



BF508 (HBF-508-E)

Body Composition Monitor

- **Instruction Manual**
- **Mode d'emploi**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Manuale di istruzioni**
- **Manual de instrucciones**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **كتيب الإرشادات**

EN

FR

DE

IT

ES

NL

RU

AR

Thank you for purchasing the OMRON Body Composition Monitor.
Before using this unit for the first time, please be sure to read this Instruction Manual carefully and use the unit safely and properly.
Please keep this Instruction Manual at hand all the time for future reference.

BF508

جهاز مراقبة مكونات الجسم

يُرجى قراءة هذه الإرشادات بعناية قبل الاستخدام واحتفظ بهذا الكتيب للرجوع إليه في المستقبل. لا تستخدم هذا الجهاز لأغراض غير المذكورة في هذا الكتيب.



دواعي الاستخدام

تستخدم هذه الوحدة في قياس ما يلي من معلمات تركيبية الجسم وعرضها.

- وزن الجسم

- نسبة الدهون في الجسم (بالنسبة المئوية)

- الدهون الحشوية (ما يصل إلى 30 مستوى)

- BMI (مؤشر كتلة الجسم)

يتم تشغيل هذه الوحدة بواسطة البالغين ممن يمكنهم فهم دليل الإرشادات هذا.

المحتويات

٨ . أخذ القياس

١١ . قياس الوزن فقط

الرعاية والصيانة

١٢ . شاشات الخطأ

١٢ . استكشاف الأخطاء وإصلاحها

١٣ . كيفية الاعتناء بالجهاز وتخزينه

١٤ . البيانات الفنية

قبل استخدام الجهاز

١ . ملاحظات متعلقة بالأمان

٣ . معلومات حول مكونات الجسم

إرشادات التشغيل

١ . تعرف على الجهاز

٥ . تركيب البطاريات واستبدالها

٣ . إعداد البيانات الشخصية وتخزينها

ملاحظات متعلقة بالأمان

تظهر الرموز والتعريفات على النحو التالي:

⚠️ خطر:	قد يتسبب الاستخدام غير الصحيح في مخاطر تؤدي إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠️ تحذير:	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى احتمالية حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.
⚠️ تنبيه:	قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث إصابات أو إتلاف الممتلكات.

⚠️ خطر:

• لا تقم أبداً باستخدام هذا الجهاز جنباً إلى جنب مع الأجهزة الإلكترونية الطبية مثل:

(١) الأجهزة الإلكترونية الطبية المزروعة، مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب.

(٢) الأجهزة الإلكترونية لدعم الحياة، مثل القلب/الرئة الصناعية.

(٣) الأجهزة الإلكترونية الطبية المحمولة، مثل جهاز رسم القلب.

قد يتسبب هذا الجهاز في حدوث قصور في أداء تلك الأجهزة، مما يؤدي إلى مخاطر صحية كبيرة على مستخدمي تلك الأجهزة.



⚠️ تحذير:

• لا تبدأ أبداً عملية إنقاص الوزن أو العلاج بالتمرين الرياضية دون استشارة الطبيب أو الأخصائي.

• تجنب استخدام هذا الجهاز على الأسطح الزلقة، مثل الأرضية المبللة.

• احتفظ بالجهاز بعيداً عن متناول الأطفال. يحتوي على قطع صغيرة قد تسبب خطر الاختناق إذا ما تم ابتلاعها بواسطة الأطفال الصغار.

• قد يسبب كابل الشاشة الاختناق العرضي للأطفال الصغار.

- اثبت على الجهاز ولا تقفز عليه.
- تجنب استخدام هذا الجهاز عندما يكون جسمك و/أو قدمك مبلتين، كما هو الحال بعد الاستحمام.
- قف على الوحدة الرئيسية حافي القدمين. حيث إن محاولة الوقوف على الجهاز أثناء ارتداء الجوارب قد يتسبب في انزلاقك، مما يؤدي إلى حدوث إصابات.
- لا تقف على حافة الجهاز أو على منطقة الشاشة الموجودة بالوحدة الرئيسية.
- يجب دوماً مساعدة الأشخاص المعاقين أو ذوي البنى الضعيفة بواسطة شخص آخر عند استخدام هذا الجهاز. حيث يجب الاستناد إلى شيء ما عند الصعود على الجهاز.

- في حالة وصول سائل البطارية إلى داخل عينيك، اغسلهما على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف. يادر باستشارة الطبيب على الفور.

نصائح عامة:

- لا تضع هذا الجهاز على سطح أرضية لين كأن تضعه على سجادة أو بساط. فقد لا تحصل على قياسات دقيقة.
- لا تضع هذا الجهاز في بيئات بها نسبة رطوبة مرتفعة واعمل على حمايته من رذاذ الماء.
- لا تضع هذا الجهاز بالقرب من مصادر الحرارة أو أسفل أجهزة تكييف الهواء وتجنب ضوء الشمس المباشر.
- لا تستخدم هذا الجهاز لأغراض غير المذكورة في هذا الكتيب.
- لا تسحب سلك وحدة العرض المتصل بالوحدة الرئيسية بعنف.
- وحيث أن هذا الجهاز مصمم لأخذ أدق القياسات، فلا تقم بإسقاطه أو تعرضه للاهتزازات أو الصدمات العنيفة.
- يجب التخلص من البطاريات المستخدمة وفقاً للقوانين القومية الخاصة بالتخلص من البطاريات.
- لا تغسل وحدة العرض أو الوحدة الرئيسية بالماء.
- لا تسمح هذا الجهاز بالبنزين أو الغازولين أو النتر المستخدم في الدهانات أو الكحول أو غير ذلك من المذيبات المتطايرة.
- لا تضع هذا الجهاز في الأماكن المعرضة للمواد الكيميائية أو الأبخرة المسببة للتآكل.
- استخدم البطارية ضمن الفترة الموصى بها المشار إليها.

برجاء قراءة واتباع «المعلومات المهمة المتعلقة بالتوافق الكهرومغناطيسي (EMC)» في قسم البيانات الفنية.

- عندما يتعطل الجهاز، فقد يصبح ساخناً.
- الأماكن التي يمكن أن ترتفع فيها درجة الحرارة:
(١) ما حول منطقة محتويات البطارية: ١٠٥ درجة مئوية (بحد أقصى)
(٢) أزرار التشغيل والأقطاب الكهربائية: ٤٨ درجة مئوية (بحد أقصى)
إذا تعطل الجهاز ولم يعمل، فتوقف عن استخدامه فوراً. لا تقم بتوصيل الأقطاب الكهربائية أو الاستمرار في لمس أزرار التشغيل لمدة 10 دقائق أو أكثر.

⚠ تنبيه:

- إن هذا الجهاز مُعد للاستخدام المنزلي فقط. إن هذا الجهاز ليس مُعداً للاستخدام المهني في المستشفيات أو في المرافق الطبية الأخرى.
- لا تقم بفك وحدة العرض أو الوحدة الرئيسية أو إصلاحهما أو إعادة تكوينهما.
- أثناء القياس، تأكد من عدم وجود هاتف جوال أو غيره من الأجهزة الكهربائية التي تنبعث منها المجالات الإلكترونية ومغناطيسية ضمن مسافة ٣٠ سم من هذا الجهاز. فقد يؤدي ذلك إلى التشغيل غير الصحيح للجهاز و/أو يتسبب في قراءة غير دقيقة.
- توخ الحذر عند تخزين وحدة العرض. فقد تدخل أصابعك بين المقبض والوحدة الرئيسية في حالة الضغط عليها بقوة.
- لا تستخدم بطاريات غير المخصصة لهذا الجهاز. لا تقم بتركيب البطاريات مع وجود أقطابها في الاتجاه الخاطئ.
- استبدل البطاريات القديمة بأخرى جديدة على الفور.
- لا تتخلص من البطاريات بإلقائها في النار.
- في حالة ملامسة سائل البطارية لجلدك أو ملابسك، اغسلها على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف.
- انزع البطاريات من هذا الجهاز في حالة عدم استخدامه لفترة طويلة من الوقت (حوالي ثلاثة أشهر أو أكثر).
- لا تستخدم أنواعاً مختلفة من البطاريات في آن واحد.
- لا تستخدم بطاريات جديدة مع أخرى قديمة.
- انزع وحدة العرض من الوحدة الرئيسية قبل الصعود على الجهاز. إذا حاولت نزع وحدة العرض أثناء الصعود على الجهاز، فقد تقفد توازنك ومن ثم تسقط على الأرض.

مبدأ حساب مكونات الجسم

تتمتع دهون الجسم بإمكانية منخفضة لتوصيل الكهرباء

يقوم BF508 بقياس النسبة المئوية للدهون في الجسم باستخدام طريقة المعاوقة الكهربائية الحيوية (BI). تمثل العضلات والأوعية الدموية والعظام أنسجة الجسم ذات المحتوى المائي الكبير الذي يوصل الكهرباء بسهولة. بينما تعتبر دهون الجسم أنسجة ذات إمكانية توصيل منخفضة للكهرباء. يقوم BF508 بإرسال تيار كهربائي ضعيف جدًا يبلغ ٥٠ كيلوهرتز وأقل من 500 μ أمبير خلال الجسم لتحديد حجم الأنسجة الدهنية. لا يشعر المستخدم بهذا التيار الكهربائي الضعيف أثناء تشغيل BF508.

لكي يقوم المقياس بتحديد مكونات جسمك، فإنه يستخدم المعاوقة الكهربائية جنبًا إلى جنب مع المعلومات الخاصة بالطول والوزن والعمر والنوع من أجل الحصول على نتائج تستند إلى بيانات OMRON الخاصة بمكونات الجسم.

قياس الجسم كله تجنبًا لتأثير التغيرات

تميل كمية الماء الموجودة بالجسم طوال اليوم إلى الانتقال إلى الطرفين السفليين تدريجيًا. ويعد ذلك السبب وراء قابلية تورم الساقين والكاحلين في المساء أو بالليل. تختلف نسبة الماء الموجودة بالجزئين العلوي والسفلي من الجسم في الصباح والمساء، مما يعني أن المعاوقة الكهربائية للجسم تختلف هي الأخرى. نظرًا لأن BF508 يستخدم أقطابًا كهربائية لكل من اليدين والقدمين لأخذ القياسات، فإنه يتميز بالقدرة على تقليل تأثير هذه التغيرات التي تتم على نتائج القياس.

أوقات القياس التي يُنصح بها

إن فهم التغيرات الطبيعية في نسبة الدهون بجسمك من شأنه مساعدتك على منع الإصابة بالسمنة أو الحد منها. كما أن معرفة الأوقات التي تتغير فيها نسب الدهون الموجودة بالجسم وفقًا لجدولك اليومي من شأنه مساعدتك في الحصول على الاتجاه الدقيق للدهون الموجودة في جسمك. يُنصح باستخدام هذا الجهاز في نفس البيئة والظروف اليومية. (انظر المخطط)



تجنب أخذ القياسات في الحالات التالية:

- عقب التمارين الرياضية الشاقة أو الاستحمام أو حمام الساونا مباشرة.
- بعد شرب الكحوليات أو كميات كبيرة من الماء أو بعد تناول الوجبات (يفضل الانتظار ساعتين على الأقل).
- في حالة إجراء عملية القياس في هذه الحالات البدنية، فقد تختلف مكونات الجسم المحسوبة بشكل كبير عن النسبة الفعلية نظرًا لتغير المحتوى المائي في الجسم.

ما المقصود بمؤشر كتلة الجسم (BMI)؟

يستخدم مؤشر كتلة الجسم المعادلة البسيطة التالية للإشارة إلى النسبة بين وزن شخص وطوله.

$$\text{مؤشر كتلة الجسم} = \frac{\text{الوزن (كجم)}}{\text{الطول (م)}^2}$$

يستخدم جهاز OMRON BF508 معلومات الطول المخزنة في رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك، أو عند إدخال معلومات في وضع Guest (ضيف) لحساب تصنيف BMI (مؤشر كتلة الجسم).

إذا كانت نسبة الدهون التي أظهرها مؤشر كتلة الجسم أكبر من المعيار الدولي، فإن هناك احتمالاً متزايداً بوجود أمراض شائعة. ومع ذلك، لا يتم الكشف عن كافة أنواع الدهون بواسطة مؤشر كتلة الجسم.

ما المقصود بالنسبة المئوية للدهون في الجسم؟

تشير النسبة المئوية للدهون الموجودة بالجسم إلى مقدار كتلة الدهون الموجودة بالجسم بالنظر إلى الوزن الإجمالي للجسم محسوباً بالنسبة المئوية.

$$\text{النسبة المئوية للدهون في الجسم (\%)} = \left\{ \text{كتلة الدهون بالجسم (كجم)} / \text{وزن الجسم (كجم)} \right\} \times 100$$

يستخدم جهاز BF508 طريقة المعاوقة الكهربائية لتقدير النسبة المئوية للدهون الموجودة بالجسم.

يتم تصنيف الدهون على أنها دهون حشوية (متوزعة حول الأعضاء) أو دهون تحت جلدية، وذلك وفقاً للمكان الذي تنتشر فيه الدهون.

ما المقصود بنسبة الدهون الحشوية؟

الدهون الحشوية هي الدهون التي تحيط بالأعضاء الداخلية

يُعتقد وجود صلة كبيرة بين كميات الدهون الحشوية الكبيرة جداً ومستويات الدهون المتزايدة في مجرى الدم، مما قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض شائعة مثل فرط دهون الدم والسكري، الأمر الذي يؤدي إلى حدوث خلل في قدرة الأنسولين على نقل الطاقة من مجرى الدم واستخدامها في الخلايا. لمنع الإصابة بالأمراض الشائعة أو لتحسين ظروفها، من المهم محاولة تقليل مستويات الدهون الحشوية إلى مستوى معقول. يتميز الأشخاص ذوو المستويات المرتفعة من الدهون الحشوية بكمية أكبر حجم المعدة لديهم. ومع ذلك، فلا يكون الحال على هذا دائماً، كما قد تؤدي مستويات الدهون الحشوية المرتفعة إلى إصابة المرء بالبدانة بشكل أبيض. تمثل البدانة الأبيض (السمنة الحشوية مع وزن طبيعي) مستويات الدهون التي تكون أعلى من المتوسط، حتى وإن كان وزن المرء متناسباً مع طوله أو أقل.

الدهون الحشوية



العمود الفقري

عينة من الدهون الحشوية
(صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

ما المقصود بالدهون تحت الجلدية؟

الدهون تحت الجلدية هي الدهون الموجودة أسفل الجلد

لا تتراكم الدهون تحت الجلدية حول المعدة فقط؛ بل تتراكم أيضاً حول المنطقة العلوية للذراعين وعظام الورك والفخذ، حيث يسبب ذلك تشوهاً في نسب الجسم. وعلى الرغم من عدم ارتباطها المباشر بمخاطر المرض المتزايدة، فيعتقد أنها ترفع الضغط في القلب إلى جانب مضاعفات أخرى. لا يتم عرض الدهون تحت الجلدية على هذا الجهاز، إلا أنها تكون مضمنة في نسبة الدهون الموجودة بالجسم.

الدهون الحشوية



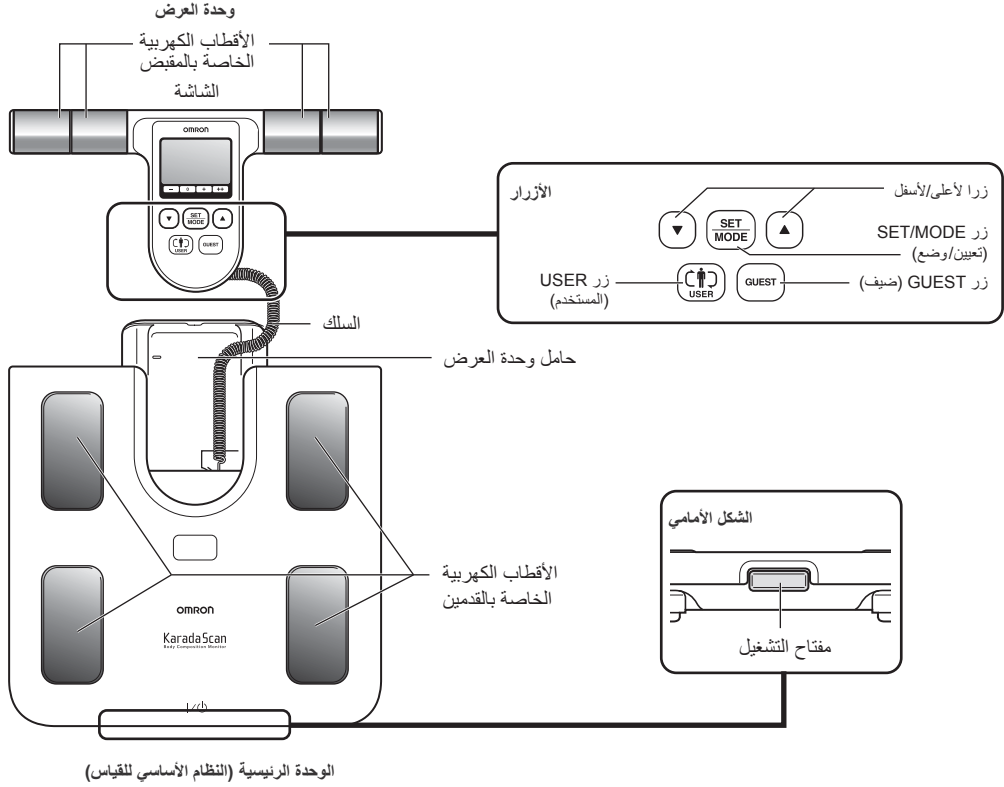
العمود الفقري

عينة من الدهون تحت الجلدية (صورة مأخوذة بأشعة الرنين المغناطيسي)

قد تختلف النتائج المحسوبة منطقياً عن النسبة المئوية الفعلية للدهون في الجسم

قد تختلف النسبة المئوية للدهون في الجسم التي يتم قياسها بواسطة هذا الجهاز بشكل كبير عن النسبة المئوية الفعلية للدهون في الحالات التالية:
كبار السن (فوق ٨١ سنة) / الأشخاص المصابين بالحمى / ممارسو رياضة كمال الأجسام أو ألعاب القوى بشكل شاق / المرضى الخاضعون للديزل (الغسيل الكلوي) / مرضى هشاشة العظام الذين لديهم نسبة كثافة عظام منخفضة للغاية / السيدات الحوامل / الأشخاص الذين يعانون من التورم
وقد تكون لهذه الاختلافات علاقة بالنسب المتغيرة لسائل الجسم و/أو مكونات الجسم.

١. تعرف على الجهاز



٢. تركيب البطاريات واستبدالها

٣. أغلق غطاء البطارية.

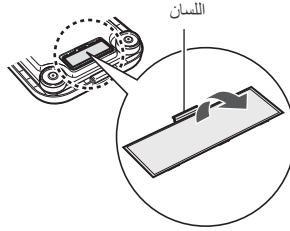
العمر الافتراضي للبطاريات واستبدالها

عندما يظهر مؤشر انخفاض طاقة البطارية (X)، استبدل البطاريات الأربعة كلها بأخرى جديدة. يتم الاحتفاظ بالبيانات الشخصية المخزنة بالذاكرة حتى وإن تمت إزالة البطاريات.

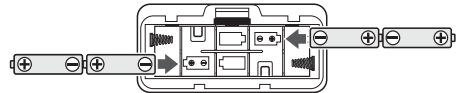
- استبدل البطاريات بعد فصل الطاقة.
- يجب التخلص من البطاريات المستخدمة وفقاً للقوانين القومية الخاصة بالتخلص من البطاريات.
- سوف تستمر بطاريات AA الأربعة لمدة عام تقريباً (إذا تم أخذ القياسات أربع مرات يومياً).
- ونظراً لأن البطاريات المزود بها الجهاز مخصصة للاستخدام التجريبي فقط، فقد تستمر لفترة أقصر.

١. افتح غطاء البطارية الموجود في الجزء الخلفي من الوحدة الرئيسية.

1. اضغط على اللسان الخاص بغطاء البطارية لتحريره.
2. اسحبه لأعلى كما هو موضح بالشكل.



٢. قم بتركيب البطاريات مع مراعاة أن تكون الأقطاب في وضع صحيح كما هو موضح داخل موضع تركيب البطارية.



٣. إعداد البيانات الشخصية وتخزينها

بالنسبة لقياس نسبة الدهون بالجسم ومستوى الدهون الحشوية، يُعد من الضروري تحديد بياناتك الشخصية (العمر والنوع والطول).

٣. [لتعيين العمر]

نطاق تعيين العمر: من ١٠ إلى ٨٠ عامًا



(١) اضغط على زر ▲ أو ▼ لتعديل العمر.



(٢) اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

حينئذٍ تومض الرموز الخاصة بالنوع على الشاشة.

٤. [لتعيين النوع والطول]

قم بتعيين النوع ♂ (ذكر) أو ♀ (أنثى) والطول بنفس الطريقة.



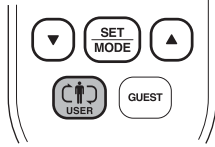
بعد أن يتم عرض كافة الإعدادات من أجل التأكيد، يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

بهذا تنتهي عملية الإعداد.

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).

ملاحظة: انتظر حتى يظهر "0.0 kg" (صفر كجم).



٢. اضغط على زر USER (المستخدم) لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.



(١) يومض الرقم الذي يتم تحديده على الشاشة.



(٢) اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

حينئذٍ يومض إعداد العمر الافتراضي على الشاشة.

تحديد وحدة القياس

يمكنك تغيير وحدات القياس المستخدمة لإعدادات الطول والوزن.

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم). انتظر حتى يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

٢. استمر في الضغط على الزر ▼ حتى يومض كل من "lb" (رطل) و"kg" (كجم) على الشاشة.



٣. اضغط على الزر ▼ لتحديد "kg" أو "lb".

يؤدي هذا أيضًا إلى تغيير "cm" (سم) و"in" (بوصة) تلقائيًا.

٤. اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

يتم عرض كافة قياسات الطول والوزن باستخدام وحدات القياس الجديدة. ويبقى هذا التغيير ساري المفعول حتى تقوم بتغييره مرة أخرى.

تغيير البيانات الشخصية

٣. باستخدام الزر ▲ أو ▼، قم بتعديل العنصر المحدد متبوعاً بالضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع). سوف تتغير الشاشة حسب ترتيب العمر والنوع والطول.

١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).
انتظر حتى يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

٢. اضغط على زر USER (المستخدم) لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.

(١) يومض رقمك مرة واحدة على الشاشة.



(٢) اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

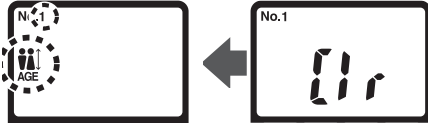
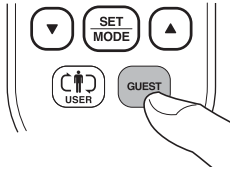
حينئذٍ يومض إعداد العمر المحدد على الشاشة.

حذف البيانات الشخصية

٣. احذف البيانات الشخصية.

اضغط على زر GUEST (ضيف) لأكثر من ثانيتين.

سوف تظهر "Cl" (مسح) على الشاشة، وسيتم حذف البيانات الشخصية من الذاكرة.



١. قم بتشغيل الجهاز.

يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).
انتظر حتى يظهر "0.0 kg" على الشاشة.

٢. اضغط على زر USER (المستخدم) لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.

(١) يومض رقمك مرة واحدة على الشاشة.



(٢) اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

حينئذٍ يومض إعداد العمر المحدد على الشاشة.

مفتاح التشغيل

سيتم فصل الطاقة تلقائيًا في الحالات التالية:

١. إذا لم يتم استخدام الشاشة خلال دقيقة من ظهور "0.0 kg" عليها.
٢. إذا لم يتم إدخال معلومات لمدة خمس دقائق عند إدخال البيانات الشخصية.
٣. إذا لم يتم استخدام الشاشة لمدة خمس دقائق بعد عرض نتائج القياس.
٤. في حالة مرور خمس دقائق بعد عرض النتائج عند قياس الوزن فقط.

٤. أخذ القياس

لضمان الحصول على نتائج قياس دقيقة، فيجب أخذ القياسات على سطح مستوٍ وصلب.

١. قم بتشغيل الجهاز.



يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).

ملاحظة: إذا صعدت على الجهاز قبل ظهور "0.0 kg" على الشاشة، فستظهر رسالة الخطأ "Err" (خطأ).

٢. عند عرض "0.0 kg"، قم بإزالة وحدة العرض.

ملاحظة: لا تقم بإزالة وحدة العرض حتى يظهر "0.0 kg" على الشاشة. وإلا، فسوف تتم إضافة وزن الشاشة إلى وزن جسمك، الأمر الذي يتسبب في الحصول على نتائج غير صحيحة.

٣. حدد رقم ملف التعريف الشخصي.

اضغط على زر USER (المستخدم) أثناء الإمساك بوحدة العرض. سيظهر الرقم المحدد بعد أن يومض مرة واحدة.

في حالة ظهور الشاشة التالية:



لا يتم تخزين بياناتك الشخصية في رقم ملف التعريف الشخصي الذي قمت بتعيينه. يرجى الرجوع إلى القسم ٣ لتخزين البيانات الشخصية.

في حالة عدم تخزين بيانات شخصية على الجهاز (وضع GUEST (ضيف)):

- ١) اضغط على زر GUEST (ضيف) أثناء الإمساك بوحدة العرض.
- ٢) يظهر الحرف "G" الذي يشير إلى GUEST (ضيف) على الشاشة.
- ٣) قم بتعيين البيانات الشخصية (العمر والنوع والطول). ارجع إلى الخطوات من ٣ إلى ٤ في القسم ٣، إعداد البيانات الشخصية وتخزينها.

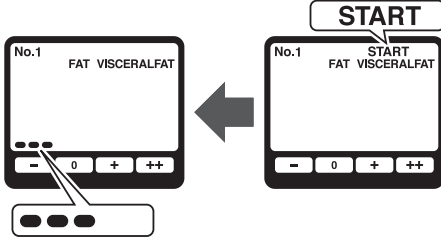
٤. ابدأ عملية القياس.

١) أثناء الإمساك بوحدة العرض، اصعد على الوحدة الرئيسية وضع قدميك على الأقطاب الكهربائية الخاصة بالقدمين مع مراعاة توزيع وزن الجسم على القدمين بالتساوي.



ستعرض الشاشة وزنك، وحينئذٍ سوف تومض نتيجة الوزن مرتين. سوف يبدأ الجهاز عندئذٍ في قياس نسبة الدهون بالجسم ومستوى الدهون الحشوية.

٢) عندما يظهر "START" (إبدأ) على الشاشة، قم بمد ذراعيك بشكل مستقيم بزاوية ٩٠° مع جسمك، كما هو موضح في الصفحة التالية.



ستظهر المؤشرات الموجودة في شريط تقدم القياس في الجزء السفلي من الشاشة تدريجيًا من اليسار إلى اليمين.



٣) بعد الانتهاء من عملية القياس، يتم عرض وزنك مرة أخرى. حينئذٍ يمكنك النزول من على الجهاز.

يرجى الرجوع إلى الخطوة الخامسة في القسم الرابع الذي يتناول مراجعة نتائج القياس.

الوضع الصحيح للقياس

بعد قياس وزنك.

(٢)

الذراعان مرفوعان بشكل أفقي مع مد المرفقين بشكل مستقيم.
قم بمد ذراعك بشكل مستقيم بزاوية ٩٠° مع جسمك.

(٣)

امسك وحدة العرض حتى يمكنك مشاهدة الشاشة.

(١)

قف بحيث تكون ركبتيك وظهرك في وضع مستقيم وانظر للأمام مباشرة.

اصعد على الوحدة الرئيسية حافي القدمين.

• يرجى التأكد من وضع كلا الكعبين في الموضع الموضح. قف مع توزيع وزنك بالتساوي على النظام الأساسي للقياس.

اضغط براحتي يديك بقوة على الأقطاب الكهربائية للمقيس.

ضع إصبعك الأوسط في السن الموجود بالجزء الخلفي من الأقطاب الكهربائية للمقيس.

أحكم قبضتك على الأقطاب الكهربائية الداخلية للمقيس باستخدام إصبعي الإبهام والسبابة.

اضغط على الأقطاب الكهربائية الخارجية للمقيس باستخدام إصبعي الخنصر والبنصر.

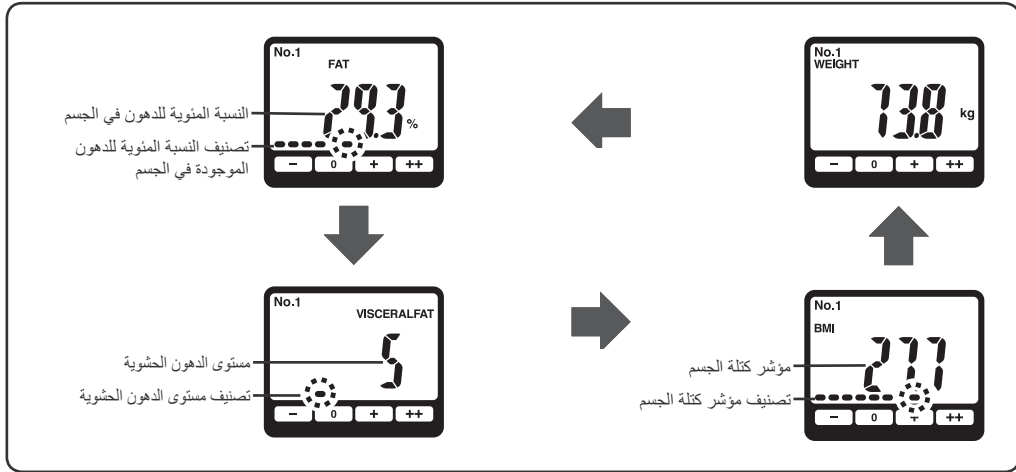
أوضاع يجب تجنبها عند القياس

الحركة أثناء القياس الذراعان في وضع انثناء انخفاض الذراعين أو ارتفاعهما بشكل كبير

الوقوف على حافة الجهاز الركبتان في وضع انثناء الشاشة متجهة لأعلى

٥. راجع نتائج القياس.

اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) لعرض نتائج القياس المطلوبة. تتغير الشاشة مع كل ضغطة على الزر SET/MODE (تعيين/وضع) على النحو التالي: FAT -> VISCERAL FAT -> BMI -> WEIGHT (مرة أخرى)



تفسير نتيجة النسبة المئوية للدهون في الجسم

النوع	العمر	- (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جداً)
أنثى	٢٠ - ٣٩	> ٢١,٠ %	٢١,٠ - ٣٢,٩ %	٣٣,٠ - ٣٨,٩ %	≥ ٣٩,٠ %
	٤٠ - ٥٩	> ٢٣,٠ %	٢٣,٠ - ٣٣,٩ %	٣٤,٠ - ٣٩,٩ %	≥ ٤٠,٠ %
	٦٠ - ٧٩	> ٢٤,٠ %	٢٤,٠ - ٣٥,٩ %	٣٦,٠ - ٤١,٩ %	≥ ٤٢,٠ %
ذكر	٢٠ - ٣٩	> ٨,٠ %	٨,٠ - ١٩,٩ %	٢٠,٠ - ٢٤,٩ %	≥ ٢٥,٠ %
	٤٠ - ٥٩	> ١١,٠ %	١١,٠ - ٢١,٩ %	٢٢,٠ - ٢٧,٩ %	≥ ٢٨,٠ %
	٦٠ - ٧٩	> ١٣,٠ %	١٣,٠ - ٢٤,٩ %	٢٥,٠ - ٢٩,٩ %	≥ ٣٠,٠ %

وفقاً لإرشادات المعاهد القومية للصحة/منظمة الصحة العالمية فيما يتعلق بمؤشر كتلة الجسم (BMI) وفقاً لتقارير جالاجر وآخرين، المجلة الأميركية للتغذية الإكلينيكية، المجلد ٧٢، سبتمبر ٢٠٠٠

تفسير نتيجة مستوى الدهون الحشوية

تصنيف المستوى	مستوى الدهون الحشوية
٠ (طبيعي)	١ - ٩
+ (مرتفع)	١٠ - ١٤
++ (مرتفع جداً)	١٥ - ٣٠

وفقاً لإحصائيات Omron Healthcare

تفسير نتيجة مؤشر كتلة الجسم

شريط تصنيف BMI (مؤشر كتلة الجسم)	تصنيف مؤشر كتلة الجسم				مؤشر كتلة الجسم (تم اختياره من قبل منظمة الصحة العالمية (WHO))	مؤشر كتلة الجسم
	++	+	0	-		
١٠,٧ - ٧,٠ ١٤,٥ - ١٠,٨ ١٨,٤ - ١٤,٦				● ●● ●●●	- (نقصان الـ \$k\$)	$BMI > 18,5$
٢٠,٥ - ١٨,٥ ٢٢,٧ - ٢٠,٦ ٢٤,٩ - ٢٢,٨			●●●● ●●●●● ●●●●●●		٠ (طبيعي)	$20 \geq BMI \geq 18,5$
٢٦,٥ - ٢٥,٠ ٢٨,٢ - ٢٦,٦ ٢٩,٩ - ٢٨,٣		●●●●●●●● ●●●●●●●●● ●●●●●●●●●●			+(زيادة الـ \$k\$)	$30 > BMI \geq 20$
٣٤,٩ - ٣٠,٠ ٣٩,٩ - ٣٥,٠ ٤٠,٠ - ٤٠,٠	●●●●●●●●●● ●●●●●●●●●●● ●●●●●●●●●●●●				++ (بدانة)	$BMI \geq 30$

تشير المؤشرات السالف ذكرها إلى القيم الخاصة بالحكم على السمنة والمقترحة من قبل منظمة الصحة العالمية (WHO).

٦. بعد التأكد من النتائج، افصل الطاقة عن الجهاز.

ملاحظة: إذا نسيت فصل الطاقة عن الجهاز، فسيتم فصلها تلقائيًا بعد مرور خمس دقائق.

٥. قياس الوزن فقط

٣. راجع نتيجة القياس.

يظهر الوزن الخاص بك ويومض مرتين للإشارة إلى اكتمال عملية القياس.

ملاحظة: يمكنك أيضًا مراجعة نتيجة القياس عن طريق إزالة وحدة العرض.

٤. عند اكتمال عملية القياس، انزل من على الجهاز وافصل الطاقة عنه.

١. قم بتشغيل الجهاز.



يومض "CAL" (كالوري) على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).

ملاحظة: إذا صعدت على الجهاز قبل ظهور "0.0 kg" على الشاشة، فستظهر رسالة الخطأ "Err" (خطأ).

٢. عند عرض "0.0 kg"، اصعد على الجهاز.

٦. شاشات الخطأ

شاشة الخطأ	السبب	التصحيح
{rr1}	راحتا يديك أو قدمك ليسا على اتصال جيد بالأقطاب الكهربائية.	اضغط براحتي يديك أو أسفل قدميك على الأقطاب الكهربائية، ثم قم بإجراء القياس. (ارجع إلى القسم ٤.)
{rr2}	وضع القياس خطأ أو أن الراحتين أو القدمين ليسا على اتصال جيد بالأقطاب الكهربائية.	قم بإجراء القياس دون تحريك اليدين أو القدمين. (ارجع إلى القسم ٤.)
{rr3}	راحتا اليدين أو القدمان جافتان بدرجة كبيرة.	قم بتربيط راحتي اليدين أو القدمين باستخدام منشفة مبللة، ثم أعد عملية القياس.
{rr4}	قيم مكونات الجسم خارج النطاق القابل للقياس.	<ul style="list-style-type: none"> يرجى التأكد من أن إعدادات العمر والنوع والطول التي تم تخزينها كبيانات شخصية صحيحة. (ارجع إلى إعداد العناصر في القسم التاسع.) لا يمكن للوحدة الرئيسية قياس مكونات الجسم الموجودة خارج نطاق القياس المحدد لها، حتى وإن كانت إعدادات العمر والنوع والطول صحيحة.
{rr5}	عملية غير طبيعية.	قم بتكريب البطاريات مرة أخرى، ثم كرر عملية القياس. إذا استمر حدوث هذا الخطأ، فاستشر مندوب خدمة OMRON.
{rr}	لقد صعدت على الجهاز قبل أن تظهر "0.0 kg" على الشاشة.	اصعد على الوحدة الرئيسية بعد أن تظهر "0.0 kg" على الشاشة.
	لقد قمت بتحريك الوحدة الرئيسية قبل أن تظهر "0.0 kg" على الشاشة.	لا تقم بتحريك الوحدة الرئيسية حتى تظهر "0.0 kg" على الشاشة.
	لقد قمت بتحريك جسمك أثناء قياس وزن الجسم.	لا تتحرك أثناء قياس وزن الجسم.
	وزنك هو ١٥٠ كجم (٣٣٠,٠ رطلاً) أو أكثر.	يقع وزن الجسم الذي يبلغ ١٥٠ كجم (٣٣٠,٠ رطلاً) أو أكثر خارج نطاق القياس الخاص بهذا الجهاز. لا يمكنك استخدام هذه الوحدة.

٧. استكشاف الأخطاء وإصلاحها

في حال حدوث أيًا من المشكلات المذكورة أدناه أثناء القياس، فتأكد أولاً من عدم وجود أجهزة كهربائية أخرى ضمن مسافة 30 سم. يُرجى مراجعة الجدول الموجود أدناه في حال استمرار المشكلة.

المشكلة	السبب	التصحيح
قيمة مكونات الجسم المعروضة مرتفعة أو منخفضة بشكل غير طبيعي.	ارجع إلى "معلومات حول مكونات الجسم".	
يتم فصل الطاقة بعد تأكيد وزن الجسم بحوالي خمس دقائق وقبل أن يتم قياس النسبة المئوية للدهون الموجودة بجسمك ومستوى الدهون الحشوية.	لم يتم تحديد رقم ملف التعريف الشخصي الصحيح أو وضع GUEST (ضعيف). (لا يتم عرض رقم ملف التعريف الشخصي أو الحرف "G" على وحدة العرض.)	حدد رقم ملف التعريف الشخصي الصحيح أو وضع GUEST (ضعيف). (ارجع إلى القسم ٤.)
لا يتم عرض أي شيء عند تشغيل الجهاز.	لم يتم تركيب البطاريات.	قم بإدراج البطاريات.
	أقطاب البطاريات غير محاذاة لبعضها البعض على نحو صحيح.	قم بإدراج البطاريات مع مراعاة أن تكون المحاذاة صحيحة.
	لقد استهلكت البطاريات.	استبدل كافة البطاريات الأربعة بأخرى جديدة. (ارجع إلى القسم ٢.)
	السلوك الذي يربط بين الوحدة الرئيسية ووحدة العرض تالف أو مستهلك.	اتصل بأقرب مندوب لخدمة OMRON.

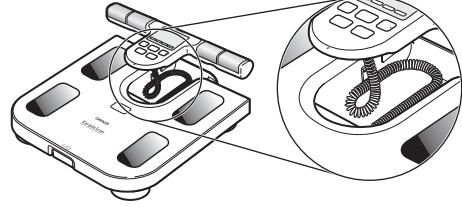
٨. كيفية الاعتناء بالجهاز وتخزينه

كيفية تنظيف الجهاز

- حافظ دوماً على الجهاز نظيفاً قبل الاستخدام.
- امسح الوحدة الرئيسية بقطعة قماش ناعمة وجافة.
- وإن لزم الأمر، فاستخدم قطعة قماش مرطبة بالماء أو مبللة واعصرها جيداً قبل مسح الجهاز، ثم جفف الجهاز باستخدام قطعة القماش الجافة.
- يمكنك استخدام كحول التنظيف لتنظيف الأقطاب الكهربائية، لكن لا تستخدمه مع أجزاء أخرى من الجهاز.
- لا تستخدم البنزين أو التتر لتنظيف الجهاز.

الرعاية والتخزين

- قم بتخزين وحدة العرض في الوحدة الرئيسية كما هو موضح.
- عند تخزين وحدة العرض، كن حذراً كي لا تنثني السلك.



- لا يتم تخزين الجهاز في الظروف التالية:
 - الرطوبة، حيث قد يصل الماء أو السوائل إلى داخل الجهاز
 - درجات الحرارة المرتفعة أو ضوء الشمس المباشر أو الأماكن المليئة بالأتربة
 - الأماكن التي تتعرض لمخاطر الصدمات أو الاهتزازات المفاجئة
 - في أماكن تخزين المواد الكيميائية أو حيث توجد غازات مسببة للتآكل.
- لا يتم بإجراء إصلاحات من أي نوع بنفسك. إذا ساورك الشك بخصوص دقة القياسات في أي وقت، فيرجى الاتصال بموزع OMRON المعتمد الذي تتعامل معه. وبشكل عام يوصى بفحص الجهاز كل سنتين لضمان التشغيل الصحيح والدقة.

فئة المنتج	أجهزة تحليل تركيبية الجسم
وصف المنتج	جهاز مراقبة مكونات الجسم
الطرز (الرمز)	BF508 (HBF-508-E)
الشاشة	وزن الجسم: النسبة المئوية للدهون في الجسم: مؤشر كتلة الجسم: مستوى الدهون الحشوية: تصنيف مؤشر كتلة الجسم: - (نقصان الوزن) / (طبيعي) / (زيادة الوزن) ++ (بدانة) مع ١٢ مستوى لعرض الشريط تصنيف النسبة المئوية للدهون في الجسم: - (منخفضة) / (طبيعية) / (مرتفعة) ++ (مرتفعة جدًا) مع ١٢ مستوى لعرض الشريط تصنيف مستوى الدهون الحشوية: ٠ (طبيعي) / (مرتفع) ++ (مرتفع جدًا) مع ٩ مستويات لعرض الشريط
إعداد العناصر	الطول: من ١٠٠,٠ إلى ١٩٩,٥ سم (من ٣ أقدام و ٤ بوصات إلى ٦ أقدام و ٦/٣ بوصات) العمر: من ١٠ إلى ٨٠ عامًا النوع: ذكر/أنثى * وحدات القياس: كجم (سم) / رطل (قدم*بوصة) * يتراوح نطاق العمر بالنسبة لمستوى الدهون الحشوية وتصنيف مستوى الدهون الحشوية من ١٨ إلى ٨٠ عامًا. * بينما يتراوح نطاق العمر بالنسبة لتصنيف النسبة المئوية للدهون في الجسم من ٢٠ إلى ٧٩ عامًا.
دقة الوزن	من ٠,٠ كجم إلى ٤٠,٠ كجم: ± ٠,٤ كجم (من ٠,٠ رطل إلى ٤٠,٠ رطلاً: ± ٠,٨٨ رطل) من ٤٠,٠ كجم إلى ١٥٠,٠ كجم: ± ١٪ (من ٨٨,٢ رطلاً إلى ٣٣٠,٠ رطلاً: ± ١٪)
الدقة (S.E.E.)	النسبة المئوية للدهون في الجسم: مستوى الدهون الحشوية: ٣,٥٪ ثلاثة مستويات
فترة الاستخدام	٥ سنوات
مورد الطاقة	أربع بطاريات AA من نوع (R6) (يمكنك أيضًا استخدام بطاريات AA قلووية من نوع (LR6)).
عمر البطارية	عام واحد تقريبًا (عند استخدام بطاريات المنجنيز مع إجراء ٤ قياسات يوميًا)
درجة حرارة التشغيل / الرطوبة / ضغط الهواء	١٠+ إلى ٤٠ درجة مئوية / ٣٠ إلى ٨٥٪ رطوبة نسبية (لا مكثف) / ٧٠٠ إلى ١٠٦٠ هكتو باسكال
درجة حرارة / رطوبة/ضغط هواء النقل والتخزين	٢٠- إلى ٦٠ درجة مئوية / ١٠ إلى ٩٥٪ رطوبة نسبية (لا مكثف) / ٧٠٠ إلى ١٠٦٠ هكتو باسكال
الحماية ضد الصدمات الكهربائية	معدات طبية تعمل بالطاقة الداخلية
الجزء المطبق	النوع BF (الأقطاب الكهربائية للمقبض، أقطاب الأقدام الكهربائية)
تصنيف IP	IP21
*تصنيف IP هو درجة الحماية التي يوفرها IEC 60529.	
هذه الوحدة محمية من الشوائب الغريبة الصلبة التي يصل قطرها إلى ١٢,٥ ملم، مثل الأصابع وما هو أكبر منها. هذه الوحدة محمية من تسرب نقاط الماء المتساقطة بشكل رأسي.	
الوزن	حوالي ٢,٢ كجم (٤,٨٥ أرطال) (بما في ذلك البطاريات)
الأبعاد الخارجية	وحدة العرض: ٣٠٠ ملم (عرض) × ٣٥ ملم (ارتفاع) × ١٤٧ ملم (عمق) تقريبًا (١١ ٤/٣ بوصات (عرض) × ١ ٨/٣ بوصات (ارتفاع) × ٥ ٤/٣ بوصات (عمق) تقريبًا) الوحدة الرئيسية: ٣٠٣ ملم (عرض) × ٥٥ ملم (ارتفاع) × ٣٢٧ ملم (عمق) تقريبًا (١١ ٨/٧ بوصة (عرض) × ٢ ٨/١ بوصة (ارتفاع) × ١٢ ٨/٧ بوصة (عمق) تقريبًا)
محتويات العبوة	جهاز مراقبة مكونات الجسم، أربع بطاريات AA منجنيز من نوع (R6)، كتيب الإرشادات، بطاقة الضمان
ملاحظة:	عرضة للتعديل الفني دون إخطار مسبق.

CE0197

AR

• يفى هذا الجهاز ببنود توجيهات الاتحاد الأوروبي 93/42/EEC (توجيهات الأجهزة الطبية).

يمكن العثور على وصف الرموز على المنتج نفسه، أو على غلاف بيع المنتج، أو دليل التعليمات وذلك وفقاً للطراز.			
الرقم المتسلسل		الجزء المطبق - النوع BF درجة الحماية ضد الصدمة الكهربائية (تسرب التيار)	
الحد من درجة الحرارة		الحماية ضد المواد الدخيلة المتوفرة بواسطة IEC 60529	IP XX
الحد من الرطوبة		علامة CE	CE
الحد من الضغط الجوي		رمز GOST-R	PG
التيار المباشر		رمز المطابقة الأوراسية	EAC
يجب عدم استخدام هذا المنتج بواسطة الأشخاص أصحاب الزراعات الطبية، مثل أجهزة ضبط نبضات القلب، والقلب الاصطناعي، أو الرئة، أو غيرها من أنظمة دعم الحياة الإلكترونية.		يحتاج المستخدم للرجوع إلى إرشادات الاستخدام	
يتم تضمين تاريخ إنتاج المنتج في الرقم المتسلسل الموجود على ملصق التصنيف وغلاف البيع: تشير أول 4 أرقام إلى سنة الإنتاج، بينما يشير الرقمان الآخران إلى شهر الإنتاج.			

**التخلص السليم من هذا المنتج
(معدات كهربائية وإلكترونية مستهلكة)**



تشير هذه العلامة الموجودة على المنتج أو المطبوعات الخاصة به إلى حتمية عدم التخلص منه مع المخلفات المنزلية الأخرى عندما يصبح غير صالح للاستخدام. للحيلولة دون تعرض البيئة أو الصحة البشرية لأي أذى ينجم عن التخلص غير الموجه من النفايات، يرجى عزل هذا الجهاز عن أنواع المخلفات الأخرى وإعادة تدويره بشكل موثوق به وذلك لدعم إعادة استخدام موارد الخامات بشكل دائم.


يجب على من يستخدمون الجهاز بالمنزل الاتصال بالمكان الذي ابتاعوا الجهاز منه أو المكتب الحكومي المحلي التابعين له للحصول على معلومات بخصوص المكان الذي يمكن التوجه إليه بالجهاز لإعادة تدويره بشكل لا يمثل خطرًا على البيئة.

يجب على من يستخدمون الجهاز داخل نطاق مؤسسي الاتصال بالموارد ومراجعة بنود وشروط عقد الشراء.

يجب ألا يختلط هذا المنتج مع المخلفات التجارية الأخرى المقرر التخلص منها.
تصرف بطاريان يستعمل وفعال قانون وطنيون.

المعلومات المهمة المتعلقة بالتوافق الكهرومغناطيسي (EMC)

تم تصنيع هذا الجهاز بواسطة شركة OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. ليتوافق مع المعيار EN60601-1-2:2015 التوافق الكهرو مغناطيسي (EMC).
للاطلاع على المزيد من المستندات بموجب معيار التوافق الكهرومغناطيسي هذا، يرجى زيارة OMRON HEALTHCARE EUROPE على العنوان المذكور في دليل الإرشادات هذا أو عبر الرابط www.omron-healthcare.com

<p> Manufacturer Fabricant Hersteller Fabricante Produttore Fabrikant Производитель الشركة المصنعة  </p>	<p> OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPAN </p>		
<p> EU-representative Mandataire dans l'UE EU-Repräsentant Representante en la UE Rappresentante per l'UE Vertegenwoordiging in de EU Представитель в ЕС جهة التمثيل بالاتحاد الأوروبي <table border="1" data-bbox="107 1170 268 1232"> <tr> <td>EC</td> <td>REP</td> </tr> </table> </p>	EC	REP	<p> OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, THE NETHERLANDS www.omron-healthcare.com </p>
EC	REP		
<p> Subsidiaries Succursales Niederlassungen Empresas filiales Consociate Dochterondernemen Филиалы الشركات التابعة </p>	<p> OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com </p> <p> OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH Gottlieb-Daimler-Strasse 10, 68165 Mannheim, GERMANY www.omron-healthcare.com </p> <p> OMRON SANTÉ FRANCE SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, FRANCE Uniquement pour le marché français: OMRON Service Après Vente N° Vert 0 800 91 43 14 www.omron-healthcare.com </p>		

Made in China
Fabriqué en Chine
Hergestellt in China
Fabricado en China
Prodotto in Cina
Geproduceerd in China
Сделано в Китае
صنع في الصين