

## Blodtrycksmätare för överarm

---

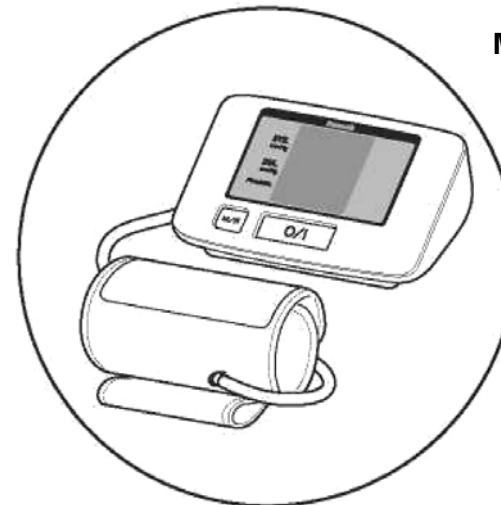
### Bruksanvisning

**IMPORTÖR:**  
Itämeren Kauppasilta  
Nuutintie 6  
40270 Palokka  
FINLAND

info@b2bb.fi  
www.b2bb.fi

Phone: +358 (0) 50-581 7560

**Modell nr EW3106**



**EU-representant: Panasonic Marketing Europe GmbH**  
Hagenauer Straße 43 D-65203, Wiesbaden, Tyskland  
**Tillverkare: Matsushita Electric Works Ltd**  
33 Okamachi, Hikone, Shiga 522-8520, Japan

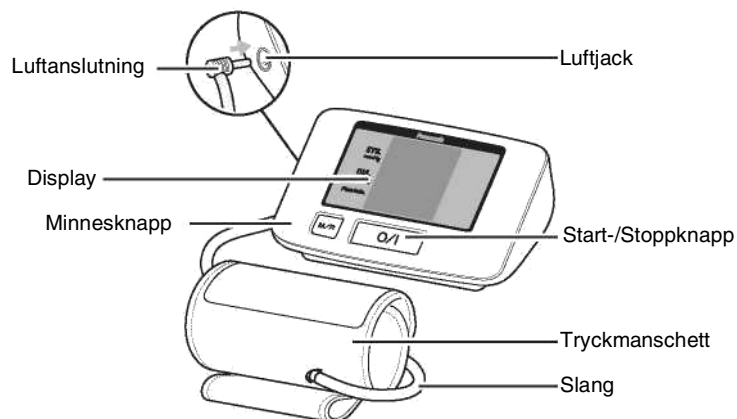
Innan ni ska använda denna apparat, var så god och läs fullständigt igenom dessa anvisningar och spara denna bruksanvisning för användning i framtiden.

Käre kund, vi gratulerar Er till inköpet av en Panasonic blodtrycksmätare. I mer än en årtionde har Matsushita försett våra kunder i Europa med apparater för blodtrycksmätning. Produkten som Ni har köpt har genomgått vår strikt kvalitetskontroll och vi hoppas att denna instrument kan hjälpa Er hantera Ert dagliga blodtrycket.

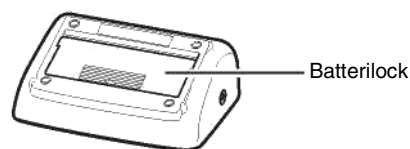
Vi önskar Er det allra bästa för Er hälsa.

## IDENTIFIKATION AV DELAR

Var så god och kolla instrumentet.

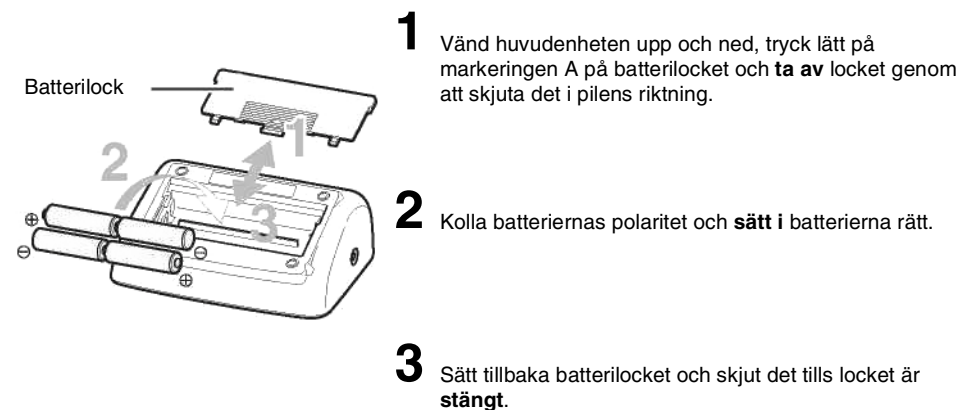


### Huvudenhetens botten



## INSÄTTNING AV BATTERIER

- \* Batterier ingår inte. Var så god och köp dessa separat.
- \* Använd alltid alkaliska batterier. (Fyra styck LR6 alkaliska batterier i storlek AA.)



### SE UPP:

- Följ alltid varningar som står tryckta på batterier.
- Kolla batteriernas polaritet och sätt i batterierna rätt.
- Avlägsna omedelbart förbrukade batterier.
- Om ni inte ska använda produkten under en lång tid, ta ur batterierna.
- Batterier bör användas före utgångsdatumet.
- Användning efter utgångsdatumet kan ge skador som följd eller nedsmutsning av omgivande ytan på grund av värmeutveckling, explosion eller läckage.

## Byt ut batterierna mot nya när:



- Tecknet som visas till vänster uppträder under användningen.
- Alla displayer kommer att lysa ett kort ögonblick efter att man tryckt på Start-/Stoppknappen och sedan blir displayen blank.
- Ingen display visas, även om man trycker på Start-/Stoppknappen.

- Med ett set av nya Panasonic alkaliska batterier (fyra LR6 batterier i AA-storlek) kan man genomföra cirka 500 mätningar (cirka 5 månader, ifall man gör mätningar 3 gånger per dag). (Förhållanden vid mätningstillfället: Rumstemperatur 22<sup>o</sup>, trycket pumpas upp till 170 mmHg; Överarmens omkrets: 30 cm)
- Ifall man använder andra batterier än Panasonic alkaliska batterier, kan batterierna ha en kortare livslängd. Ifall man använder manganbatterier eller andra alkaliska batterier, ska batteriernas livslängd bli så kort som 1/6, jämfört med Panasonic alkaliska batteriernas livslängd.
- Byt bestämt ut batterier en gång per år. Om batteribytet blir försenad, kan skadan inträffa på grund av batteriläckage.
- Vid batteribytet använd alltid fyra nya alkaliska batterier av samma typ från samma tillverkare.
- Om rumstemperatur är låg, kan batteriets livslängd förkortas.

## PLACERING AV TRYCKMANSCHETTEN



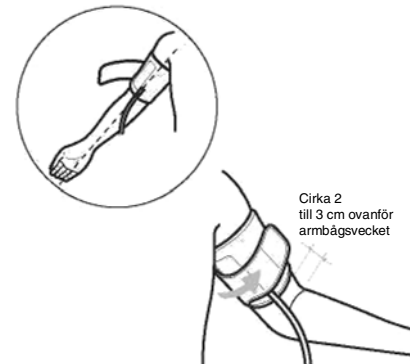
<När man lindar runt vänstra armen>



- Placera luftslangens anslutning till manschetten så att den sitter på armens insidan och slangen pekar mot lillfingret.

Kardborrknäppning

<När man lindar runt högra armen>



Cirka 2 till 3 cm ovanför armbågsvecket

### 1 Stick in anslutningen i jacket.

- Stick in luftmanschettens anslutningen helt i luftjacket.

### 2 Linda runt överarmen.

- Överarmen ska vara bar.

För att använda blodtrycksmätaren, kan man fästa manschetten antingen om vänster eller höger överarm. Men eftersom man vet att skillnaden i blodtryck vid mätningar på vänstra armen och på högra armen kan vara omkring 10 mmHg, ska ni alltid mäta blodtrycket på samma armen.

### 3 Fäst så att det inte ska finnas något mellanrum mellan manschetten och överarmen, men se till att manschetten inte ska klämma.

- Se till att det inte ska sitta någon del av era kläder mellan manschetten och överarmen. (Annars kan precisionen försämrats.)
- Tryck kardborrknäppningen fast ordentligt.

## FÖR PRECISA MÄTNINGAR

Utför mätningar medan ni sitter lugnt och avslappnad.



- 1 Stöd armbågen** mot bordet.
- 2** Håll handen så att luftmanschetten är i **samma nivå som hjärtat**.
- 3** Håll handen så att handflatan är vänd uppåt och **slappna av musklerna i armen**.

Mät blodtrycket vid samma tidpunkt varje dag i samma kroppsställning på samma överarmen.

- Mätresultaten varierar beroende på vilken höjd man har placerat manschetten.
- Mät blodtrycket på morgonen omedelbart efter ni vaknat, ifall ni inte känner ett trängande behov att urinera. Om detta förefaller vara besvärligt, mät blodtrycket före frukosten och innan ni rört på er mycket.

Avslappna och sitt under mätningen i en naturlig kroppsställning.

- ISitt alltid lugnt ungefär 4 till 5 minuter före mätningen.
- Avslappna kroppen, armen samt fingrar och rör inte muskler i dessa.
- Prata inte under mätningen.
- Använd inte mobiltelefon nära huvudenheten.
- Vidrör inte huvudenheten eller slangen under mätningen.

[SE UPP!]

Håll blodtrycksmätaren borta från mobiltelefoner och andra källor till elektromagnetisk strålning. Underlåtenhet att göra så kan leda till att den inte fungerar som den ska.

## NÄR NI SKA MÄTA BLODTRYCKET – SE UPP!

I följande situationer kan man inte göra precisa mätningar.

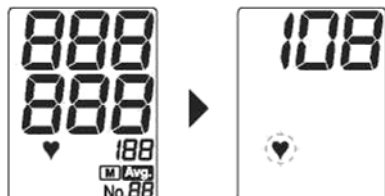
- Under en timme efter måltiden eller intag av alkohol.
- Omedelbart efter att ha druckit kaffe eller te eller att ha rökt.
- Omedelbart efter att ha motionerat eller tagit bad.
  - Vänta minst 20 minuter och gör mätningen när ni har lugnat er ned.
- I fordonet som är i rörelse.
- I kalla lokaler.
  - Gör mätningar vid en omgivande temperatur på 10 °C till kuni 40 °C.
- Om ni känner ett behov av att urinera.
  - Efter att ha urinerat, vänta några minuter innan ni ska mäta.

# MÄTNING AV VÄRDEN

## Mätning



- 1 Tryck på Start-/Stoppknappen.
  - Tryckmanschetten pumpas upp automatiskt och mätningen startar.



Hela displayen kommer att lysa upp under c:a 1 sekund. Ifall det finns kvar luft i manschetten, ska tiden när displayen är tänd under vilken hela displayen är upplyst bli längre.

Hjärtssymbolen T börjar blinka när pulsen hittas under uppumpningen.



- 2 När mätningen är slutförd, **visas blodtrycksvärdet och pulsfrekvensen**,
  - Tryckmanschetten töms automatiskt på luft.
  - Ifall mätvärdet finns i höga blodtryckets området, ska värden blinka (ungefär 6 sekunder). (Hur avläser man mätvärden – se s.9)
  - Symbolen M blinkar. (Hur lagras man mätvärden – se s.10)

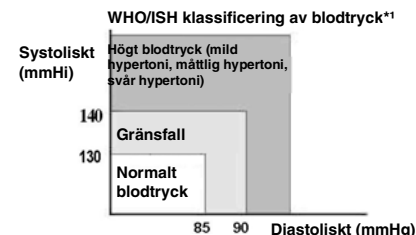
Pulsfrekvensvärdet är antalet pulsslag per minut som räknas ut på basis av antalet pulsslag under hela mätningstillfället.



- 3 För att stänga av blodtrycksmätaren, tryck på Start-/Stoppknappen.
  - Om ni glömmer att stänga av apparaten, stängs blodtrycksmätaren av automatiskt efter cirka 5 minuter.

## Avläsning av blodtrycksvärden som visas på displayen

Om systoliska och diastoliska blodtrycksvärden finns i höga blodtryckets området eller i normala blodtryckets området, ska bedömas utgående från en klassifikation av blodtrycksnivåer från WHO/ISH (Världens Hälsoorganisation / Internationella Hypertoniföreningen), och vid behov ska blodtrycksvärdet blinka.



- Ifall mätvärdet på blodtrycket finns i höga blodtryckets området, ska mätvärden blinka cirka 6 sekunder. (endast omedelbart efter mätningen.)
  - **Systoliska blodtrycket: 140 mmHg eller högre**
  - **Diastoliska blodtrycket: 90 mmHg või eller högre**

## Om blodtrycket inte kunde mätas ordentligt



Symbolen för ommätning E ska visas i displayen.

Ifall ni ska mäta blodtrycket flera gånger efter varandra, stäng av blodtrycksmätaren genom att trycka på Start-/Stoppknappen och vänta lugnt 4 till 5 minuter och utför sedan nästa mätningen.

### Tips:

Ofta är man vid andra mätningen mindre spänd och känner sig mer avslappnad, då får man lägre mätvärden.

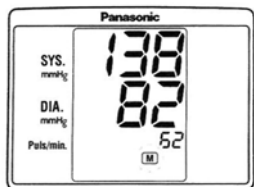
För dem som lätt blir spända är det mycket effektivt att mäta blodtrycket två gånger efter varandra. Mätvärden som lagras är vanligtvis lägre vid två mätningar.

Om ni ska mäta blodtrycket två gånger, vänta alltid lugnt 4 till 5 minuter efter första mätningen, innan ni ska mäta den andra gången.

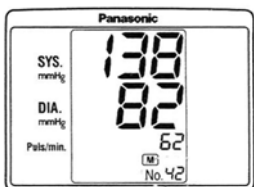
\*1 1999 Riktlinjer från Världens Hälsoorganisation (WHO) och Internationella Hypertoniförening (ISH) för behandling av högt blodtryck.

## LAGRING AV MÄTVÄRDEN

Denna produkt kan lagra 42 mätvärden.



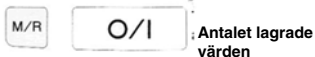
Tryck efter mätningen på minnesknappen, samtidigt som symbolen M blinkar.



### Lagringen är slutförd.

Värden från upp till 21 mätomgångar kan lagras. När minnet är fyllt och man lagrar till ytterligare värden, ska det äldsta värdet i minnet raderas och ett nytt värde ska lagras.

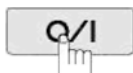
- Om det inte gick att göra en korrekt mätning (istället av blodtrycksvärdet visas det symbolen E), kan mätvärden inte lagras.
- Dock ska blodtrycksvärdet lagras om symbolen E visas i stället av ett pulsvärde.



För att radera alla mätvärden vilka finns lagrad i minnet:

1. Tryck på minnesknappen för att hämta lagrade mätvärden.
2. Tryck på minnesknappen en gång till och håll den intryckt tills mätvärden försvinner från displayen (längre än c:a 3 sekunder).

\* Man kan inte radera enskilda mätvärden.



För att stänga av blodtrycksmätaren, tryck på Start-/Stoppknappen.

- Om ni glömmer att stänga av apparaten, stängs blodtrycksmätaren av automatiskt efter cirka 5 minuter.

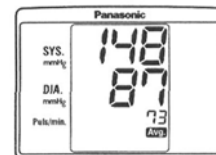
## HÄMTNING AV TIDIGARE LAGRADE VÄRDEN

Lagrade värden kan hämtas när mätningen är slutförd eller efter att man har kopplat från strömmen.

Ifall man inte har lagrat några mätvärden, ska inga mätvärden visas.



**1** Tryck på minnesknappen.



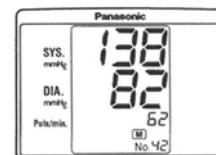
Medelvärdet av alla mätvärden som finns i minnet ska visas.

- Symbolen G23 ska visas i displayens nedre kant.
- Till exempel, om man har lagrat 21 mätvärden, ska medelvärdet av dessa 21 värden visas. (Ifall man har lagrat endast 1 värde, ska symbolen Avg. inte visas.)



**2** Tryck en gång till på minnesknappen.

Varje gång när ni ska trycka på minnesknappen, ska tidigare lagrade värden visas – i en omvänd ordningsföljd, först visas de senast lagrade uppgifter.



Tryck bara lätt och kort på minnesknappen. Om ni håller knappen intryckt på c:a 3 sekunder eller längre, ska alla uppgifter i minnet raderas. Alltså var så god och handla varsamt.



**3** För att sluta hämta lagrade värden, tryck på Start-/Stoppknappen.

- Om ni glömmer att stänga av apparaten, stängs blodtrycksmätaren av automatiskt efter cirka 30 sekunder.

## EFTER ANVÄNDNING/SPECIFIKATIONER

### Förvaring



- 1 Koppla bort luftanslutningen från huvudenheten.
- 2 Rulla löst ihop tryckmanschetten och placera slangen i manschetten.
  - Slangen bör inte viras runt huvudenheten etc. Gör man så, kan slangen bli utsatt för onödig kraft och detta kan ge till resultat nedsatt funktion.
  - Var nog med att inte böja slangen.

### Specifikationer

Strömkälla	Likström 6 V 4 x 1,5 V (LR6/AA/mignon/alkalibatterier)
Display	Digitala displayen av flytande kristall
Mätmetod	Oscillometrisk systemet
Mätområde	Tryck: 0-280 mmHg Puls: 30-160 pulslag/min
Precision	Tryck: $\pm 3$ mmHg Puls: $\pm 5\%$
Drifttemperatur/luftfuktighet	10-40 °C, 30-85% relativ luftfuktighet
Förvaringstemperatur/luftfuktighet	-10-60 °C, 10-95% relativ luftfuktighet
Överarmens omkrets	Cirka 20-34 cm
Vikt	Cirka 285 g (utan batterier)
Utvändiga mått	15,0 x 11,0 x 6,8 cm

## MÄTNINGSPRECISION

### Allmänt

Detta blodtrycksmättningsinstrument uppfyller kraven i europeiska reglementet (Europarådets direktiv 93/42/EEG 14.6.1993) och bär CE-märket „CE 0197”. Instrumentet är kvalitetskontrollerat och uppfyller följande standarder:

EN 1060-1 (december 1995)	Blodtrycksmätare för indirekt blodtrycksmätning - Del 1: Allmänna krav
EN 1060-3 (september 1997)	Blodtrycksmätare för indirekt blodtrycksmätning - Del 3: Särskilda krav för elektromekaniska mätsystem
EN 1060-4 (september 2004)	Blodtrycksmätare för indirekt blodtrycksmätning - Del 4: Provningsmetoder för allmän systemnoggrannhet för automatiska blodtrycksmätare
EN 60601-1-2 (november 2001)	Elektrisk utrustning för medicinskt bruk - Säkerhet - Del 1-2: Allmänna fordringar beträffande säkerhet och väsentliga prestanda – Tilläggsstandard för elektromagnetisk kompatibilitet

CE-märket bidrar till fri cirkulation av varor mellan EU:s medlemsländer.

Panasonic garanterar mätningarnas precision.

Märkningen av produkten garanterar att varje apparat har genomgått tester avseende mätvärdenas precision i fabriken Matsushita. Vi rekommenderar att apparaten kalibreras om vart tredje år, räknat från året i stämpeln eller från inköpsdatum.

CALIBRATED UNTIL

2015

Efter eventuella reparationer av apparaten, eller om stämpeln blivit oläslig, bör mätaren skickas in för en ny kalibrering.

## FRÅGOR OCH SVAR

**F** Varför får man olika mätvärden vid mätningen hemma och på läkarmottagningen?

**S** Blodtrycket varierar under hela dygnet. Ytterligare kan det väsentligt förändras beroende på vädret, ert sinnesläge, motion osv. I synnerhet har man iakttagit „Förhöjt blodtryck vid åsynen av vit rock“-fenomenet, där det blodtrycksvärdet vilket man mäter på läkarmottagningen visar sig vara högre i resultat av stress och oro.

**Dessutom kan man tänka på följande saker, när det visar sig att blodtrycket som man mäter hemma är ibland högre och ibland lägre jämfört med detta blodtrycket som man mäter på läkarmottagningen. Var så god och ta hänsyn till dessa moment vid mätningen.**

**(1) Har man lindat tryckmanschetten fast?**

- Se till att tryckmanschetten inte är lindat runt armen för löst eller för tätt.
- Är tryckmanschetten fäst på överarmen? Se till att den inte ska lindas delvist runt armbågen.

Om hur man ska linda tryckmanschetten på ett korrekt sätt – se s.5.

**(2) Är ni bekymrad eller irriterad?**

Andas djupt in 2 eller 3 gånger innan ni ska mäta och slappna av, för att stabilisera blodtrycket. Dessutom rekommenderar man att ni ska sitta lugnt ungefär 4 till 5 minuter innan ni ska mäta.

**F** Varför får jag olika mätvärden varje gång när jag mäter blodtrycket?



- (1) Blodtrycket förändras under en enda dag, och det är olika beroende på kroppsställningen vid mätningen. För den skull, när ni ska mäta, gör mätningar under likvärdiga förhållanden.
- (2) Hos människor som medicinerar sig med blodtrycksläkemedlen, kan blodtrycket variera mycket på grund av läkemedlens verkan.
- (3) Om ni mäter blodtrycket två gånger efter varandra, vila lugnt 4 till 5 minuter innan ni ska göra den andra mätningen.

**F** Varför får man olika mätvärden på vänstra och högra armen?



Man säger att skillnaden i blodtryck vid mätningar på vänstra armen och på högra armen kan vara omkring 10mmHg. Man kan mäta blodtrycket antingen i vänstra eller i högra armen, dock skulle man göra alla mätningar på samma armen.

## APPARATENS SKÖTSEL

Var så god och försök inte ta isär, reparera eller ändra apparaten. Detta kan orsaka branden eller leda till att apparaten inte fungerar som den ska. Detta kan också leda till personskada.

Utsätt inte apparaten för onödigt kraft. Tappa inte apparaten.

Om man ska använda apparaten nära tv-apparaten, mikrovågsuonen, röntgenutrustningen eller andra apparater som utstrålar starka elektromagnetiska fälten, kan detta förstöra mätningar. Var så god och mät ert blodtryck på lagom avstånd till sådana apparater eller stäng av dem.

Manschetten kan tappa något av sin elasticitet vid temperaturer lägre än 0 °C. Om apparaten utsatts för sådana extrema temperaturer, då är det en bra tanke att låta den värmas upp till rumstemperaturen innan man gör nästa mätningen. Som grundprincip gäller att apparaten inte ska undsättas för extrema förhållanden (kylan, värmen, fukten, dammen).

Låt inte dammen eller andra främmande saker tränga in i apparaten, eftersom det kan leda till nedsatt funktion.

Rengöring av apparaten

- Om apparaten blir smutsig, torka av den med en fuktig trasa, eventuellt med lite diskmedel.
- Använd inte sprit, bensin eller lösningsmedel, då sådana ämnen kan missfärga eller krackelera apparatens yta.

Rengöring av tryckmanschetten

- Tryckmanschetten är inte tvättbar i tvättmaskin.
- Tryckmanschetten är belagd med materialet som kan vara rengörad/ desinficerat med alkoholhaltigt tvättmedel, t. ex. Bacillol AF (tillverkaren Bode Chemie) eller motsvarande.

Förvaring

- Undvik att utsätta apparaten för höga temperaturer, höga fuktigheten och direkta solljus, eftersom det kan leda till nedsatt funktion hos apparaten.
- Avlägsna batterier innan ni lägger apparaten på lager för en lång tid. Underlåter man göra det, kan detta leda till batteriläckaget som kan orsaka att apparaten fungerar dåligt.



# FÖR ER SÄKERHETS SKULL

Följ alltid er läkarens anvisningar vid medicineringen

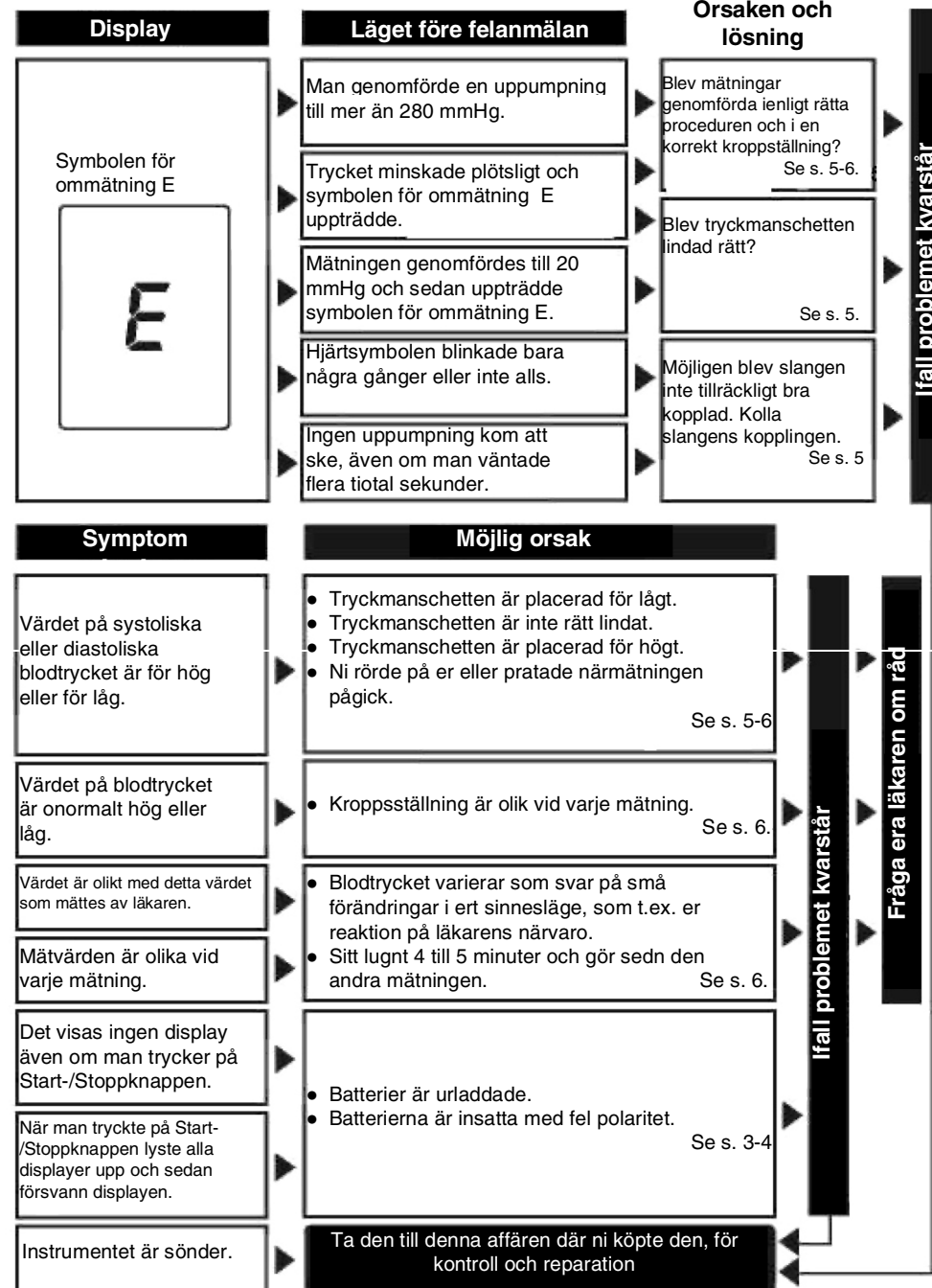
Om ni medicinerar er, fråga läkaren, när är det lämpligast att mäta blodtrycket. Ifall ni medicinerar er, var så god och fråga läkaren om lämpligaste tiden för att mäta ert blodtryck.

Människor som har hjärtstimulatorer, hjärtarytmin, kärlsammandragning eller leverstörning, skulle konsultera deras läkaren innan de ska själv mäta sitt blodtryck, eftersom man kan få i sådana fall avvikande värden. Detsamma gäller också under graviditeten.

Diagnostic är ingen leksak. Se till att den ska vara otillgänglig för barn!

Ifall ni mäter barnets blodtryck, konsultera alltid er läkaren, eftersom de uppgifter kan inte jämföras med vuxna genomsnittspersons uppgifter.

# FELSÖKNING



## VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR

- Innan ni ska använda detta instrumentet, läs kapitlet „VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR“ och var säker på att ni ska använda instrumentet på ett rätt sätt.
- Varningar i denna sektion är avsedda att instruera er om hur man ska använda instrumentet på ett rätt sätt och förebygga faran för eller skadan på er själv eller andra människor.

### **Alla varningar innehåller viktig information som avser säkerheten och ska efterlevas.**

**VARNING!** Att inte efterleva varningen kan resultera i dödsfall eller allvarliga personskadan.

**SE UPP!** Att inte efterleva varningen kan resultera i personskadan eller allvarliga materialskadan.

### **VARNING!**

- I Personer hos vilka blodcirkulationen i armen är allvarligt hindrad skulle konsultera läkaren innan de ska använda detta instrumentet. Underlåter man göra det, kan resultatet bli en försämring av kroppsliga tillståndet.
- Tillåt inte barn använda denna produkten.
- Tillåt inte personer vilka inte kan uttrycka sina känslor eller vilka inte kan själva hantera detta instrumentet, använda denna produkten. En sådan användning kan ge till resultat olyckshändelsen eller personskadan.

### **SE UPP!**

- Ifall produkten inte fungerar eller verkar konstigt, sluta omedelbart använda den och begär besiktning och service. Underlåter man göra det, kan detta ge till resultat branden, elchock eller brännsår.
- Gör aldrig själv bedömningar av mätningresultat eller behandla er själv.
  - Gör mätningar efter era läkarens anvisningar och låt era läkaren ställa diagnosen.
  - Ta läkemedel efter era läkarens anvisningar.
- Produkten ska inte användas för annat än blodtrycksmätning.  
Ifall ni gör det, kan detta resultera i dödsfall eller nedsatt funktionsförmåga.
- Ändra aldrig produkten eller ta den isär eller försök reparera den själv. Ifall ni gör det, kan det ge till resultat branden eller personskadan på grund av onormal drift.

## SPARA DESSA ANVISNINGAR