

## **Semi-automatic Blood Pressure Monitor Model M1-S-1**

### **INSTRUCTION BOOK**

Thank you for choosing our Semi-automatic Blood Pressure Monitor Gamma™ designed on the basis of the most advanced technologies. The device you are holding now is your reliable assistant. You can measure your blood pressure with this monitor as accurately and precisely as an experienced doctor or a skilled nurse would do it.

We are sure that having appraised worthily the high quality and reliability of this device you will become a regular user of the products of Gamma Trade Mark.

Before starting to use this device please study the instruction book carefully. The instruction book offers all information you need to correctly measure your blood pressure and pulse.

Regular blood pressure control allows for reliable and easy health monitoring and for effective combating possible complications caused by blood pressure abnormalities.

### **ATTENTION**

This blood pressure monitor is designed to carry out self-control over blood pressure but NOT to make self-diagnosis of hypertension/hypotension. Please DO NOT diagnose by yourselves basing on the measurement results obtained with the blood pressure monitor. Please DO NOT execute self-treatment of high/low blood pressure and DO NOT change the methods prescribed without consulting your doctor.

## **CONTENT**

### **1. Features of Semi-automatic Blood Pressure Monitor Model M1-S-1**

- 1.1. Components of your blood pressure monitor kit
- 1.2. Description of the blood pressure monitor

### **2. Getting ready for measurement**

- 2.1. Inserting the batteries
- 2.2. Cuff connection

### **3. Measurement Procedure**

- 3.1. Fitting the cuff
- 3.2. Measuring procedure
- 3.3. Reading measurement result
- 3.4. Inflating further
- 3.5. Discontinuing a measurement

### **4. Memory function**

### **5. Error Messages/Troubleshooting**

### **6. Care and maintenance**

### **7. Technical specifications**

### **8. Warrantee**

### **9. Important information on blood pressure and its measurement**

- 9.1. What is blood pressure?
- 9.2. Which values are normal?
- 9.3. What can be done to lower/maintain the level of blood pressure?

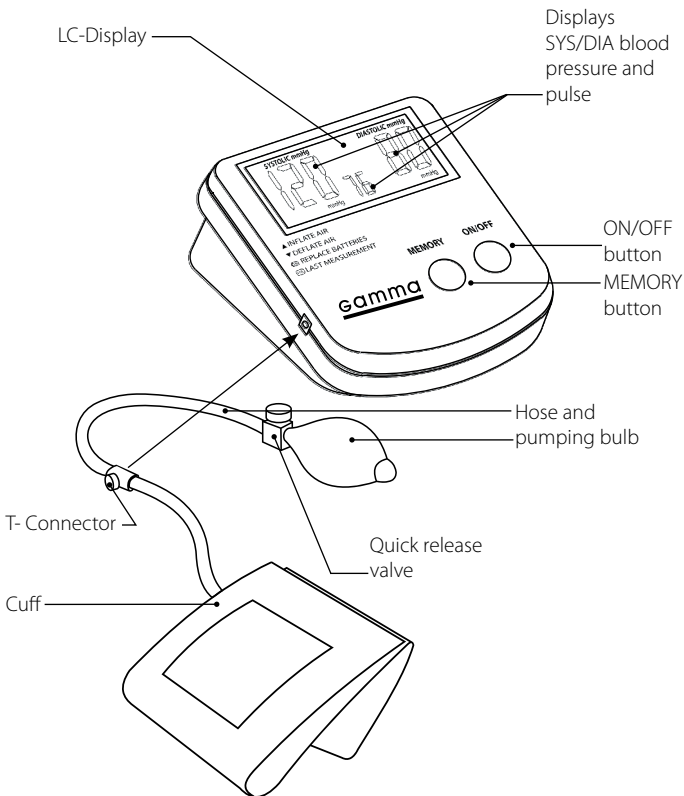
# 1. Features of Semi-automatic Blood Pressure Monitor Model M1-S-1

## 1.1. Components of your blood pressure monitor kit

The blood pressure monitor kit includes Semi-automatic Blood Pressure Monitor Model M1-S-1, cuff with hose and pumping bulb, 4 batteries (AA), Instruction Book, Warranty Card, kit box.

## 1.2. Description of the blood pressure monitor

Measuring unit Model M1-S-1

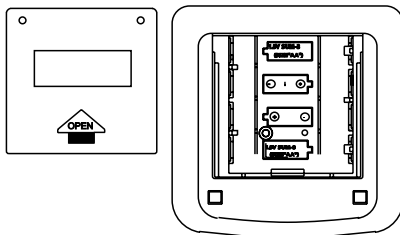


## 2. Getting ready for measurement

### 2.1. Inserting the batteries

To insert batteries

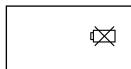
1. Remove the cover as illustrated.



2. Insert the batteries (4 AA, 1.5 V), following the indicated polarity. (+ -)

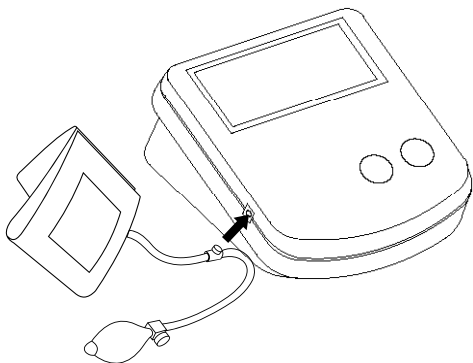
### ATTENTION

- After low battery indicator appears, the device won't function until the batteries have been replaced.
- If the blood pressure monitor is not used for long periods, remove the batteries from the device.
- Please use "AA" Long-Life or Alkaline 1.5V Batteries. Do not use rechargeable batteries.
- Functional check: Hold the ON/OFF button down to test all the display elements. When functioning correctly many icons will appear.



## 2.2. Cuff connection

Insert the cuff tube into the opening provided on the side of the device as shown in the picture.



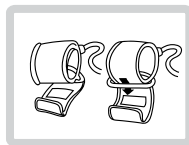
## 3. Measurement Procedure

### ATTENTION

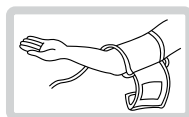
- Find time to relax by sitting in a quiet atmosphere for some time before measurement.
- Efforts by the patient to support the arm can increase the blood pressure. Make sure you are in a comfortable, relaxed position and do not activate any muscles in the arm during measurement.
- Always measure on the same arm (normally left).
- Remove any garment that fits closely to your upper arm. Do not roll the sleeve since it can squeeze your hand and this can lead to false results.
- Use only clinically approved original cuff
- If you want to follow the results of your blood pressure measurements, always perform measurements at the same time of day, since blood pressure changes during the course of the day.
- Measurements should be done after a 5 minute rest to ensure accuracy.

### 3.1. Fitting the cuff

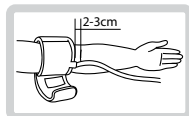
1. Pass the end of the cuff through the flat metal ring so that a loop is formed.



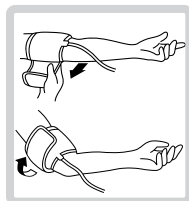
2. Place the cuff over the left upper arm so that tube is closer to your lower arm.



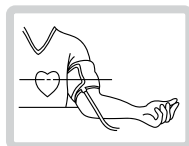
3. Lay the cuff on the arm so that the lower edge of the cuff lies approximately 2 to 3 cm above the elbow.



4. Tighten the cuff by pulling the end and close the cuff by affixing the velcro. There should be little free space between the arm and the cuff. Cuff that does not fit properly results in false measurement values. Clothing must not restrict the arm. Any piece of clothing which does must be removed.

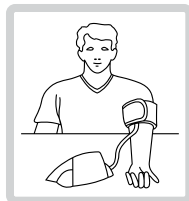


5. Lay your arm on a table so the cuff is at the same height as your heart. If the upper arm artery lies considerably lower or higher than the heart, a false higher or lower blood pressure will be measured! A variation of 15 cm between cuff and heart level can result in a reading error of + or - 10mm Hg.



Make sure the tube is not kinked.

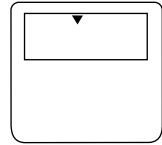
6. Remain seated quietly for two minutes before you begin the measurement.



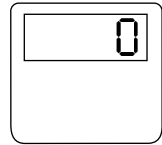
### 3.2. Measuring procedure

To carry out measurement

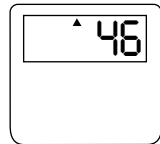
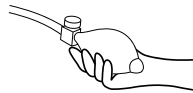
1. Press ON/OFF button, device is switched on, where you will see many segments display for about 2 secs, then there flashes a downward triangle, which means device is automatically lowering pressure left in the cuff, you can hold down quick release valve to speed up the process.



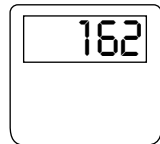
2. Once cuff pressure is completely released, you will hear 3 short beeps, with a steady "0" shows on



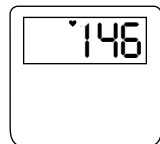
3. Grasp the pumping bulb with your free hand and inflate the cuff, during which an upward triangle keeps flashing.



4. Stop pumping when the upward triangle terminates flashing, device then starts to deflate.



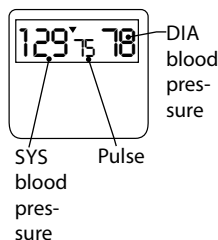
5. Lay down the pumping ball and remain in a quiet and relaxed sitting position. The measurement now proceeds on its own and is taken automatically.



If no measurement takes place and all that appears in the display is a flashing, upwards pointing arrow ▲, pump the ball once again and inflate to a higher pressure (see clause Inflating further given below). When the device detects a pulse, a heart symbol in the display starts to flash and a beep is heard for every heart beat.

### 3.3. Reading measurement results

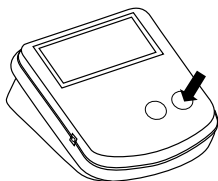
When the measurement has been concluded, a long beep tone sounds. The measured systolic and diastolic blood pressure values, as well as the pulse are now displayed, and there flashes a downward triangle indicating people to release the rest of air pressure in the cuff.



The cuff pressure can now be quickly released by pressing the quick release valve at the pumping bulb.

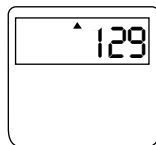
### Note

To prolong the batteries' life the device switches off automatically if no button is pressed for 3 minutes. Otherwise you can switch it off by pressing the ON/OFF button.



### 3.4. Inflating further

If the cuff is not inflated sufficiently, the measurement is stopped after a few seconds and a flashing arrow pointing upwards appears in the display. It is then necessary to inflate at least 20 mmHg higher than the previous value till cuff pressure displays again on the LCD. The instruction to inflate further can

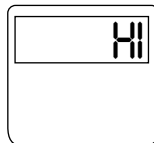




appear several times if the pressure is still not sufficient.

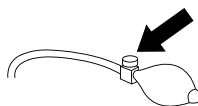
**ATTENTION:**

If the cuff is inflated too far (over 300 mmHg), **H<sup>i</sup>** appears in the display and a warning signal is sounded. The cuff pressure must then be immediately released using the quick-release valve at the pumping bulb!



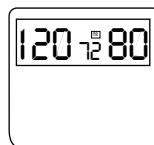
**3.5. Discontinuing a measurement**

If it is necessary to interrupt a blood pressure measurement for any reason (e.g. the patient feels unwell), the quick-release valve at the pumping bulb can be pressed at any time. The device then immediately lowers the cuff pressure automatically.

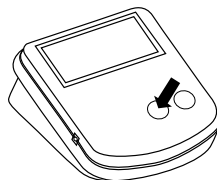


**4. Memory function**

Semi-automatic Blood Pressure Monitor Gamma™ Model M1-S-1 automatically stores the result measured.

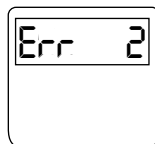


To see the result of the last measurement, press the MEMORY button



## 5. Error Messages/Troubleshooting

If an error occurs during a measurement, the measurement is discontinued and a corresponding error code is displayed (picture: error no. 2)



Error No.	Possible cause(s) / Solutions
ERR 1	The systolic pressure was determined, but then the pressure in the cuff went down to less than 20 mmHg (diastolic blood pressure can't be measured). The tube may have loosened after the systolic pressure has been determined. Further possible reason: Pulse could not be detected.
ERR 2	Unnatural pressure impulses influence the measurement result. Reason: the arm was moved during the Measurement (Artefact)
ERR 5	The measured reading indicated an unacceptable difference between systolic and diastolic pressures. Take another reading following directions carefully. Contact your doctor if you continue to get unusual readings.

### Other possible errors and their solutions

If problems occur when using the device, the following points should be checked:

Malfunction	Remedy
The display remains blank when the device is switched on although the batteries are in place.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Check battery installation/ polarity.</li> <li>2. Remove the batteries and if the display is unusual, then exchange them for new ones.</li> </ol>
The pressure does not rise although you are inflating the bulb.	Check the connection of the cuff tube and connect properly.
The device frequently fails to measure, or the values measured are too low or high.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fit the cuff correctly on the arm.</li> <li>2. Before starting measurement make sure that clothing is not exerting pressure on the arm. Take articles of clothing off if necessary.</li> </ol> <p>Measure blood pressure again in complete peace and quiet.</p>
Every measurement results in different values, although the device functions normally and normal values are displayed.	Please re-read the clause Measuring procedure above.
Blood pressure values differ from those measured at the doctor's.	Record daily values and consult your doctor.

### Note

Blood pressure is subject to fluctuations even in healthy people. Please remember that **comparable blood pressure measurements always require the same time and the same conditions!** These are normally quiet conditions. If you follow the


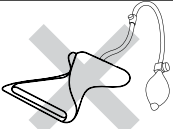
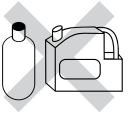

correct procedures described above and still get the fluctuations of blood pressure of more than 15 mmHg and/or you repeatedly hear irregular pulse tones please consult your doctor.

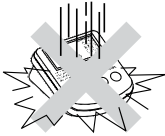

### ATTENTION

Should any technical malfunctions arise in the blood pressure monitor, please contact the point of sale where you bought the device or Service Centre Gamma-Medica. **Never attempt to repair the instrument yourself!**

Any unauthorized opening of the instrument invalidates all warranty claims.

### 6. Care and maintenance

<p>Do not expose the device to either extreme temperatures, humidity, dust or direct sunlight.</p>	
<p>Handle the cuff carefully and avoid all types of stress through twisting or buckling in order not to damage the sensitive air-tight bubble.</p>	
<p>Clean the device with a soft, dry cloth. Do not use gas, thinners or similar solvents. Spots on the cuff can be removed carefully with a damp cloth and soapsuds. Do not submerge the cuff in water!</p>	
<p>Handle the tube carefully. Keep the hose away from sharp edges.</p>	

Do not drop the monitor or treat it roughly in any way.	
Never open the monitor! Otherwise the manufacturer's calibration will be spoiled.	

**Note:**

According to international standards, your monitor should be checked for calibration every 2 years.

**7. Technical specifications**

Weight	256 g (with batteries)
Size	106(W) x 110(L) x 65(H) mm
Storage temperature	-5 to +50°C (23°F - 122°F)
Humidity	15 to 85% relative humidity maximum
Operation temperature	10 to 40°C (50°F - 104°F)
Display	LCD-Display (Liquid Crystal Display)
Measuring method	oscillometric
Pressure sensor	capacitive
Measuring range:	
- SYS/DIA pressure - Pulse	30 to 280 mmHg 40 to 200 per minute
Cuff pressure display range	0-299 mmHg.
Memory	Automatically stores the result of last measurement.

Measuring resolution	1 mmHg
Accuracy	
- pressure - pulse	within $\pm 3$ mmHg $\pm 5$ % of the reading
Power source	4 x AA batteries 1,5V
Accessories	Semi-automatic Blood Pressure Monitor Model M1-S-1, the cuff with hose and pumping bulb, 4 batteries (AA), Instruction Book, Warranty Card, kit box.

\*technical alterations are possible!

## 8. Warranty

Your Semi-automatic Blood Pressure Monitor Model M1-S-1 is warranted for 3 years from date of purchase. This warranty includes the monitor and the cuff.

The warranty does not apply to damage caused by improper handling, accidents, not following the operating instructions or self-maintained alterations made to the device.

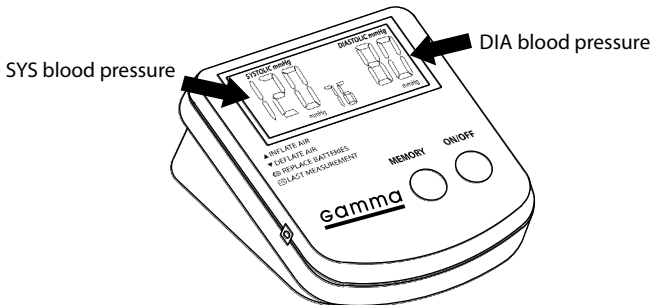
The warrantee is only valid upon presentation of the warrantee card which was correctly filled in and sealed.

## 9. Important information on blood pressure and its measurement

### 9.1. What is blood pressure?

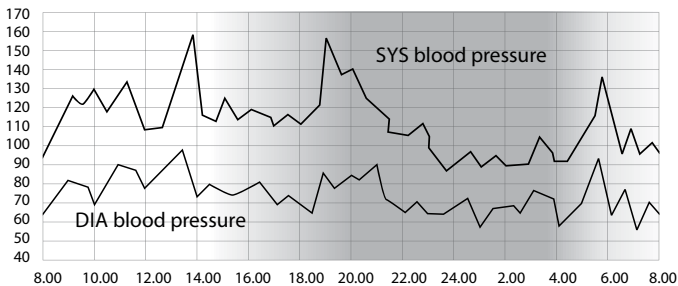
Blood pressure is the pressure that your blood exerts on the vascular walls. Blood pressure is necessary to provide for constant blood flow inside the body. Thanks to it the cells get oxygen that provides for their normal functioning. The heart performs the function of a "pump", sending blood to the blood vessels. Each heart beat creates a certain level of the blood pressure.

There are 2 kinds of blood pressure: a systolic (upper) one, which corresponds to the heartbeat pushing blood into the arteries; and a diastolic (lower) one, which means the blood pressure between two heartbeats.



Blood pressure is subject to fluctuations during the day even in healthy people. The fluctuations are influenced by a number of factors – time of day, person’s condition, physical or mental activity, environment, etc.

### Day-Night Fluctuations of the Blood Pressure



An increase of blood pressure increases the burden onto the heart, affects blood vessels making their walls thick and less elastic. One of the features of the hypertension is its ability to remain unnoticed for the patient at its early stages. That's why the self-control of the blood pressure is so important. With the illness progressing, headaches and regular dizziness appear, the sight declines, the functioning of vitals (encephalon, heart, kidneys, blood vessels) breaks down. Without special treatment the complications of hypertension might be kidney damages, breast-pang, paralytic stroke, aphasia, dementia, heart attack and stroke.

### 9.2. Which values are normal?

The world standard as for the norms of the blood pressure is the Classification\* of the World Health Organization (WHO):

<b>Blood Pressure Category</b>	<b>Systolic Blood Pressure (mmHg)</b>	<b>Systolic Blood Pressure (mmHg)</b>	<b>Measures</b>
Hypotension	< 100	< 60	Doctor's control
Optimum pressure	100 ... 120	60 ... 80	Self-control
Normal pressure	120 ... 130	80 ... 85	Self-control
High normal pressure	130 ... 140	85 ... 90	Self-control, mode of life correction
Mild hypertension	140 ... 160	90 ... 100	Consultation with doctor
Moderate hypertension	160 ... 180	100 ... 110	Consultation with doctor
Severe hypertension	> 180	> 110	Consultation with doctor

\* printed with curtailments








- The diagnosis of hypertension requires from the patient to combine medical treatment prescribed by the doctor and mode of life correction.
- People with normal pressure and high normal pressure are recommended to carry out self-control of their tension in order to timely take measures to decrease the blood pressure level down to the optimal one without using any medications.
- For people more than 50 years old high level of systolic blood pressure (higher than 140 mmHg) is more crucial than diastolic pressure.
- Even with blood pressure being normal, people run the bigger risk of hypertension development with advancing age.

## ATTENTION

If you have normal results of blood pressure measured under calm conditions but your results are excessively high when measured under the conditions of physical or mental exhaustion, this might be a sign of so called brittle (that is unstable) hypertension. If you suspect that, please consult your doctor.

When measured correctly, if diastolic blood pressure is more than 120 mmHg, it is necessary to call the doctor immediately.

### 9.3. What can be done to lower/maintain the level of blood pressure?

Recommendation		How much the systolic blood pressure can be lowered
- Try to maintain the weight which is considered standard for your age. Decrease overweight if any!		5 – 20 mmHg with every 10 kilos of weight reduction
- Avoid salt overuse (it's recommended to use no more than 6 g per day)!		2 – 8 mmHg
- Avoid eating fat food! Introduce to your diet some food that is rich in dietary fiber (fruits, vegetables)		8 – 14 mmHg
- Refuse from smoking outright! - Use only limited amount of alcohol (bier – 350 g, or vine – 150 g, or vodka – 50 g)! - Restrain the usage of caffeine (coffee)!		2 – 4 mmHg



# **Полуавтоматический измеритель артериального давления Модель М1-S-1**

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**

Благодарим Вас за выбор нашего полуавтоматического измерителя артериального давления Gamma®, созданного на основе самых передовых технологий. Прибор, который Вы держите в руках, является Вашим надежным помощником. С его помощью Вы измерите артериальное давление так же точно, как это сделал бы опытный врач или медсестра.

Мы уверены, что, по достоинству оценив качество и надежность этого прибора, Вы станете постоянным пользователем продукции торговой марки Gamma®.

Перед тем как начать пользоваться данным прибором, внимательно прочитайте инструкцию. В ней Вы найдете всю информацию, необходимую Вам для правильного проведения измерения артериального давления и пульса.

Регулярный контроль артериального давления позволяет надежно и просто отслеживать состояние Вашего здоровья и эффективно бороться с возможными осложнениями, вызванными повышением или понижением артериального давления.

### **ВНИМАНИЕ**

Данный измеритель артериального давления предназначен для осуществления самоконтроля артериального давления, а не для самодиагностики гипертонии/гипотонии. Ни в коем случае не ставьте диагноз самостоятельно на основе результатов, полученных с помощью измерителя артериального давления. Не занимайтесь самолечением артериального давления и не меняйте самостоятельно прописанные методы лечения, не проконсультировавшись предварительно с врачом.

# **СОДЕРЖАНИЕ**

## **1. Особенности полуавтоматического измерителя артериального давления Модель M1-S-1**

- 1.1. Комплектация
- 1.2. Внешний вид и описание прибора

## **2. Подготовка к измерению**

- 2. Подготовка к измерению
- 2.1. Установка батареек
- 2.2. Подключение манжеты

## **3. Проведение измерения**

- 3.1. Наложение манжеты
- 3.2. Процесс измерения
- 3.3. Чтение результатов измерения
- 3.4. Дополнительное нагнетание воздуха в манжету
- 3.5. Прерывание измерения

## **4. Функция «Память»**

## **5. Сообщения об ошибках**

## **6. Хранение и уход**

## **7. Технические характеристики**

## **8. Гарантия**

## **9. Что необходимо знать об артериальном давлении**

- 9.1. Что такое артериальное давление
- 9.2. Нормы артериального давления
- 9.3. Коррекция образа жизни для снижения/поддержания уровня артериального давления

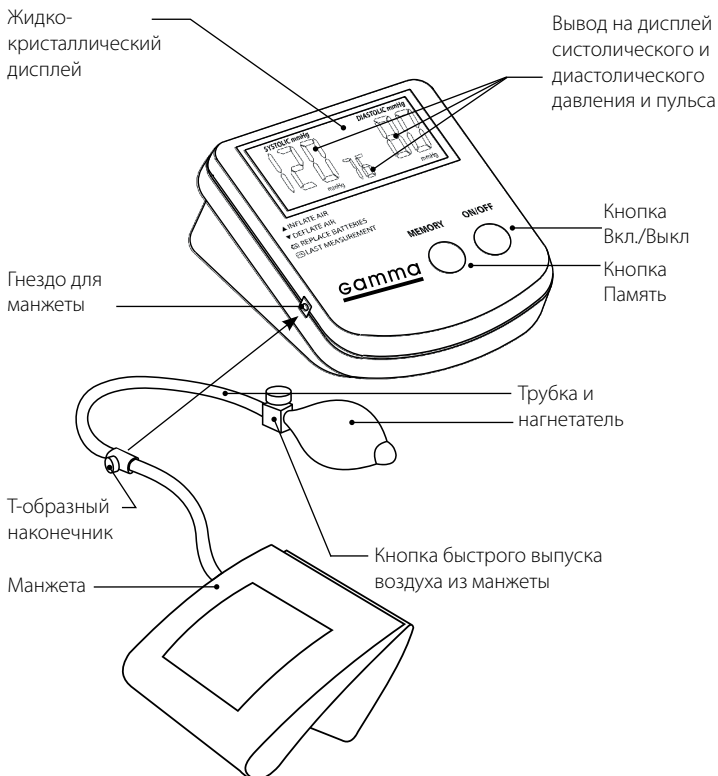
# 1. Особенности полуавтоматического измерителя артериального давления Модель M1-S-1

## 1.1. Комплектация

В комплект входит полуавтоматический измеритель артериального давления модели M1-S-1, манжета с трубкой и нагнетателем, 4 батарейки AA, инструкция по эксплуатации, гарантийный талон, упаковка.

## 1.2. Внешний вид и описание прибора

На рисунке представлен полуавтоматический измеритель артериального давления модели M1-S-1

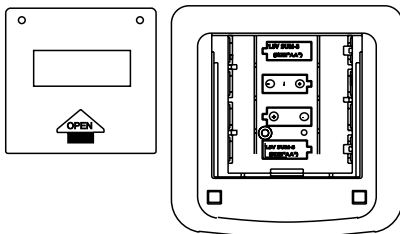


## 2. Подготовка к измерению

### 2.1. Установка батареек

Для установки батареек

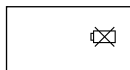
1. Снимите крышку отсека батареек, как показано на рисунке.



2. Вставьте батарейки, соблюдая полярность.

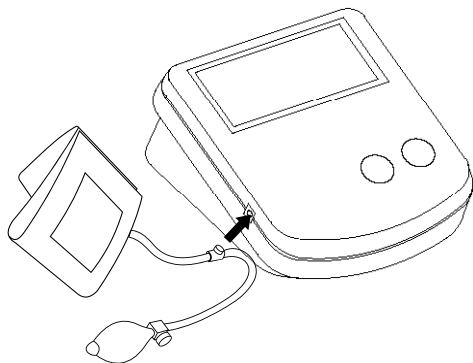
### ВНИМАНИЕ

- При появлении на дисплее значка батареек необходимо заменить израсходованные батарейки для проведения дальнейших измерений.
- Если прибор не используется в течение длительного времени, рекомендуется извлечь из него батарейки.
- Рекомендуется использовать батарейки типа AA (щелочные, 1,5В). Не рекомендуется использовать заряжаемые аккумуляторы 1,2В.
- Для проверки всех элементов дисплея удерживайте нажатой кнопку включения/выключения(ON/OFF). При нормальном функционировании прибора символы всех элементов загорятся.



## 2.2. Подключение манжеты

Подключите Т-образный наконечник, закрепленный в середине соединительной воздушной трубки, к разъему, расположенному на левой панели прибора, как показано на рисунке.



## 3. Проведение измерения ВНИМАНИЕ

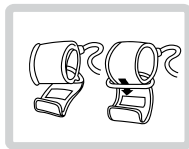
- Перед измерением желательно некоторое время посидеть в спокойном, расслабленном состоянии.
- Каждое напряжение пациента, например, упор на руку, может повысить кровяное давление. Уделите внимание тому, чтобы тело было приятно расслаблено, и не напрягайте во время измерения никакие мускулы на руке, на которой Вы проводите измерение.
- Измеряйте давление всегда на одной и той же руке (обычно левой).
- Освободите левую руку от одежды. Не закатывайте рукав, т.к. он сдавит Вашу руку и это приведет к неточности при измерении.
- Используйте только клинически апробированную оригинальную манжету!



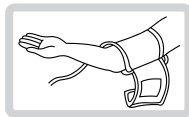
- Если вы хотите вести учет своего артериального давления, старайтесь проводить измерения в одно и то же время, поскольку артериальное давление меняется в зависимости от времени суток.
- Для того чтобы измерения происходили корректно, повторное измерение следует выполнять лишь после 5-минутного перерыва.

### 3.1. Наложение манжеты

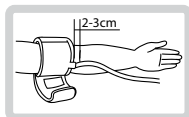
1. Проденьте конец манжеты через металлическое кольцо так, чтобы застежка-липучка находилась с внешней стороны.



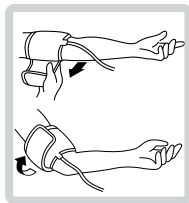
2. Проденьте руку в образовавшееся кольцо так, чтобы воздушная трубка выходила по направлению к Вашей ладони.



3. Расположите манжету на руке таким образом, чтобы ее край находился на расстоянии 2-3 см от локтевого сгиба руки.

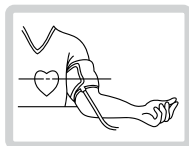


4. Плотно, но не туго, затяните манжету, потянув за свободный конец. Манжета должна плотно обтягивать руку. Свободно или криво одетая манжета может являться причиной неправильных показаний. Нельзя надевать манжету поверх плотной одежды.



5. Положите руку на стол так, чтобы точка входа воздушной трубки в манжету располагалась над локтевой ямкой и находилась на уровне сердца.

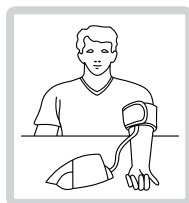
Если эта точка находится выше уровня



сердца на 15 см, прибор покажет значение верхнего давления примерно на 10 мм.рт.ст. ниже истинного значения Вашего давления и наоборот.

Следите затем, чтобы шланг не перекручивался.

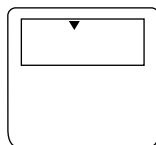
6. Спокойно посидите 2 минуты перед измерением.



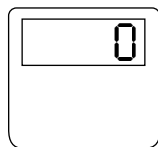
### 3.2. Процесс измерения

Для того чтобы провести измерение артериального давления и пульса

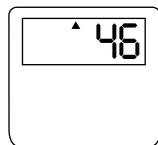
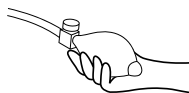
1. Нажмите на кнопку ON/OFF (Вкл./Выкл.). Прибор включится, и на дисплее в течение 2 секунд высветятся все символы. Появление на дисплее стрелки, направленной вниз "▼", означает, что прибор автоматически снижает уровень давления в манжете. Вы можете ускорить процесс, нажав на кнопку быстрого выпуска воздуха из манжеты.



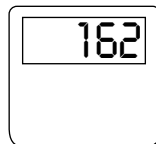
2. Как только воздух из манжеты выпущен, Вы услышите 3 коротких звуковых сигнала, и на дисплее появится немигающая цифра "0".



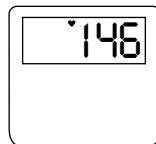
3. Возьмите резиновый нагнетатель в свободную руку и накачивайте манжету до тех пор, пока на дисплее мигает стрелка, направленная вверх "▲".



4. Прекратите накачку воздуха в манжету, как только стрелка, направленная вверх, перестанет мигать. Прибор начнет выпускать воздух из манжеты



5. Если измерение не производится, а на дисплее появилась указывающая вверх стрелка "▲", действуйте, как указано в разделе Дополнительное нагнетание воздуха в манжету (см. ниже). При обнаружении пульса возникает звуковой сигнал в ритме сердечного пульса и мигающий значок "♥".



### 3.3. Чтение результатов измерения.

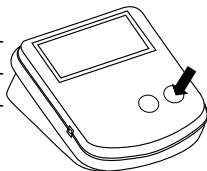
Длинный звуковой сигнал означает завершение измерения. На дисплее высвечиваются значения артериального давления и пульса. Кроме того, на дисплее начнет мигать стрелка, указывающая вниз "▼", которая напоминает о необходимости выпустить из манжеты оставшийся воздух.



Нажмите кнопку быстрого выпуска и удерживайте ее до полного выпуска воздуха из манжеты.

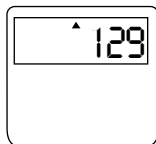
### Примечание

Для экономии батареек прибор выключается автоматически после 3 минут бездействия. Вы можете отключить прибор нажатием на кнопку ON/OFF (Вкл./Викл.).



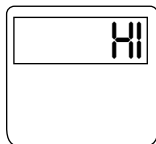
### 3.4. Дополнительное нагнетание воздуха в манжету

Если давление в манжете оказалось недостаточным для выполнения измерения, на дисплее отображается символ "▲". В этом случае необходимо накачать давление в манжете до более высокого значения, минимум на 20 мм рт. ст. выше предыдущего, до тех пор, пока на дисплее снова не появятся цифры, показывающие давление в манжете.



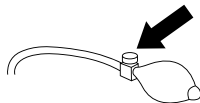
### ВНИМАНИЕ

Если давление в манжете поднялось выше 300 мм рт. ст., на дисплее отобразится символ "HI" и прозвучит сигнал, в этом случае необходимо немедленно нажать кнопку выпуска воздуха на нагнетателе.



### 3.5. Прерывание измерения

Если по какой-либо причине необходимо прервать измерение (например, из-за плохого самочувствия), нажмите кнопку выпуска воздуха на нагнетателе. Давление в манжете понизится. При этом на дисплее возможно появление символа ошибки Err. Выключите прибор.

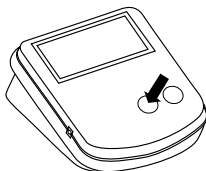


#### 4. Функция «Память»

Полуавтоматический измеритель артериального давления Gamma® модель M1-S-1 автоматически запоминает результат последнего измерения.

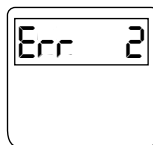


Результат последнего измерения выводится на дисплей нажатием на кнопку MEMORY (Память).



#### 5. Сообщения об ошибках

Если во время измерения возникла какая-либо ошибка, измерение прерывается, и на дисплее возникает соответствующий значок (на рисунке – ошибка 2).



№ неисправности.	Возможные причины
ERR 1	Систолическое давление определено, но впоследствии давление в манжете доходит до значения менее 20мм. рт. ст. (диастолическое давление не определено). Проверьте подключение воздушной трубки к прибору и манжете. Проверьте, нет ли утечки воздуха. Не определен пульс.
ERR 2	На результаты измерения повлияли необычные импульсы. Причина: Вы двигали рукой во время измерения (Артефакт).
ERR 5	Результаты измерения показали неприемлимую разницу между систолическим и диастолическим артериальным давлением. Проведите еще одно измерение, четко следуя требованиям инструкции по эксплуатации. Проконсультируйтесь с врачом, если результаты остаются необычными.

## **Иные возможные неисправности и их устранение**

Если во время пользования прибором возникли неполадки, необходимо проверить следующие пункты и предпринять соответствующие меры:

<b>Неисправность</b>	<b>Устранение</b>
При включении прибора на дисплее ничего не высвечивается, несмотря на то, что батарейки на месте.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Проверьте правильность установки батареек (полярность).</li><li>2. Извлеките батарейки, вставьте их вновь. Если дисплей не работает, замените батарейки на новые.</li></ol>
Давление в манжете не поднимается несмотря на то, что Вы накачиваете воздух.	Проверьте подсоединение трубки к прибору.
Прибор не измерил Ваше давление, или давление слишком необычно для Вас.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Правильно наденьте манжету на руку.</li><li>2. Освободите руку от одежды, если она мешает измерению или стягивает Вашу руку.</li><li>3. Повторите измерение в спокойном состоянии.</li></ol>
В нескольких последовательно сделанных измерениях наблюдаются расхождения, хотя прибор работает нормально.	Пожалуйста, перечитайте раздел "Проведение измерения".

Результаты измерений, сделанных прибором дома, отличаются от показаний у врача.	Повторите измерения. Запишите показания прибора в разное время суток и проконсультируйтесь с врачом.
---	--

### Примечание

Уровень артериального давления имеет свойство колебаться в течение дня и у здоровых людей. Обращайте внимание на то, что, для того, **чтобы иметь возможность сравнивать результаты измерений, эти измерения должны производиться приблизительно в одно и то же время и в одинаковых условиях** (в состоянии покоя)! Если, несмотря на соблюдение Вами всех вышеуказанных требований, колебания давления составляют более 15 мм рт.ст. и/или Вы неоднократно слышите нерегулярные удары пульса, обратитесь к врачу.

### ВНИМАНИЕ

Если в измерителе артериального давления возникли неполадки технического характера, обратитесь в торговую точку, где Вы приобрели прибор, или в сервисный центр ООО «Гамма-Медика». **Ни в коем случае не пытайтесь самостоятельно отремонтировать прибор!**

В случае самостоятельного вскрытия прибора гарантия утрачивает силу.

## 6. Хранение и уход

<p>Храните измеритель артериального давления в сухом месте, защищенном от воздействия слишком высоких/низких температур, пыли и прямых солнечных лучей.</p>	
<p>Не перекручивайте и не заламывайте манжету, чтобы не повредить находящийся в ней чувствительный вкладыш.</p>	
<p>Для чистки измерителя используйте чистую мягкую тканевую салфетку. Не используйте бензин, растворитель и прочие подобные средства. Пятна на манжете осторожно удаляйте с помощью ткани, увлажненной мыльным раствором. Не стирайте манжету!</p>	
<p>Осторожно обращайтесь с соединительным воздушным шлангом. Оберегайте манжету и резиновые трубки от острых предметов.</p>	
<p>Не роняйте измеритель и не применяйте силу при его использовании.</p>	
<p>Никогда не вскрывайте прибор! В противном случае нарушится заводская калибровка прибора.</p>	



## Периодическая калибровка прибора

Точность измерительных приборов должна время от времени проверяться. По этой причине рекомендуется периодически, раз в два года, проверять индикацию статистического давления.

Более подробную информацию Вы можете получить в сервисном центре ООО «Гамма-Медика».

## 7. Технические характеристики

Масса	256 г (с батарейками)
Размеры	106x110x65 мм
Температура хранения	От -5 до +50°C
Влажность	Относительная влажность от 15 до 85 %
Рабочая температура	От +10 до +40°C
Дисплей	Жидкокристаллический
Способ измерения	Осциллометрический
Датчик давления	Ёмкостный
Диапазон измерения::	
- Систолическое/ диастолическое давление	От 30 до 280 мм рт.ст.
- Пульс	От 40 до 200 ударов/мин.
Индикация давления в манжете	0-299 мм рт.ст
Объем памяти	Автоматическое занесение в память результата последнего измерения

Минимальный шаг индикации давления	1 мм рт.ст.
Точность измерения:	
Давление Пульс	$\pm 3$ мм рт.ст. $\pm 5\%$ показаний (в области от 40 до 200 ударов/мин.)
Питание	4 шт. типа 316 (AA, R6) 1,5В
Комплект	Полуавтоматический измеритель артериального давления модели М1-S-1, манжета объемом 22-32мм с трубкой и нагнетателем, 4 батарейки AA, инструкция по эксплуатации, гарантийный талон, упаковка.

\* Возможны технические изменения!

## 8. Гарантия

На полуавтоматический измеритель артериального давления модели М1-S-1 распространяется гарантия сроком 3 года со дня приобретения. Гарантия распространяется на прибор и манжету.

Гарантия не распространяется на повреждения, возникшие в результате неправильного обращения, несчастных случаев, несоблюдения инструкции по эксплуатации или самостоятельных попыток вскрыть и/или отремонтировать прибор.

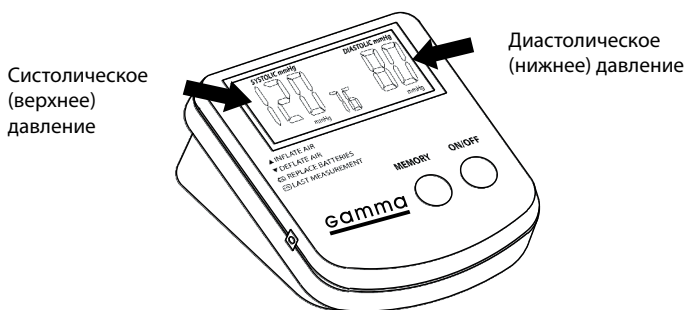
Гарантия действует только в случае предъявления в сервисный центр правильно заполненного гарантийного талона с печатью торговой организации.

## 9. Что необходимо знать об артериальном давлении

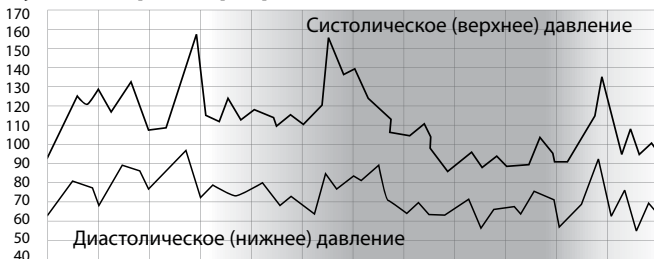
### 9.1. Что такое артериальное давление

Артериальное давление – это давление крови на стенки артерий. Артериальное давление (АД) необходимо для обеспечения постоянной циркуляции крови в организме. Благодаря ему клетки организма получают кислород, который обеспечивает их нормальное функционирование. «Насосом», выталкивающим кровь в сосуды, выступает сердце. Каждый удар сердца обеспечивает определенный уровень АД.

Различают 2 вида АД: *систолическое* (верхнее) давление, которое соответствует сокращению сердца, при котором происходит выталкивание крови в артерии; и *диастолическое* (нижнее) давление, которое соответствует давлению крови между двумя сокращениями сердца.



### Суточный ритм артериального давления человека



Повышение артериального давления увеличивает нагрузку на сердце, влияет на кровеносные сосуды, делая их стенки толстыми и менее эластичными.

Одной из характеристик гипертонии является то, что на начальном этапе она может протекать незаметно для самого больного. Именно поэтому самоконтроль АД играет такую важную роль. С прогрессированием болезни возникают головные боли, постоянные головокружения, ухудшается зрение, функционирование жизненно важных органов – головного мозга, сердца, почек, кровеносных сосудов. При отсутствии соответствующей терапии возможны такие последствия повышенного артериального давления, как поражения почек, стенокардия, паралич, потеря речи, слабоумие, инфаркт миокарда и инсульт головного мозга.

## 9.2. Нормы артериального давления

Мировым стандартом в отношении норм артериального давления является Классификация\* Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ):

<b>Категория АД</b>	<b>Систолическое АД (мм рт. ст.)</b>	<b>Диастолическое АД (мм рт. ст.)</b>	<b>Меры</b>
Гипотония	< 100	< 60	врачебный контроль
Оптимальное давление	100 ... 120	60 ... 80	самоконтроль
Нормальное давление	120 ... 130	80 ... 85	самоконтроль
Высокое нормальное давление	130 ... 140	85 ... 90	самоконтроль, коррекция образа жизни
Умеренная гипертония	140 ... 160	90 ... 100	консультация у врача

Гипертония средней тяжести	160 ... 180	100 ... 110	консультация у врача
Тяжелая гипертония	> 180	> 110	консультация у врача

\* приведена с сокращениям

- При диагнозе ГИПЕРТОНИЯ необходимо совмещение медикаментозного лечения, назначенного врачом, и коррекции образа жизни.
- При высоком нормальном и нормальном АД рекомендуется осуществление самоконтроля с тем, чтобы вовремя принять меры по снижению уровня АД до оптимального без применения лекарственных средств.
- В возрасте старше 50 лет высокое (больше 140 мм рт. ст.) систолическое давление играет более важную роль, чем диастолическое давление.
- Даже при нормальном АД, риск развития гипертонии увеличивается с возрастом.

## **ВНИМАНИЕ**

Если измеренные в состоянии покоя показатели АД не являются необычными, однако в состоянии физического или душевного утомления вы наблюдаете чрезмерно повышенные результаты, то это может указывать на наличие так называемой лабильной (т. е. неустойчивой) гипертонии. Если у вас имеются подозрения на это явление, рекомендуем обратиться к врачу.

Если при правильном измерении кровяного давления диастолическое кровяное давление составляет более 120 мм рт. ст., необходимо незамедлительно вызвать врача.

### 9.3. Коррекция образа жизни для снижения/поддержания уровня артериального давления

Рекомендация		<b>На сколько можно снизить систолическое АД</b>
<p>- Старайтесь поддерживать нормальный вес, соответствующий вашему возрасту. Снижайте избыточный вес!</p>		<p>5 – 20 мм рт. ст на каждые 10 кг снижения веса</p>
<p>- Избегайте чрезмерного употребления соли (желательно не более 6 гр в день)!</p>		<p>2 – 8 мм рт. ст</p>
<p>- Избегайте употребления жирной пищи! Включите в диету пищу, насыщенную клетчаткой (овощи, фрукты)</p>		<p>8 – 14 мм рт. ст.</p>
<p>- Полностью откажитесь от курения!                      - Употребляйте алкоголь только в ограниченных количествах (пиво – 350 гр, или вино – 150 гр, или водка – 50 гр)!                      - Ограничьте употребление кофеина (кофе)!</p>		<p>2 – 4 мм рт. ст.</p>

<p>- После прохождения медицинского обследования регулярно занимайтесь спортом, но при этом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• отдайте предпочтение нагрузкам на выносливость, а не силовым видам спорта.</li> <li>• не нагружайте себя до полного изнеможения</li> <li>• если у вас есть хронические заболевания и/или вам более 40 лет, пожалуйста, проконсультируйтесь с врачом перед тем, как начать заниматься спортом.</li> </ul> <p>- Проводите на свежем воздухе не менее 30 минут в день</p>		<p>4 – 9 мм рт. ст.</p>
--	--	-----------------------------

## **Напівавтоматичний вимірювач артеріального тиску Модель M1-S-1**

### **ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ**

Дякуємо Вам за вибір нашого автоматичного вимірювача артеріального тиску Gamma®, створеного на основі самих передових технологій. Прилад, який Ви тримаєте в руках, є Вашим надійним помічником. З його допомогою Ви вимірите артеріальний тиск так само точно, як це зробив би досвідчений лікар чи медсестра.

Ми упевнені, що, по достоїнству оцінивши якість і надійність цього приладу, Ви станете постійним користувачем продукції торгової марки Gamma®.

Перед тим як почати користуватися даним приладом, уважно прочитайте інструкцію. У ній Ви знайдете всю інформацію, необхідну Вам для правильного проведення вимірювання артеріального тиску і пульсу.

Регулярний контроль артеріального тиску дозволяє надійно і просто відслідковувати стан Вашого здоров'я й ефективно боротися з можливими ускладненнями, викликаними підвищенням чи зниженням артеріального тиску.

### **УВАГА**

Даний вимірювач артеріального тиску призначений для здійснення самоконтролю артеріального тиску, а не для самодіагностики гіпертонії/гіпотонії. Ні в якому разі не ставте діагноз самостійно на основі результатів, отриманих за допомогою вимірювача артеріального тиску. Не займайтеся самолікуванням артеріального тиску і не змінюйте самостійно прописані методи лікування, не проконсультувавшись попередньо з лікарем.



## **ЗМІСТ**

### **1. Особливості напівавтоматичного вимірювача артеріального тиску Модель M1-S-1**

- 1.1. Комплектація
- 1.2. Зовнішній вигляд і опис приладу

### **2. Підготовка до вимірювання**

- 2.1. Встановлення батарейок
- 2.2. Підключення манжети

### **3. Проведення вимірювання**

- 3.1. Накладення манжети
- 3.2. Процес вимірювання
- 3.3. Читання результату вимірювання
- 3.4. Додаткове нагнітання повітря в манжету
- 3.5. Переривання вимірювання

### **4. Функція “Пам’ять”**

### **5. Повідомлення про помилки**

### **6. Зберігання і догляд**

### **7. Технічні характеристики**

### **8. Гарантія**

### **9. Що необхідно знати про артеріальний тиск**

- 9.1. Що таке артеріальний тиск
- 9.2. Норми артеріального тиску
- 9.3. Корекція способу життя для зниження/підтримки рівня артеріального тиску

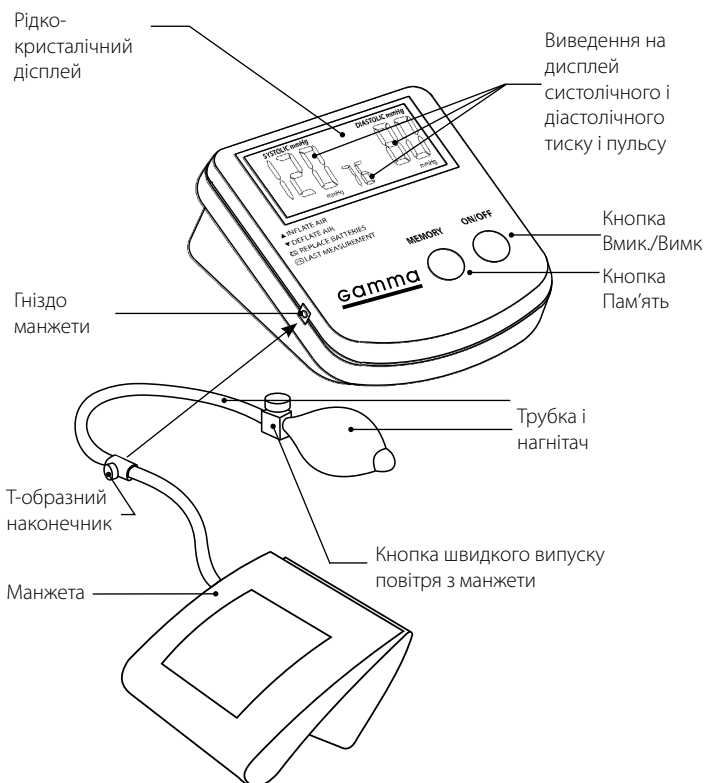
# 1. Особливості напівавтоматичного вимірювача артеріального тиску Модель М1-S-1

## 1.1. Комплектація

У комплект входить напівавтоматичний вимірювач артеріального тиску моделі М1-S-1, манжета з трубкою і нагнітачем, 4 батарейки АА, інструкція з експлуатації, гарантійний талон, упаковка.

## 1.2. Зовнішній вигляд і опис приладу

На малюнку представлений напівавтоматичний вимірювач артеріального тиску моделі М1-S-1

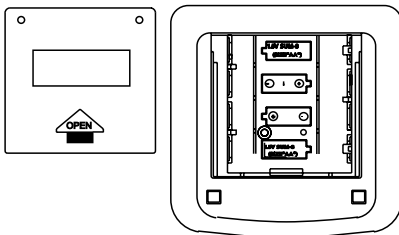


## 2. Підготовка до вимірювання

### 2.1. Встановлення батарейок

Для встановлення батарейок

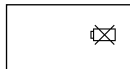
1. Зніміть кришку відсіку батарейок, як показано на малюнку.



2. Встановіть батарейки, дотримуючись полярності.

### УВАГА

- З появою на дисплеї значка батарейок необхідно замінити витрачені батарейки для проведення подальших вимірювань.
- Якщо прилад не використовується протягом тривалого часу, рекомендується витягти з нього батарейки.
- Рекомендується використовувати батарейки типу AA (лужні, 1,5В). Не рекомендується використовувати акумулятори, що заряджаються, 1,2В.
- Для перевірки всіх елементів дисплея утримуйте натиснутої кнопку ON/OFF (Вмик./Вимк.). При нормальному функціонуванні приладу символи всіх елементів спалахнуть.



## 2.2. Підключення манжети

Підключіть Т-образний наконечник, закріплений посередині з'єднувальної трубки, до гнізда, розташованому на лівій панелі приладу, як показано на малюнку.



## 3. Проведення вимірювання

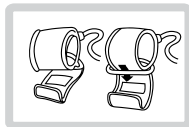
### УВАГА

- Перед вимірюванням бажано якийсь час посидіти в спокійному, розслабленому стані.
- Кожна напруга пацієнта, наприклад, упор на руку, може підвищити кров'яний тиск. Приділіть увагу тому, щоб тіло було приємно розслаблене, і не напружуйте під час вимірювання ніякі мускули на руці, на якій Ви здійснюєте вимірювання.
- Вимірюйте тиск завжди на одній і тій же руці (зазвичай лівій).
- Звільніть ліву руку від одягу. Не зачухайте рукав, тому що він здавить Вашу руку, і це призведе до неточності при вимірюванні.
- Використовуйте тільки клінічно апробовану оригінальну манжету!
- Якщо ви хочете вести облік свого артеріального тиску, намагайтеся проводити вимірювання в один й той самий час, оскільки артеріальний тиск міняється в залежності від часу доби.

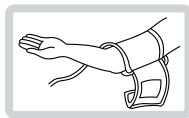
- Для того щоб вимірювання відбувалися коректно, повторне вимірювання треба виконувати лише після 5-хвилинної перерви.

### 3.1. Накладення манжети

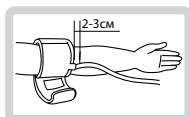
1. Просмикніть кінець манжети через металеве кільце так, щоб застібка-липучка знаходилася з зовнішньої сторони.



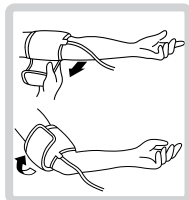
2. Просмикніть руку в кільце, що утворилося, так, щоб повітряна трубка виходила в напрямку до Вашої долоні.



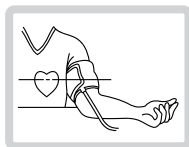
3. Розташуйте манжету на руці таким чином, щоб її край знаходився на відстані 2-3 см від ліктьового згину руки.



4. Щільно, але не туго, затягніть манжету, потягнувши за вільний кінець. Манжета повинна щільно обтягати руку. Вільно чи криво одягнена манжета може бути причиною неправильних показань. Не можна надягати манжету поверх щільного одягу.



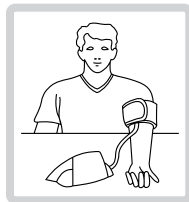
5. Покладіть руку на стіл так, щоб точка входу повітряної трубки в манжету розташовувалася над ліктьовою ямкою і знаходилася на рівні серця.



Якщо ця точка знаходиться вище рівня серця на 15 см, прилад покаже значення верхнього тиску приблизно на 10 мм.рт.ст. нижче справжнього значення Вашого тиску і навпаки.

Стежити за тим, щоб трубка не перекручувалася.

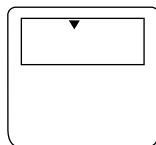
6. Спокійно посидьте 2 хвилини перед вимірюванням.



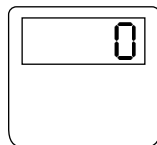
### 3.2. Процес вимірювання

Для того щоб провести вимірювання артеріального тиску і пульсу

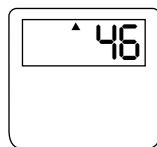
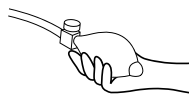
1. Натисніть на кнопку ON/OFF (Вмик./Вимк.). Прилад включиться, і на дисплеї протягом 2 секунд висвітяться всі символи. Поява на дисплеї стрілки, спрямованої вниз "▼", означає, що прилад автоматично знижує рівень тиску в манжеті. Ви можете прискорити процес, натискаючи кнопку випуску повітря з манжети.



2. Як тільки повтря з манжети випущено, Ви почуєте 3 коротких звукових сигнали, і на дисплеї з'явиться цифра "0", що не миготить.



3. Візьміть гумовий нагнітач у вільну руку і накачайте манжету доти, поки на дисплеї миготить стрілка, спрямована нагору "▲"

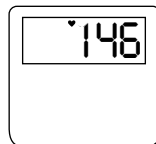


4. Припиніть накачування повітря в манжету, як тільки стрілка, спрямована нагору, перестане миготити. Прилад почне випускати повітря з манжети.

5. Якщо вимірювання не відбувається, а на дисплеї з'явилася стрілка, яка вказує нагору "▲", дійте, як зазначено в розділі Додаткове 46



нагнітання повітря в манжету (див. нижче). При виявленні пульсу виникає звуковий сигнал у ритмі серцевого пульсу і мигтіння значку ♥.



### 3.3. Читання результатів вимірювання

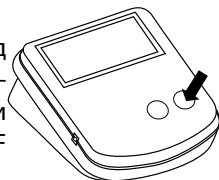
Довгий звуковий сигнал означає завершення вимірювання. На дисплеї виникають значення артеріального тиску і пульсу. Крім того, на дисплеї починає миготіти стрілка, спрямована вниз "▼", яка нагадує про необхідність випустити з манжети повітря, що залишилося.



Натисніть кнопку швидкого випуску й утримуйте її до повного випуску повітря з манжети.

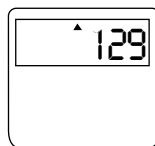
### Примітка

Для економії батарейок прилад вимикається автоматично після 3 хвилин бездіяльності. Ви можете виключити прилад натисканням на кнопку ON/OFF (Вмик./Вимк.).



### 3.4. Додаткове нагнітання повітря в манжету

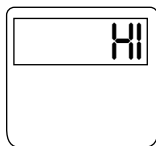
Якщо тиск у манжеті виявився недостатнім для виконання вимірювання, на дисплеї відображається символ "▲". У цьому випадку



необхідно накачати тиск у манжеті до більш високого значення, мінімум на 20 мм рт. ст. вище попереднього.

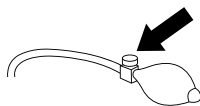
### **УВАГА**

Якщо тиск у манжеті піднявся вище 300 мм рт. ст., на дисплеї відобразиться символ **H!**, і пролунає звуковий сигнал; у цьому випадку необхідно негайно натиснути кнопку випуску повітря на нагнітачі.



### **3.5. Переривання вимірювання**

Якщо з якої-небудь причини необхідно перервати вимірювання (наприклад, через погане самопочуття), натисніть кнопку випуску повітря на нагнітачі. Тиск у манжеті знизиться. При цьому на дисплеї можлива поява символу помилки Err. Виключите прилад.

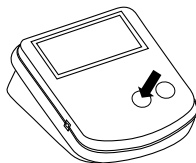


### **4. Функція "Пам'ять"**

Напівавтоматичний вимірювач артеріального тиску Gamma® модель M1-S-1 автоматично запам'ятовує результат останнього вимірювання.



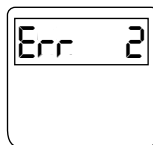
Результат останнього вимірювання виводиться на дисплей натисканням на кнопку MEMORY (Пам'ять).





## 5. Повідомлення про помилки

Якщо під час вимірювання виникла яка-небудь помилка, вимірювання переривається, і на дисплеї виникає відповідний значок (на малюнку - помилка 2).



<b>№ несправності</b>	<b>Можливі причини</b>
ERR 1	Систолічний тиск визначений, але згодом тиск у манжеті доходить до значення менш 20 мм. рт. ст. (діастолічний тиск не визначений). Перевірте підключення повітряної трубки до приладу і манжети. Перевірте, чи немає витоку повітря. Не визначений пульс.
ERR 2	На результати вимірювання вплинули незвичайні імпульси. Причина: Ви рухали рукою під час вимірювання (Артефакт)
ERR 5	Результати вимірювання показали неприпустиму різницю між систолічним та діастолічним артеріальним тиском. Проведіть ще одно вимірювання, чітко додержуючись вимог інструкції з експлуатації. Проконсультуйтеся з лікарем, якщо результати залишаються незвичайними.

### Інші можливі несправності і їхнє усунення

Якщо під час користування приладом виникли неполадки, необхідно перевірити наступні пункти і вжити відповідних заходів:

<b>Несправність</b>	<b>Усунення</b>
При вмиканні приладу на дисплеї нічого не з'являється, незважаючи на те, що батареї на місці.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Перевірте правильність встановлення батарейок (полярність).</li> <li>2. Витягніть батареї, встановить їх знову. Якщо дисплей не працює, змініть батареї на нові.</li> </ol>
Тиск у манжеті не піднімається незважаючи на те, що Ви накачуєте повітря.	Перевірте приєднання трубки до приладу.
Прилад не вимірює Ваш тиск, або тиск занадто незвичайний для Вас.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правильно надягніть манжету на руку.</li> <li>2. Звільніть руку від одягу, якщо він заважає вимірюванню чи стягує Вашу руку.</li> <li>3. Повторите вимірювання у спокійному стані.</li> </ol>
При декількох послідовно зроблених вимірюваннях спостерігаються розбіжності, хоча прилад працює нормально.	Будь ласка, перечитайте розділ "Проведення вимірювання".
Результати вимірювань, зроблених приладом вдома, відрізняються від показань у лікаря.	Повторюйте вимірювання. Запишіть показання приладу в різний час доби і проконсультуйтеся з лікарем.
Після нагнітання повітря з манжети випускається занадто повільно.	Перевірте приєднання трубки і манжети.


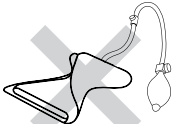
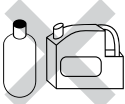
## Примітка



Рівень артеріального тиску має властивість коливатися протягом дня й у здорових людей. Звертайте увагу на те, що, для того, **щоб мати можливість порівнювати результати вимірювань, ці вимірювання повинні відбуватися приблизно в той самий час і в однакових умовах** (у стані спокою)! Якщо, незважаючи на дотримання Вами всіх цих вимог, коливання тиску складають більш 15 мм рт.ст. і/чи Ви неодноразово чуєте нерегулярні удари пульсу, зверніться до лікаря.

## УВАГА

Якщо у вимірювачі артеріального тиску виникли неполадки технічного характеру, зверніться в торгову точку, де Ви придбали прилад, чи в сервісний центр ТОВ "Гамма-Медіка". **Ні в якому разі не намагайтеся самостійно ремонтувати прилад!** У випадку самостійного розкриття приладу гарантія втрачає силу.

## 6. Зберігання і догляд

<p>Зберігайте вимірювач артеріального тиску в сухому місці, захищеному від впливу занадто високих/низьких температур, пилу і прямих сонячних променів</p>	
<p>Не перекручуйте і не заламуйте манжету, щоб не пошкодити чуттєвий вкладиш, що знаходиться в ній.</p>	
<p>Для чищення вимірювача використовуйте чисту м'яку тканинну серветку. Не використовуйте бензин, розчинник та інші подібні засоби. Плями на манжеті обережно видаляйте за допомогою тканини, зволоженої мильним розчином. Не стирайте манжету!</p>	

<p>Обережно поводьтеся зі сполучним повітряним шлангом. Оберігайте манжету і гумову трубку від гострих предметів.</p>	
<p>Не роняйте вимірювач і не застосовуйте силу при його використанні.</p>	
<p>Ніколи не розкривайте прилад! У іншому випадку порушиться заводське калібрування приладу.</p>	

### **Періодичне калібрування приладу**

Точність вимірювальних приладів повинна час від часу перевірятися. З цієї причини рекомендується періодично, раз у два роки, перевіряти індикацію статистичного тиску.

Більш докладну інформацію Ви можете одержати в сервісному центрі ТОВ "Гамма-Медіка"

### **7. Технічні характеристики**

Маса	256 г (з батареями і манжетою)
Розміри	106x110x65 мм (з манжетою)
Температура зберігання	Від -5 до +50°C
Вологість	Відносна вологість від 15 до 85 %
Робоча температура	Від +10 до +40°C

Дисплей	Рідкокристалічний
Спосіб вимірювання	Осцилометричний
Датчик тиску	Ємкісний
Діапазон вимірювання:	
- Систолічний /діастолічний тиск	Від 30 до 280 мм рт.ст.
- Пульс	Від 40 до 200 ударів/хв.
Індикація тиску в манжеті	0-299 мм рт.ст.
Обсяг пам'яті	Автоматичне занесення в пам'ять результату останнього вимірювання.
Мінімальний крок індикації тиску	1 мм рт.ст.
Точність вимірювання:	
Тиск Пульс	± 3 мм рт.ст. ± 5% показаний (в області від 40 до 200 ударів/хв.)
Живлення	4 шт. типу 316 (AA, R6) 1,5В
Комплект	Напівавтоматичний вимірювач артеріального тиску моделі M1-S-1, манжета обсягом 22-32мм із трубкою і нагнітачем, 4 батарейки AA, інструкція з експлуатації, гарантійний талон, упаковка

\*Можливі технічні зміни!

## 8. Гарантія

На напівавтоматичний вимірювач артеріального тиску модель M1-S-1 поширюється гарантія терміном 3 роки з дня придбання. Гарантія поширюється на прилад і манжету.

Гарантія не поширюється на ушкодження, що виникли в результаті неправильного поводження, нещасливих випадків, недотримання інструкції з експлуатації чи самостійних спроб розкрити і/чи відремонтувати прилад.

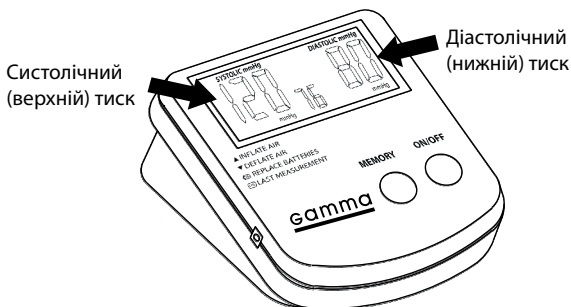
Гарантія діє тільки у випадку пред'явлення в сервісний центр правильно заповненого гарантійного талона з печаткою торгової організації.

## 9. Що необхідно знати про артеріальний тиск

### 9.1. Що таке артеріальний тиск

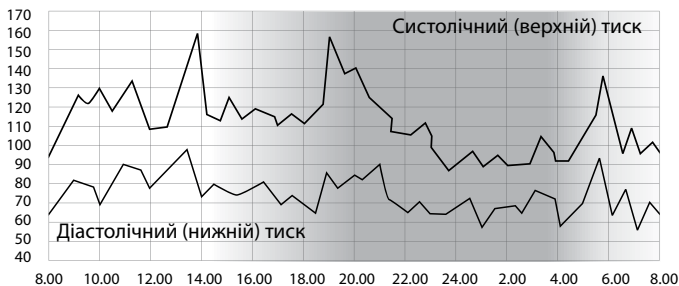
Артеріальний тиск - це тиск крові на стінки артерій. Артеріальний тиск (АТ) необхідний для забезпечення постійної циркуляції крові в організмі. Завдяки йому клітки організму одержують кисень, що забезпечує їхнє нормальне функціонування. "Насосом", що виштовхує кров у судини, виступає серце. Кожен удар серця забезпечує визначений рівень АТ.

Розрізняють 2 види АТ: систолічний (верхній) тиск, що відповідає скороченню серця, при якому відбувається виштовхування крові в артерії; та діастолічний (нижній) тиск, що відповідає тиску крові між двома скороченнями серця.



Рівень артеріального тиску має властивість коливатися протягом дня навіть у здорових людей. На ці зміни впливає цілий ряд факторів - час доби, стан людини, фізична чи розумова діяльність, умови навколишнього середовища і т.ін.

## Добовий ритм артеріального тиску людини



Підвищення артеріального тиску збільшує навантаження на серце, впливає на кровоносні судини, роблячи їхні стінки товстими і менш еластичними. Одною з характеристик гіпертонії є те, що на початковому етапі вона може протікати непомітно для самого хворого. Саме тому самоконтроль АТ грає таку важливу роль. З прогресуванням хвороби виникають головні болі, постійні запаморочення, погіршується зір, функціонування життєво важливих органів - головного мозку, серця, нирок, кровоносних судин. При відсутності відповідної терапії можливі такі наслідки підвищеного артеріального тиску, як поразки нирок, стенокардія, параліч, утрата мови, слабоумство, інфаркт міокарда й інсульт головного мозку.

### 9.2. Норми артеріального тиску

Світовим стандартом у відношенні норм артеріального тиску є Класифікація\* Всесвітньої Організації Охорони здоров'я:

Категорія АТ	Систолічний АТ (у мм рт. ст.)	Діастолічний АТ (у мм рт. ст.)	Міри
Гіпотонія	нижче 100	нижче 60	лікарський контроль
Оптимальний тиск	100 ... 120	60 ... 80	самоконтроль
Нормальний тиск	120 ... 130	80 ... 85	самоконтроль

Високий нормальний тиск	130 ... 140	85 ... 90	самоконтроль, корекція способу життя
Помірна гіпертонія	140 ... 160	90 ... 100	консультація у лікаря
Гіпертонія середньої важкості	160 ... 180	100 ... 110	консультація у лікаря
Важка гіпертонія	більше 180	більше 110	консультація у лікаря

\* приведена зі скороченнями

- При діагнозі ГІПЕРТОНІЯ необхідно поєднування медикаментозного лікування, призначеного лікарем, і корекції способу життя.
- При високому нормальному і нормальному АТ рекомендується здійснення самоконтролю для того, щоб вчасно вжити заходів по зниженню рівня АТ до оптимального без застосування лікарських засобів.
- У віці старше 50 років високий (більше 140 мм рт. ст.) систолічний тиск грає більш важливу роль, ніж діастолічний тиск.
- Навіть при нормальному АТ, ризик розвитку гіпертонії збільшується з віком.

### **УВАГА**


Якщо обмірювані в стані спокою показники АТ не є незвичайними, однак у стані фізичного чи душевного стомлення ви спостерігаєте надмірно підвищені результати, то це може вказувати на наявність так названої лабільної (тобто хитливої) гіпертонії. Якщо у Вас маються підозри на це явище, рекомендуємо звернутися до лікаря.

Якщо при правильному вимірюванні кров'яного тиску діастолічний кров'яний тиск складає більш 120 мм рт. ст., необхідно негайно викликати лікаря.



### 9.3. Корекція способу життя для зниження/підтримки рівня артеріального тиску

Рекомендація		На скільки можна знизити систолічний АТ
- Намагайтеся підтримувати нормальну вагу, що відповідає вашому віку. Знижуйте надлишкову вагу!		5 - 20 мм рт. ст на кожні 10 кг зниження ваги
- Уникайте надмірного вживання солі (бажано не більш 6 гр у день)		2 – 8 мм рт. ст
- Уникайте вживання жирної їжі! Включите в дієту їжу, насичену клітковиною (овочі, фрукти)		8 – 14 мм рт. ст.
<p>- Цілковито відмовтеся від паління!</p> <p>- Вживайте алкоголь тільки в обмежених кількостях (пиво - 350 гр, чи вино - 150 гр, чи горілка - 50 гр)!</p> <p>- Обмежте вживання кофеїну (кави)!</p>		2 – 4 мм рт. ст.

<p>- Після проходження медичного обстеження регулярно займайтеся спортом, але при цьому:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• віддайте перевагу навантаженням на витривалість, а не силовим видам спорту.</li> <li>• не навантажуйте себе до повної знемоги.</li> <li>• якщо у вас є хронічні захворювання і/чи вам більш 40 років, будь ласка,</li> </ul> <p>- Проводьте на свіжому повітрі не менш 30 хвилин у день</p>		<p>4 – 9 мм рт. ст.</p>
---	---	-----------------------------