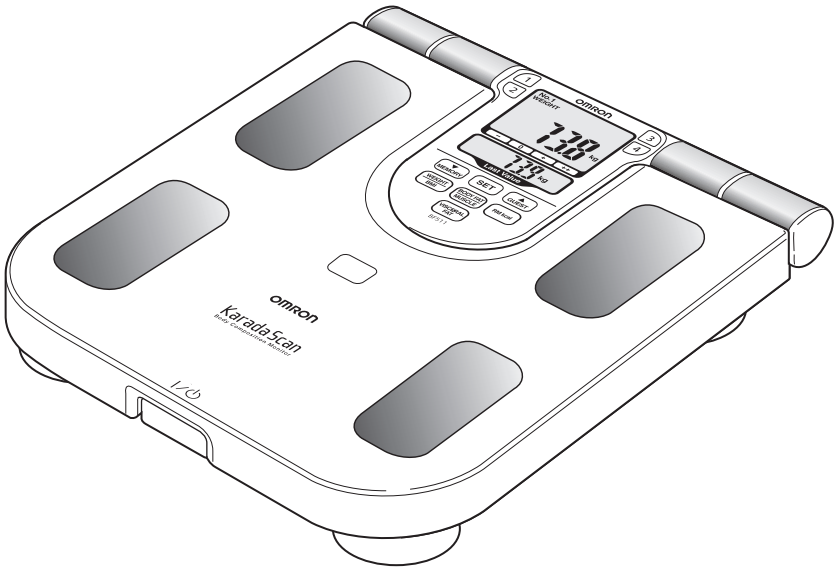
OMRON




## BF511 (HBF-511T-E/HBF-511B-E)

# Kropsfedtmåler med vægt

## • Brugsanvisning

DA

Tak fordi du har købt en OMRON kropsfedtmåler med vægt.
Før du bruger apparatet første gang, bedes du læse denne brugsanvisning omhyggeligt, så du kan bruge apparatet sikkert og korrekt.
Opbevar denne brugsanvisning til fremtidig brug.

All for Healthcare

IM-HBF-511-E-DA-09-09/2022

# BF511(HBF-511T-E/HBF-511B-E)
# Kropsfedtmåler med vægt

Kære kunde,

Tak fordi du har købt denne OMRON kropsfedtmåler med vægt af høj kvalitet. Med denne medicinske enhed kan du måle følgende kropsparametre nøjagtigt og omgående fortolke resultaterne:

- Kropsfedt (i %)
- Fedtniveau omkring de indre organer (op til 30 niveauer)
- Body Mass Index (BMI)
- Skeletmuskel (i %)

Endvidere bestemmer beregningen af hvilestofskiftet (i kcal) det daglige kaloriebehov og kan bruges som reference for et vægtreduktionsprogram.

Den unikke OMRON 8-sensorteknologi anvender begge hænder og fødder og er en af de mest nøjagtige metoder til helkropsmålinger.

OMRON kropsfedtmåler med vægt BF511 er egnet til børn fra 6 år og opefter samt voksne og kan veje personer med en vægt på op til 150 kg.
Dette apparat er beregnet til brug af voksne, der kan forstå denne brugsanvisning.

Læs denne brugsanvisning omhyggeligt før brug og for at få mere at vide om de enkelte funktioner.

Gem brugsanvisningen til fremtidig brug. Apparatet må ikke anvendes til andre formål end dem der er beskrevet i denne vejledning.

## Indholdsfortegnelse


### Før du bruger apparatet
**Sikkerhedsmeddelelser ..... 2**
**Oplysninger om kropssammensætning ..... 3**

### Brugervejledning
**1. Lær apparatet at kende ..... 5**
**2. Ilægning og udskiftning af batterierne ..... 5**
**3. Indstilling og lagring af personlige data ..... 6**
**4. Foretag en måling ..... 8**
**5. Måler kun vægten ..... 12**

### Pleje og vedligeholdelse
**6. Fejldisplay ..... 13**
**7. Fejlfinding ..... 13**
**8. Vedligeholdelse og opbevaring af apparatet ..... 14**
**9. Tekniske data ..... 15**


DA

# Sikkerhedsmeddelelser

Symboler og definitioner er som følger:

| | |
|---|---|
| ⚠Fare: | Forkert brug kan være farligt og medføre alvorlige kvæstelser eller dødsfald. |
| ⚠Advarsel: | Forkert brug kan medføre alvorlige kvæstelser eller dødsfald. |
| ⚠Forsigtig: | Forkert brug kan medføre kvæstelser eller skader på ejendom. |

## ⚠Fare:

- Apparatet må aldrig anvendes sammen med medicinske elektroniske anordninger såsom:

(1) Medicinske elektroniske implantater, såsom pacemakere.
(2) Elektroniske respiratorsystemer, såsom kunstig hjerte/lunge.
(3) Bærbare, elektroniske, medicinske enheder såsom en elektrokardiograf.

Apparatet kan forårsage fejlfunktion på disse former for udstyr, hvilket vil udgøre en betydelig sundhedsrisiko for brugerne af udstyret.

## ⚠Advarsel:

- Begynd aldrig på vægtreduktion eller motion uden vejledning fra en læge eller specialist.
- Apparatet må ikke bruges på glatte overflader såsom et vådt gulv.
- Apparatet skal holdes uden for små børns rækkevidde. Indeholder små dele, der er forbundet med kvælningsfare, hvis de sluges af børn.
- Displayets ledning kan forårsage kvælningsulykke for småbørn.
- Hop ikke op på apparatet, og hop ikke op og ned på den.
- Brug ikke apparatet, når kroppen og/eller fødderne er våde, f.eks. når du har taget bad.
- Stil dig op på hovedapparatet med bare fødder. Hvis du forsøger at stille dig på den med sokker på, kan du glide og komme til skade.
- Træd ikke på kanten eller displayområdet på hovedapparatet.
- Mennesker med handicap, eller som er fysisk skrøbelige, skal altid have hjælp af en anden person, når apparatet anvendes. Brug et gelænder eller lignende, når du træder op på apparatet.
- Hvis du får batterivæske i øjnene, skal du straks skylle øjet med masser af rent vand. Gå straks til lægen.
- Ved funktionsfejl kan apparatet blive varmt. Områder, hvor temperaturen kan stige:
  (1) Omkring batterikammeret: 105°C (maks.)
  (2) Elektroderne og betjeningsknapperne: 48°C (maks.)
  Stop omgående brugen ved funktionsfejl, eller hvis apparatet slet ikke fungerer. Anvend ikke elektroderne, eller rør ikke ved betjeningsknapperne i 10 minutter eller mere.

## ⚠Forsigtig:

- Dette apparat er kun beregnet til hjemmebrug. Det er ikke beregnet til professionel brug på hospitaler eller andre steder i sundhedssektoren.
- Displaydelen eller hovedapparatet må ikke skilles ad, repareres eller ombygges.
- Pas på, at der under måling ikke befinder sig mobiltelefoner eller andet elektrisk udstyr, der skaber elektromagnetiske felter, inden for 30 cm af dette apparat. Dette kan forårsage forkert funktion af apparatet og/eller unøjagtig måling.
- Pas på, når du stiller displaydelen væk. Du kan få fingrene i klemme mellem grebene og hovedapparatet, hvis du trykker for kraftigt på den.
- Brug ikke batterier, der ikke er bestemt til dette apparat. Læg ikke batterier i med polerne i den forkerte retning.
- Erstat straks slidte batterier med nye.
- Smid ikke batterierne i ild.
- Hvis du får batterivæske på huden eller tøjet, skal du straks skylle med masser af rent vand.
- Tag batterierne ud af apparatet, når du ikke skal bruge den i længere tid (ca. tre måneder eller mere).
- Brug ikke forskellige typer batterier sammen.
- Brug ikke nye og slidte batterier sammen.
- Fjern displaydelen fra hovedapparatet, før du træder op på apparatet. Hvis du forsøger at fjerne displaydelen, mens du træder op på apparatet, kan du miste balancen og falde.

## Generelle råd:

- Anbring ikke enheden på en polstret gulvflade, såsom et tæppe eller en måtte. Korrekt måling kan måske ikke lade sig gøre.
- Denne enhed må ikke anbringes i meget fugtige omgivelser, og den skal beskyttes mod vandstænk.
- Denne enhed må ikke anbringes i nærheden af varmekilder eller under airconditionanlæg og direkte sollys skal undgås.
- Apparatet må ikke anvendes til andre formål end dem der er beskrevet i denne vejledning.
- Træk ikke hårdt i displayenhedens ledning, som er forbundet med hovedenheden.
- Da denne enhed er et præcisionsinstrument, må den ikke tabes, rystes eller få kraftigt slag.
- Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i overensstemmelse med nationale regler vedrørende bortskaffelse af batterier.
- Vask ikke displayenheden eller hovedenheden med vand.
- Enheden må ikke aftørres med benzen, benzin, fortyndingsmiddel, alkohol eller andre flygtige opløsningsmidler.
- Enheden må ikke anbringes, hvor den vil blive udsat for kemikalier eller ætsende dampe.
- Brug batteriet inden for det anbefalede tidsrum, der er angivet på det.

Læs og følg "Vigtig information vedrørende elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)" i afsnittet Tekniske data.

# Oplysninger om kropssammensætning

## Princip for beregning af kropssammensætning

### *Kropsfedt har lav elektrisk ledeevne*

BF511 måler kropsfedtprocenten ved hjælp af den bioelektriske impedansmetode (BI). Muskler, blodkar og knogler er kropsvæv med et højere vandindhold som let leder elektricitet. Kropsfedt er væv, der kun har lille elektrisk ledningsevne. BF511 sender en meget svag elektrisk strøm på 50 kHz og mindre end 500 µA gennem kroppen for at bestemme mængden af fedtvæv. Den svage elektriske strøm mærkes ikke ved brugen af BF511.

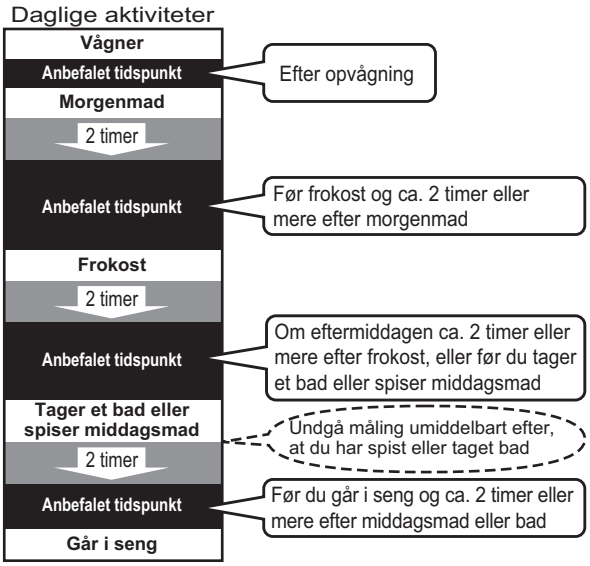
For at vægten kan bestemme kropssammensætningen, anvender den elektrisk impedans sammen med oplysninger om din højde, vægt, alder og køn for at generere resultater baseret på OMRONs data om kropssammensætning.

### *Måler hele kroppen for at undgå indflydelse fra variationer*

I løbet af dagen har mængden af vand i kroppen tendens til gradvist at flytte sig mod de nedre ekstremiteter. Det er derfor, der er tendens til, at ben og ankler hæver om aftenen eller om natten. Vandkvotienten i den øvre og nedre del af kroppen er forskellig om morgenen og om aftenen, og det betyder, at kroppens elektriske impedans også ændrer sig. Da BF511 bruger elektroder til både hænder og fødder til at udføre målinger, kan det reducere disse udsvings påvirkning af måleresultaterne.

### *Anbefalede måletider*

Forståelse for de normale ændringer i kropsfedtprocent kan hjælpe med til at forebygge eller reducere fedme. Hvis du er opmærksom på de tidspunkter, hvor kropsfedtprocenten ændrer sig i løbet af dagen, vil det hjælpe dig til at få en nøjagtig fornemmelse af kropsfedtet. Det anbefales at bruge dette apparat i samme omgivelser og ved samme daglige forhold. (Se diagram)




### *Undgå at foretage målinger under følgende omstændigheder:*

- Umiddelbart efter kraftig motion, efter et bad og efter at have været i sauna.
- Efter indtagelse af alkohol eller store mængder vand, efter et måltid (ca. 2 timer).

Hvis der foretages en måling under disse fysiske omstændigheder, kan den beregnede kropssammensætning afvige markant fra den faktiske sammensætning, da vandindholdet i kroppen ændrer sig.

## Hvad er BMI (body mass index)?

BMI anvender følgende enkle formel til at angive forholdet mellem en persons vægt og højde.

**BMI = vægt (kg) / højde (m) / højde (m)**

OMRON BF511 anvender de oplysninger om højde, som er lagret under det personlige profilnummer, eller når du indtaster oplysninger i GÆST-tilstand, til at beregne din BMI-klassificering.

Hvis BMI viser et fedtniveau, som ligger over den internationale standard, er der øget risiko for almindelige sygdomme. BMI kan dog ikke vise alle typer fedt.

DA

## Hvad er kropsfedtprocent?

Kropsfedtprocent refererer til mængden af kropsfedtmasse i forhold til den samlede kropsvægt udtrykt som en procent.

**Kropsfedtprocent (%) = {kropsfedtmasse (kg) / kropsvægt (kg)} × 100**

Apparatet anvender BI-metoden til at estimere kropsfedtprocenten.

Kropsfedtet klassificeres alt efter fordelingen på kroppen som fedt omkring de indre organer eller subkutant fedt.

## Hvad er fedtniveauet omkring de indre organer?

### *Fedt omkring de indre organer = fedt, der omgiver de indre organer*

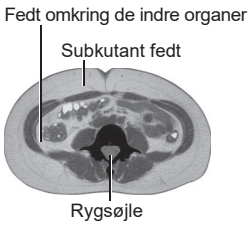
For meget fedt omkring de indre organer menes at være tæt forbundet med øgede niveauer af fedt i blodstrømmen, som kan føre til almindelige sygdomme såsom hyperlipidæmi og diabetes, som hæmmer insulinens evne til at overføre energi fra blodstrømmen og anvende det i celler. For at forebygge eller forbedre almindelige sygdommes tilstand, er det vigtigt at prøve at reducere fedtniveauet omkring de indre organer til et acceptabelt niveau. Mennesker med høje fedtniveauer omkring de indre organer har tendens til at have store maver. Men det er ikke altid tilfældet, og høje niveauer af fedt omkring de indre organer kan føre til metabolisk fedme. Metabolisk obesitet (forhøjet fedt omkring de indre organer med normal vægt) repræsenterer fedtniveauer, som ligger over gennemsnittet, selvom personens vægt ligger på eller under standarden for dennes højde.

Eksempel på fedt omkring de indre organer (MR-billede)

## Hvad er subkutant fedt?

### *Subkutant fedt = fedt under huden*

Subkutant fedt ophobes ikke kun omkring maven, men også rundt om overarme, hofter og lår og kan forårsage en forvrængning af kroppens proportioner. Selv om det ikke er direkte forbundet med en øget risiko for sygdom, menes det at øge trykket på hjertet og andre komplikationer. Subkutant fedt vises ikke i dette apparat, men er inkluderet i kropsfedtprocenten.



Eksempel på subkutant fedt (MR-billede)

## Hvad er skeletmuskel?

Muskler er opdelt i to typer, muskler i indre organer, såsom hjertet, og skeletmuskler, som er fastgjort på knogler, der bruges til at bevæge kroppen. Skeletmuskel kan øges gennem motion og anden aktivitet.

Hvis andelen af skeletmuskel øges, kan kroppen lettere forbrænde energi, og det betyder, at det er mindre sandsynligt, at den bliver til fedt, og at det bliver nemmere at leve et aktivt liv.

## Hvad er hvilestofskifte?

Uanset dit aktivitetsniveau kræves der et minimumsniveau af kalorieindtag til at opretholde kroppens daglige funktioner. Dette kaldes også hvilestofskiftet og angiver det antal kalorier, du skal have, for at din krop får tilstrækkeligt energi til at fungere.

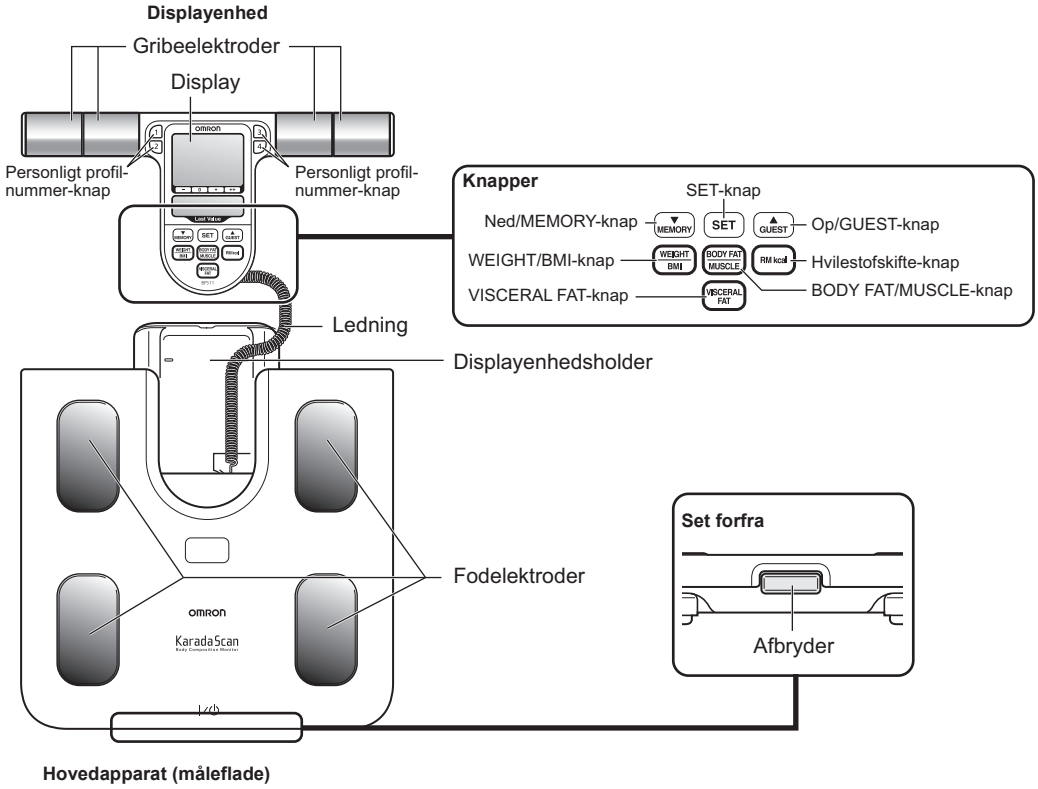
### *Årsagen til at beregnede resultater kan afvige fra den faktiske kropsfedtprocent*

Kropsfedtprocenten, som måles med denne enhed, kan afvige markant fra den faktiske kropsfedtprocent i følgende situationer:

Ældre personer (over 81 år) / Personer med feber / Bodybuildere eller topatleter / Patienter i dialyse / Patienter med osteoporose, der har en meget lav knogletæthed / Gravide kvinder / Personer med hævelser

Disse forskelle kan henføres til skiftende forhold i kropsvæske og/eller kropssammensætning.

# 1. Lær apparatet at kende

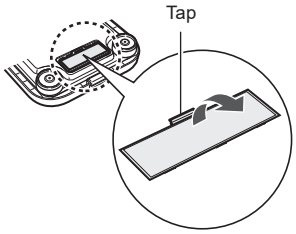



# 2. Ilægning og udskiftning af batterierne

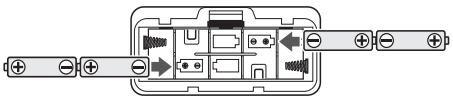
**1.** Åbn batteridækslet bag på hovedapparatet.

**1)** Tryk på batteridækslets tap for at udløse det.

**2)** Træk det op som vist.




**2.** Sæt batterierne i, så polerne vender som markeret i batterirummet.



**3.** Luk batteridækslet.

### *Batteriets levetid og udskiftning*

Når indikatoren for lavt batteri ( ) vises, skal alle fire batterier udskiftes med nye.
Data der lagres i hukommelsen bevares, selv hvis batterierne tages ud.

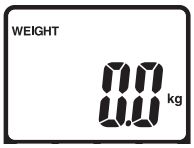
- Udskift batterierne, når apparatet er slukket.
- Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i overensstemmelse med nationale regler vedrørende bortskaffelse af batterier.
- Fire AA-batterier holder ca. 1 år (når der udføres målinger 4 gange om dagen).
- Da de medfølgende batterier kun er til prøvebrug, kan de have en kortere levetid.

DA

# 3. Indstilling og lagring af personlige data

Til måling af kropssammensætningen er det nødvendigt at indstille personlige data (alder, køn og højde).

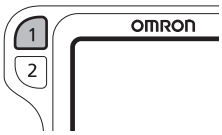
**1.** Tænd for apparatet.




"CAL" blinker i displayet, og derefter skifter displayet til "0.0 kg".

* Vent indtil "0.0 kg" vises.

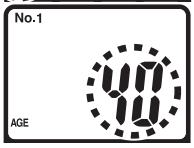
**2.** Tryk på knappen til personligt profilnummer for at vælge dit personlige profilnummer.




**1)** Det valgte nummer blinker på displayet.

**2)** Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

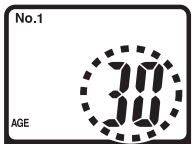
Derefter blinker standardindstillingen for alder på displayet.




**3.** [SÅDAN INDSTILLES ALDER]

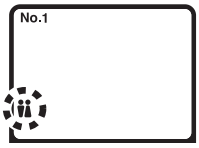
Indstillingsområde: 6 til 80 år

**1)** Tryk på knappen ▲ eller ▼ for at justere alderen.



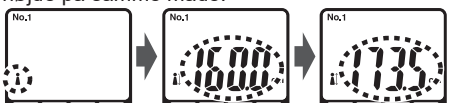

**2)** Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

Derefter blinker symbolerne for køn på displayet.




**4.** [SÅDAN INDSTILLES KØN OG HØJDE]

Vælg køn (MAND) eller (KVINDE) og højde på samme måde.




Når alle indstillinger er vist og er bekræftet, vises "0.0 kg" i displayet.

Nu er indstillingen slut.

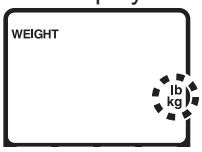
### *Valg af måleenhed*

Du kan ændre de måleenheder, der anvendes til indstilling af højde og vægt.

**1.** Tænd for apparatet.

"CAL" blinker i displayet, og derefter skifter displayet til "0.0 kg".
Vent indtil "0.0 kg" vises i displayet.

**2.** Tryk på knappen ▼, indtil "lb" og "kg" blinker i displayet.




**3.** Tryk på knappen ▲/▼ for at vælge "kg" eller "lb".

Det vil automatisk ændre "cm" og "in".

**4.** Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

Alle højde- og vægtmålinger vises vha. de nye måleenheder. Ændringen gælder, indtil du ændrer den igen.

### *Ændring af personlige data*

**1.** Tænd for apparatet.

"CAL" blinker i displayet, og derefter skifter displayet til "0.0 kg".
Vent indtil "0.0 kg" vises i displayet.

**2.** Tryk på knappen til personligt profilnummer for at vælge dit personlige profilnummer.

**1)** Dit nummer blinker en gang på displayet.

**2)** Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

Derefter blinker den valgte aldersindstilling på displayet.

**3.** Du kan ændre det valgte element med knappen ▲ eller ▼ og derefter trykke på knappen SET. Displayet skifter mellem alder, køn og højde.

### *Sletning af personlige data*

**1.** Tænd for apparatet.

"CAL" blinker i displayet, og derefter skifter displayet til "0.0 kg".
Vent indtil "0.0 kg" vises i displayet.

**2.** Tryk på knappen til personligt profilnummer for at vælge dit personlige profilnummer.

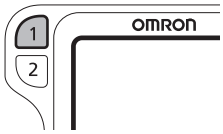
**1)** Dit nummer blinker en gang på displayet.

**2)** Tryk på SET-knappen for at bekræfte.

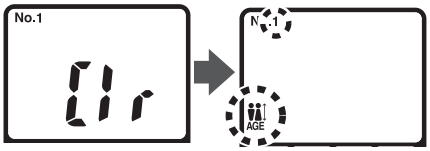
Derefter blinker den valgte aldersindstilling på displayet.

**3.** Slet de personlige data.

Tryk på knappen til personligt profilnummer i mere end to sekunder.




"Clr" vises i displayet, og de personlige data slettes fra hukommelsen.




### *Afbryder*

Der vil automatisk blive slukket for strømmen ved følgende forhold:

1. Hvis apparatet ikke bruges i løbet af et minut efter, at "0.0 kg" vises i displayet.
2. Hvis der ikke indtastes oplysninger i 5 minutter, når der indtastes personlige data.
3. Hvis apparatet ikke bruges i 5 minutter efter, at måleresultaterne er vist.
4. 5 minutter efter at resultatet er vist, når der kun måles vægt.

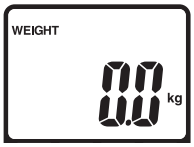
DA

# 4. Foretag en måling

Målingen skal foretages på en hård, plan overflade.

## 1. Tænd for apparatet.

"CAL" blinker i displayet, og derefter skifter displayet til "0.0 kg".




* Hvis du stiller dig op på apparatet, før "0.0 kg" vises i displayet, fremkommer der en fejlmeddelelse "Err".

## 2. Tag displayenheden ud, når "0.0 kg" vises.

**Bemærk:** Tag ikke displayenheden ud, før "0,0 kg" vises i displayet. Ellers tælles displayets vægt med i kropsvægten, så resultatet bliver forkert.

## 3. Vælg det personlige profilnummer.

Tryk på knappen til personligt profilnummer, mens du holder displayenheden. Det valgte nummer vises efter at have blinket en gang.

***Hvis følgende display vises:***

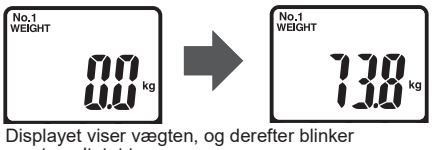
Dine personlige data er ikke lagret på det personlige profilnummer, du har valgt. Se afsnit 3 for at lagre personlige data.

***Hvis du ikke har personlige data lagret på apparatet (GUEST-tilstand):***

1) Tryk på GUEST-knappen, mens du holder displaydelen.
2) GUEST-indikatoren "G" vises i displayet.
3) Indstil personlige data (alder, køn og højde). Læs trin 3 til 4 i afsnit 3 Indstilling og lagring af personlige data.

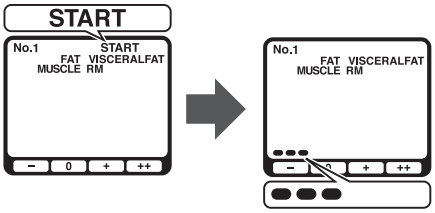
## 4. Start målingen.

**1)** Stil dig op på hovedapparatet, og placer fødderne på fodelektroderne med vægten ligeligt fordelt.



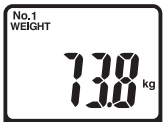

Displayet viser vægten, og derefter blinker vægtresultatet to gange.
Apparatet begynder derefter at måle kropsfedtprocenten, fedtniveauet omkring de indre organer, skeletmuskelprocenten, BMI og hvilestofskiftet.

**2)** Når "START" vises i displayet, strækker du armene lige ud i en vinkel på 90° i forhold til kroppen.




Indikatorerne i målestatusbjælken nederst på displayet fremkommer gradvist fra venstre mod højre.

**3)** Når målingen er udført, vises din vægt igen. På dette tidspunkt må du stige ned fra apparatet.



## *Rigtig holdning ved måling*

Når du har målt din vægt.

90°

(1)

**Stå med knæene og ryggen lige og se lige ud.**

(2)

**Armene er løftet til vandret stilling, og albuerne er helt strakt.**
**Stræk armene lige ud i en vinkel på 90° i forhold til kroppen.**

(3)

**Hold displaydelen, så du kan se den.**

**Stil dig op på hovedapparatet med bare fødder.**

Hæle

- Sørg for, at dine hæle er placeret som vist. Stå med vægten ligeligt fordelt på målefladen.

Pres håndfladerne fast ned på gribeelektroderne.

Placer langfingeren i indhakket bag på gribeelektroderne.

Hold indergrebselektroder ne fast med tommel og pegefinger.

Hold ydergrebselektroderne med ringfinger og lillefinger.

## *Kropsstillinger der bør undgås under måling*

Bevægelse under måling

Arme bøjede

Arme for lavt eller højt

Displayet vender opad

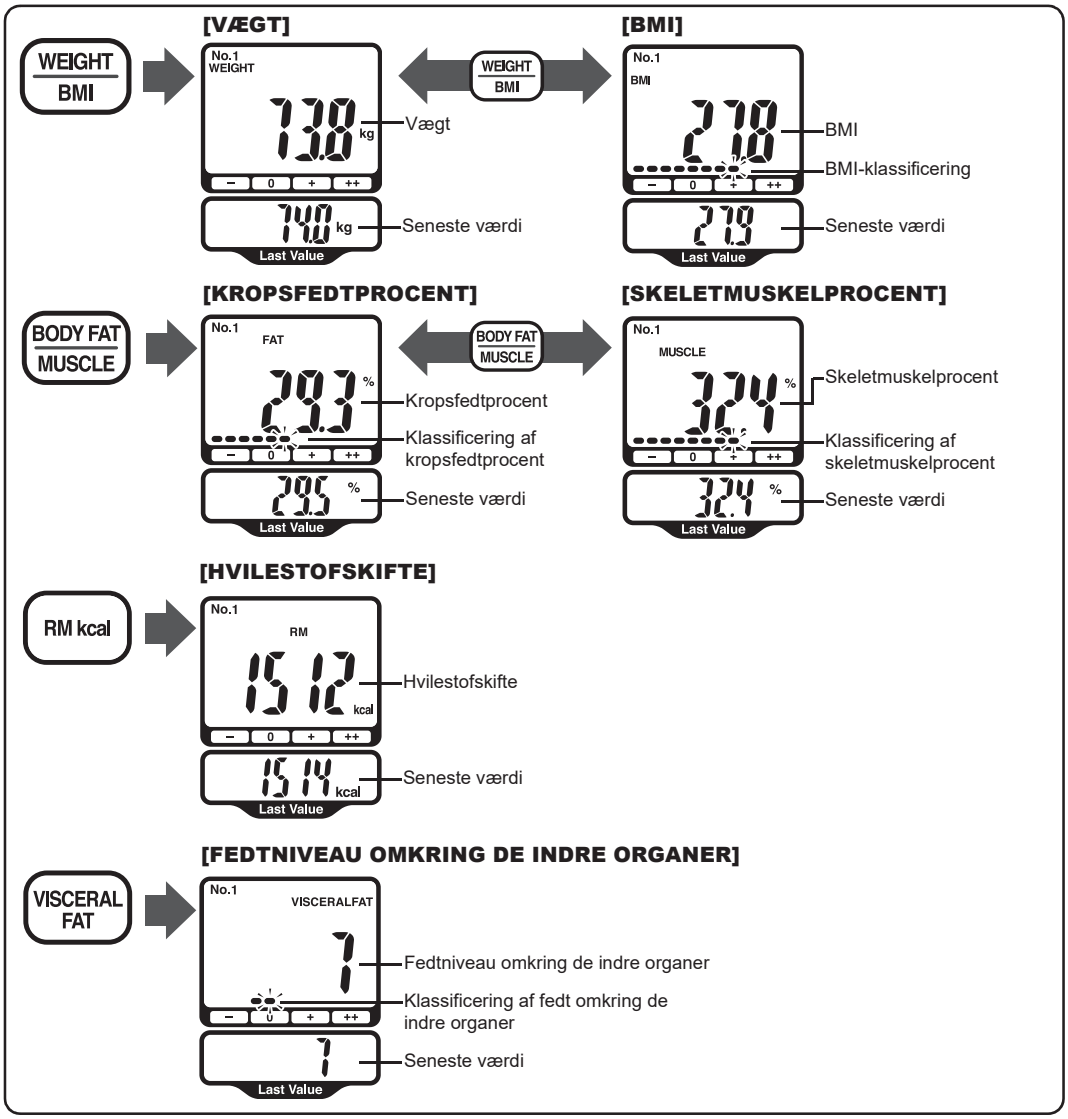
Knæene bøjet

Står på kanten af apparatet

DA

## 5. Kontroller måleresultaterne.

Tryk på den relevante knap for at se de ønskede måleresultater. De sidste værdier fra den forrige måling vises i området Last value i displayet.




**Bemærk:** For børn (6 til 17 år) viser enheden vægt, klassificering af kropsfedtprocent, skeletmuskelprocent, BMI og BMI-klassificering samt hvilestofskifte.

## *Fortolkning af resultatet for kropsfedtprocenten*

Nedenstående tabel er baseret på en undersøgelse udført af HD McCarthy et al, i International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, og af Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, og klassificeret i fire niveauer af Omron Healthcare.

| Køn | Alder | – (Lav) | 0 (Normal) | + (Høj) | ++ (Meget høj) |
|---|---|---|---|---|---|
| Kvinder | 6 | < 13,8% | 13,8 - 24,9% | 25,0 - 27,0% | ≧ 27,1% |
| | 7 | < 14,4% | 14,4 - 27,0% | 27,1 - 29,6% | ≧ 29,7% |
| | 8 | < 15,1% | 15,1 - 29,1% | 29,2 - 31,9% | ≧ 32,0% |
| | 9 | < 15,8% | 15,8 - 30,8% | 30,9 - 33,8% | ≧ 33,9% |
| | 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% |
| Mænd | 6 | < 11,8% | 11,8 - 21,7% | 21,8 - 23,7% | ≧ 23,8% |
| | 7 | < 12,1% | 12,1 - 23,2% | 23,3 - 25,5% | ≧ 25,6% |
| | 8 | < 12,4% | 12,4 - 24,8% | 24,9 - 27,7% | ≧ 27,8% |
| | 9 | < 12,6% | 12,6 - 26,5% | 26,6 - 30,0% | ≧ 30,1% |
| | 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% |

## *Fortolkning af resultatet for fedt omkring de indre organer*

| Fedtniveau omkring de indre organer | Niveauklassificering |
|---|---|
| 1 - 9 | 0 (Normal) |
| 10 - 14 | + (Høj) |
| 15 - 30 | ++ (Meget høj) |

I henhold til tal fra Omron Healthcare.

DA

### *Fortolkning af BMI-resultatet*

| BMI | BMI (Angivelse af WHO) | BMI-klassificeringsbjælke (– 0 + ++) | BMI-bedømmelse |
|---|---|---|---|
| BMI < 18,5 | - (Undervægtig) | | 7,0 - 10,7<br>10,8 - 14,5<br>14,6 - 18,4 |
| 18,5 ≦ BMI < 25 | 0 (Normal) | | 18,5 - 20,5<br>20,6 - 22,7<br>22,8 - 24,9 |
| 25 ≦ BMI < 30 | + (Overvægt) | | 25,0 - 26,5<br>26,6 - 28,2<br>28,3 - 29,9 |
| 30 ≦ BMI | ++ (Fedme) | | 30,0 - 34,9<br>35,0 - 39,9<br>40,0 - 90,0 |

Ovennævnte indeks henviser til værdierne for bedømmelse af overvægt foreslået af WHO, Verdenssundshedsorganisationen.

### *Fortolkning af resultat for skeletmuskelprocent (for voksne)*

| Køn | Alder | – (Lav) | 0 (Normal) | + (Høj) | ++ (Meget høj) |
|---|---|---|---|---|---|
| Kvinder | 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% |
| Mænd | 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% |

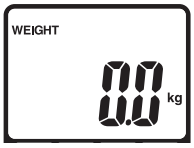
I henhold til tal fra Omron Healthcare.

**6.** Sluk for apparatet, når resultaterne er bekræftet.

**Bemærk:** Hvis du glemmer at slukke for strømmen, slukker apparatet automatisk efter 5 min. Sæt displayenheden tilbage i holderen på hovedenheden som vist i afsnit 8.

## 5. Måler kun vægten

**1.** Tænd for apparatet.




"CAL" blinker i displayet, og derefter skifter displayet til "0.0 kg".

**Bemærk:** Hvis du stiller dig op på apparatet, før "0.0 kg" vises på displayet, fremkommer der en fejlmeddelelse, "Err".

**2.** Træd op på apparatet, når "0.0 kg" vises.

**Bemærk:** Opbevar displaydelen i dens holder.

**3.** Kontroller måleresultatet.

Din vægt vises og blinker to gange for at angive, at målingen er udført.

**Bemærk:** På dette tidspunkt kan du også kontrollere måleresultatet ved at tage displayenheden ud.

**4.** Når målingen er afsluttet, skal du træde ned fra apparatet og slukke for strømmen.

## 6. Fejldisplay

| Fejldisplay | Årsag | Afhjælpning |
|---|---|---|
| Err 1 | Dine håndflader eller fodsåler er ikke i fast kontakt med elektroderne. | Pres håndfladerne eller fodsålerne fast ned på elektroderne, og udfør så målingen. (Se afsnit 4). |
| Err 2 | Kropsstilling ved måling er forkert, eller håndfladerne eller fodsålerne er ikke i stabil kontakt med elektroderne. | Udfør målingen uden at bevæge hænder eller fodsåler. (Se afsnit 4). |
| Err 3 | Håndfladerne eller fodsålerne er for tørre. | Fugt håndfladerne eller fodsålerne med et vådt håndklæde, og gentag derefter målingen. |
| Err 4 | Værdierne for kropssammensætning er uden for måleligt interval. | • Kontroller, at de indstillinger for alder, køn og højde, der er lagret som personlige data, er korrekte. (se Angivelse af indstillinger i afsnit 9).<br>• Hovedapparatet kan ikke måle kropssammensætning uden for sit måleinterval. Det gælder også, selvom indstillingerne for alder, køn og højde er korrekte. |
| Err 5 | Unormal funktion. | Sæt batterierne i igen, og gentag målingen.<br>Hvis fejlen stadig optræder, skal du kontakte din OMRON-servicerepræsentant. |
| Err | Du stillede dig op på enheden, før displayet viste "0.0 kg". | Stil dig op på hovedenheden, når displayet viser "0.0 kg". |
| | Du flyttede hovedenheden, før displayet viste "0.0 kg". | Flyt ikke hovedenheden, før displayet viser "0.0 kg". |
| | Du flyttede dig, mens kropsvægten blev målt. | Du må ikke flytte dig, når kropsvægten bliver målt. |
| | Din vægt er 150 kg (330,0 lb) eller derover. | Kropsvægt på 150 kg (330,0 lb) eller derover er uden for apparatets måleinterval. Du kan ikke bruge dette apparat. |

## 7. Fejlfinding

Hvis nedenstående problemer opstår under målingen, skal du først kontrollere, at der ikke er andre elektriske apparater inden for 30 cm.
Se nedenstående tabel, hvis problemet fortsætter.

| Problem | Årsag | Afhjælpning |
|---|---|---|
| Den viste værdi for kropssammensætning er unormalt høj eller lav. | Se "Oplysninger om kropssammensætning". | |
| Apparatet slukker automatisk 5 minutter efter, at kropsvægten er bekræftet, og før kropsfedtprocenten, fedtniveauet omkring de indre organer, skeletmuskelprocenten, BMI og hvilestofskiftet måles. | Du valgte ikke det korrekte personlige profilnummer eller GUEST-tilstand. (Det personlige profilnummer eller "G" vises ikke på displayenheden). | Vælg det korrekte personlige profilnummer eller GUEST-tilstand. (Se afsnit 4). |
| Der vises intet, når der tændes for strømmen. | Der er ikke lagt batterier i. | Sæt batterierne i. |
| | Batteriernes poler er ikke justeret rigtigt. | Læg batterierne i med rigtig justering. |
| | Batterierne er slidt op. | Udskift alle fire batterier med nye. (Se afsnit 2). |
| | Den ledning, der forbinder hovedapparatet og displaydelen, er beskadiget eller slidt. | Kontakt den nærmeste OMRON-servicerepræsentant. |

DA

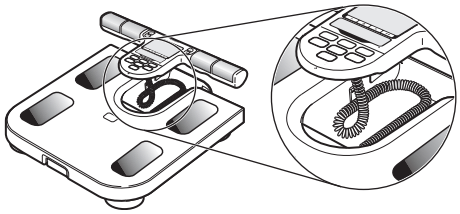
# 8. Vedligeholdelse og opbevaring af apparatet

### *Sådan rengøres apparatet*

- Apparatet skal altid holdes ren før brug.
- Tør hovedenheden af med en blød, tør klud.
  Hvis det er nødvendigt, kan du bruge en klud fugtet med vand eller rengøringsmiddel og vride den godt, før du tørrer enheden af, derefter tørrer du den af med en tør klud.
- Du kan bruge isopropylalkohol til at rengøre elektroderne, men det må ikke anvendes på andre dele af apparatet.
- Brug ikke benzen eller fortyndingsmiddel til at rengøre apparatet.

### *Pleje og opbevaring*

- Displaydelen opbevares i hovedapparatet som vist.
- Når du lægger displayenheden til side, skal du passe på ikke at bøje ledningen.



- Apparatet må ikke opbevares ved følgende forhold:
  - Fugtighed, hvor der kan trænge fugt eller vand ind i apparatet
  - Høje temperaturer, direkte sollys og støvede steder
  - Steder med risiko for pludselige slag eller vibrationer
  - På steder, hvor der opbevares kemikalier, eller hvor der er korrosive luftarter til stede.

- Udfør ikke selv reparationer af nogen art. Dette produkt er kalibreret på produktionstidspunktet. Kontakt en autoriseret OMRON-distributør, hvis du kommer i tvivl om målenøjagtigheden. Generelt anbefales det at få apparatet efterset hvert 2. år, så korrekt funktion og nøjagtighed sikres.

# 9. Tekniske data

| | | |
|---|---|---|
| **Produktkategori** | **Kropssammensætningsmåler** | |
| **Produktbeskrivelse** | Kropsfedtmåler med vægt | |
| **Model (kode)** | **BF511 (HBF-511T-E/HBF-511B-E)** | |
| **Display** | **Kropsvægt:** | 0 til 150 kg i intervaller på 0,1 kg<br>(0,0 til 330,0 lb i intervaller på 0,2 lb) |
| | **Kropsfedtprocent:** | 5,0 til 60,0% i intervaller på 0,1% |
| | **Skeletmuskelprocent:** | 5,0 til 50,0% i intervaller på 0,1% |
| | **BMI:** | 7,0 til 90,0 i intervaller på 0,1 |
| | **Hvilestofskifte:** | 385 til 3999 kcal i intervaller på 1 kcal |
| | **Fedtniveau omkring de indre organer:** 30 niveauer i intervaller på 1 niveau | |
| | **BMI-klassificering:**<br>– (Undervægt) / 0 (Normalvægt) / + (Overvægt) / ++ (Fedme) 4 niveauer med hver 3 underniveauer | |
| | **Kropsfedtprocent og klassificering af skeletmuskelprocent:**<br>– (Lav) / 0 (Normal) / + (Høj) / ++ (Meget høj) 4 niveauer med hver 3 underniveauer | |
| | **Klassificering af fedtniveau omkring de indre organer:**<br>0 (Normal) / + (Høj) / ++ (Meget høj) 3 niveauer med hver 3 underniveauer | |
| **Angivelse af indstillinger** | **Højde:** 100,0 til 199,5 cm (3' 4" til 6' 6 3/4")<br>**Alder:** 6 til 80 år<br>**Køn:** Mand/kvinde<br>* Måleenheder: kg (cm) / lb (fod•tomme)<br>* Aldersområdet for kropsfedtprocent, klassificering af kropsfedtprocent, skeletmuskelprocent, BMI og BMI-klassificering og hvilestofskifte er 6 til 80 år.<br>* Aldersområdet for klassificering af fedtniveau omkring de indre organer og klassificering af skeletmuskelprocent er 18 til 80 år. | |
| **Vægtens nøjagtighed** | 0,0 kg til 40,0 kg: ± 0,4 kg<br>(0,0 lb til 88,2 lb: ± 0,88 lb)<br>40,0 kg til 150,0 kg: ± 1%<br>(88,2 lb til 330,0 lb: ± 1%) | |
| **Nøjagtighed (S.E.E.)** | **Kropsfedtprocent:** | 3,5% |
| | **Skeletmuskelprocent:** | 3,5% |
| | **Fedtniveau omkring de indre organer:** 3 niveauer | |
| **Levetid** | 5 år | |
| **Strømforsyning** | 4 AA batterier (R6) (du kan også bruge AA alkalinebatterier (LR6)). | |
| **Batteriets levetid** | Ca. 1 år (når der anvendes manganbatterier med fire målinger om dagen) | |
| **Temperatur/ luftfugtighed/lufttryk under brug** | +10 til 40°C / 30 til 85% relativ luftfugtighed (ikke kondenserende) / 700 til 1060 hPa | |
| **Temperatur/ luftfugtighed/lufttryk under opbevaring og transport** | -20 til 60°C / 10 til 95% relativ luftfugtighed (ikke kondenserende) / 700 til 1060 hPa | |
| **Beskyttelse mod elektrisk stød** | Internt strømforsynet, medicinsk, elektrisk udstyr | |
| **Anvendt del** | Type BF (gribeelektroder, fodelektroder) | |
| **IP-klassifikation** | IP21 | |

* IP-klassifikationen er beskyttelsesgraden i henhold til IEC 60529.
Dette apparat er beskyttet mod massive fremmedlegemer med en diameter på 12,5 mm som f.eks. en finger og større. Dette apparat er beskyttet mod indtrængen af lodret faldende vanddråber.

| | | |
|---|---|---|
| **Vægt** | Ca. 2,2 kg (4,85 lb) (inklusive batterier) | |
| **Udvendige mål** | **Displayenhed:** | Ca. 300 (B) × 35 (H) × 147 mm (D)<br>(Ca. 11 3/4" (B) x 1 3/8" (H) x 5 3/4" (D)) |
| | **Hovedenhed:** | Ca. 303 (B) × 55 (H) × 327 mm (D)<br>(Ca. 11 7/8" (B) x 2 1/8" (H) x 12 7/8" (D)) |
| **Pakkens indhold** | Kropsfedtmåler med vægt, 4 AA-manganbatterier (R6), brugsanvisning, garantibevis | |

**Bemærk:** Med forbehold for tekniske modifikationer uden forudgående varsel.
Venligst indrapporter eventuelle alvorlige hændelser, der er opstået i forbindelse med dette apparat, til producenten og de kompetente myndigheder i det medlemsland, du bor i.

CE 0197 UK CA 0086

DA

| Beskrivelse af symboler, som - afhængig af model - findes på selve produktet, produktets salgspakke eller IM | | | |
|---|---|---|---|
| | Anvendt del - type BF<br>Beskyttelsesgrad mod elektrisk stød (lækstrøm) | | Temperaturbegrænsning |
| IP XX | Indtrængningsbeskyttelsesgrad ydet af IEC 60529 | | Fugtighedsgrænse |
| CE | CE-mærkning | | Grænse for atmosfærisk tryk |
| SN | Serienummer | | Jævnstrøm |
| | Brugeren skal læse brugsvejledningen | | Dette produkt må ikke anvendes af personer med medicinske implantater, f.eks. hjertepacemakere, kunstigt hjerte, lunge eller andre elektroniske, livsnødvendige systemer. |
| MD | Medicinsk udstyr | | Produktionsdato |
| UK CA | UKCA-mærkning | UDI | Unik udstyrsidentifikation |

### *Korrekt bortskaffelse af produktet (Brugt elektrisk & elektronisk udstyr)*

Dette mærke på produktet eller dets dokumentation angiver, at det ikke må bortskaffes sammen med andet husholdningsaffald, når det er udtjent. For at forebygge skader på miljøet eller den menneskelig sundhed forårsaget af ukontrolleret bortskaffelse af affald skal dette produkt adskilles fra andre typer affald og genbruges på ansvarlig vis for at fremme bæredygtig genbrug af materialeressourcer.

Husholdningsbrugere skal enten kontakte den forhandler, hvor produktet blev købt, eller kommunen vedrørende oplysninger om, hvortil og hvordan de kan bringe produktet til miljømæssig sikker genbrug.

Erhvervsbrugere skal kontakte leverandøren og gennemlæse betingelserne og vilkårene i købekontrakten. Dette produkt må ikke blandes sammen med andet kommercielt affald ved bortskaffelse.

Produktet indeholder ikke nogen farlige substanser.
Bortskaffelse af brugte batterier skal ske i overensstemmelse med nationale regler vedrørende bortskaffelse af batterier

### *Vigtig information vedrørende elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)*

Dette apparat, der er fremstillet af OMRON Healthcare Co., Ltd., er i overensstemmelse med standarden EN60601-1-2:2015 Elektromagnetisk kompatibilitet (EMC).
Der kan fås yderligere dokumentation i overensstemmelse med denne EMC-standard hos OMRON HEALTHCARE EUROPE på den adresse, der er nævnt i brugervejledningen, eller på www.omron-healthcare.com

| | |
|---|---|
| **Producent** | **OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.**<br>53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO,<br>617-0002 JAPAN |
| **EU-repræsentant**<br>EC REP | **OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.**<br>Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp,<br>HOLLAND<br>www.omron-healthcare.com |
| **Importør i EU** | |
| **Produktionsanlæg** | **Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd.**<br>No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu<br>225009, Kina |
| **Datterselskaber** | Importør i Danmark og ansvarlig person for Danmark<br>**OMRON HEALTHCARE UK LTD.**<br>Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK<br>www.omron-healthcare.com\distributors |
| | **OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH**<br>www.omron-healthcare.com\distributors |
| | **OMRON SANTÉ FRANCE SAS**<br>www.omron-healthcare.com\distributors |

Udstedelsesdato: 2022-11-01

Fremstillet i Kina