola ili velike količine vode, posle jela (oko 2 sata).

Ako se merenje vrši pod ovim uslovima, dobijeni rezultat sastava tela se može značajno razlikovati od stvarnog usled promene sadržaja vode u telu.

Šta je ITM (indeks telesne mase)?

ITM koristi sledeći jednostavnu formulu za određivanje odnosa mase i visine osobe.

$$\text{ITM} = \text{masa (kg)} / \text{visina (m)} / \text{visina (m)}$$

Uređaj OMRON VIVA koristi informacije o visini sačuvane u vašem ličnom broju ili unete prilikom upotrebe režima rada „Guest“ (Gost) da bi izračunao vaš ITM.

Ukoliko je nivo masnoće koji pokazuje ITM viši od međunarodnog standarda, veća je verovatnoća nastanka čestih bolesti. Međutim, ITM ne može da pokaže sve vrste masnoće.

Šta je procenat telesne masnoće?

Procenat telesne masnoće predstavlja odnos mase masnog tkiva i ukupne mase tela izražen u procentima.

$$\text{Procenat telesne masnoće (\%)} = \left\{ \frac{\text{Masa masnog tkiva (kg)}}{\text{Masa tela (kg)}} \right\} \times 100$$

Uređaj VIVA koristi BI metodu za procenu procenta masnoće u vašem telu.

U zavisnosti od toga gde se masnoća distribuira u tkivu, ona se klasifikuje kao visceralna masnoća ili potkožna masnoća.

Šta je nivo visceralne masnoće?

Visceralna masnoća = masnoća koja okružuje unutrašnje organe

Smatra se da je prevelika količina visceralne masnoće tesno povezana sa povećanim nivoom masnoće u krvotoku, što može da dovede do nastanka čestih bolesti kao što su hiperlipidemija i dijabetes, a što umanjuje sposobnost insulina da prenosi energiju iz krvotoka i koristi ga u ćelijama. Da bi se sprečila ili poboljšala stanja čestih bolesti, važno je da pokušate da smanjite količinu visceralne masnoće na prihvatljiv nivo. Osobe sa visokim nivoom visceralne masnoće obično imaju veliki stomak. Međutim, to nije uvek slučaj i visok nivo visceralne masnoće može da dovede do metaboličke gojaznosti. Metabolička gojaznost (visceralna gojaznost uz normalnu masu) predstavlja nivo masnoće viši od prosečnog, čak i ako je masa osobe standardna ili manja od standardne za njenu visinu.



Šta je potkožna masnoća?

Potkožna masnoća = masnoća ispod kože

Potkožna masnoća se ne nagomilava samo u području stomaka, već i oko nadlaktica, kukova i butina i može da dovede do narušavanja proporcija tela. Iako ona nije direktno povezana sa povećanim rizikom od nastanka bolesti, smatra se da povećava pritisak na srce i dovodi do drugih komplikacija. Potkožna masnoća se ne prikazuje na ovom uređaju, ali je uključena u procenat telesne masnoće.



Šta su skeletni mišići?

Skeletni mišići se dele na dve grupe: mišići u unutrašnjim organima, kao što je srce, i skeletne mišići povezane sa kostima koji se koriste za kretanje tela. Skeletni mišići se mogu uvećati vežbanjem ili drugim aktivnostima. Povećanje udela skeletnih mišića znači da telo može lakše da troši energiju, što znači da neće doći do nagomilavanja masti, što omogućava vođenje zdravijeg života.

Šta je metabolizam u stanju mirovanja?

Bez obzira na vaš nivo aktivnosti, neophodan je minimalni nivo unosa kalorija za održavanje svakodnevnih funkcija tela. Poznat kao metabolizam u stanju mirovanja, on pokazuje koliko kalorija morate da unesete da biste obezbedili dovoljno energije za funkcionisanje tela.

18. Dijagrami za tumačenje rezultata merenja

Tumačenje rezultata procenta telesne masnoće

	Godine života	-(Nizak)	0(Normalan)	+(Visok)	++(Veoma visok)
Ženski pol	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%	
Muški pol	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%	

SR

HD McCarthy et al, in the International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006 i Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, klasifikovano u četiri nivoa od strane kompanije OMRON HEALTHCARE.

Tumačenje rezultata nivoa visceralne masnoće

Nivo visceralne masnoće	Klasifikacija nivoa
1–9	0 (Normalna telesna masa)
10–14	+ (Visok)
15–30	++ (Veoma visok)

Prema podacima kompanije OMRON HEALTHCARE.

Tumačenje rezultata procenta skeletnih mišića

	Godine života	-(Nizak)	0(Normalan)	+(Visok)	++(Veoma visok)
Ženski pol	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%
Muški pol	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%

Prema podacima kompanije OMRON HEALTHCARE.

Tumačenje rezultata ITM

ITM	ITM (određen od strane SZO)
< 18,5	- (Pothranjenost)
18,5-24,9	0 (Normalna telesna masa)
25-29,9	+ (Prekomerna telesna masa)
≧ 30	++ (Gojaznost)

SR

Proizvođač 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN
Predstavnik u EU 	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLANDIJA www.omron-healthcare.com
Uvoznik za EU	
Proizvodni pogon	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Kina
Podružnice	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Uvoznik u Ujedinjenom Kraljevstvu i odgovorna osoba u Ujedinjenom Kraljevstvu Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors