



Ciśnieniomierz nadgarstkowy (BP7S) Instrukcja obsługi

Przygotuj się, aby przejąć kontrolę nad swoim zdrowiem! Konfiguracja urządzenia nigdy nie była łatwiejsza. Wykonaj te szybkie kroki, aby rozpocząć pracę z ciśnieniomierzem

Instrukcja pierwszej instalacji

Naładuj akumulator przed pierwszym użyciem

Podłącz urządzenie do portu USB za pomocą dostarczonego kabla do ładowania, aż symbol ładowania stanie się zielony, a symbol baterii przestanie migać.

Pobierz bezpłatną aplikację iHealth i skonfiguruj swoje konto iHealth

Pobierz bezpłatną aplikację iHealth MyVitals ze sklepu App Store (iOS) lub Google Play Store (Android).

Uruchom aplikację i postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby założyć konto iHealth.

Po utworzeniu konta możesz uzyskać dostęp do zsynchronizowanych danych ze smartfona lub tabletu lub wyświetlić je z dowolnego komputera, logując się na stronie <http://cloud.ihealthlabs.eu>. Po prostu kliknij „Zaloguj się” u góry po prawej stronie.

Kompatybilny ze wszystkimi iPhone 4s +, iPod touch 5, iPad 3+, iPad mini +, iPad Air + i wybranymi urządzeniami z Androidem. Wymaga iOS w wersji 7.0+ i Androida w wersji 4.0+. Aby uzyskać pełną listę zgodnych urządzeń, odwiedź naszą stronę pomocy technicznej pod adresem www.ihealthlabs.eu/support

Zmierz swoje ciśnienie krwi

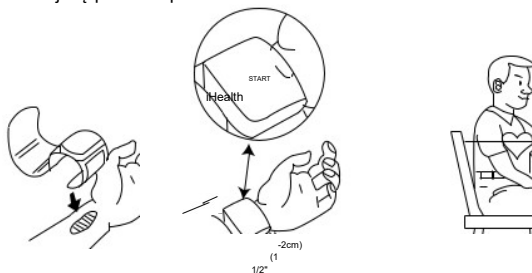
Pozycja mankietu i stan fizjologiczny mogą mieć wpływ na ciśnienie krwi.

Bardzo ważne jest, aby podczas pomiaru ciśnienia krwi mankiety był

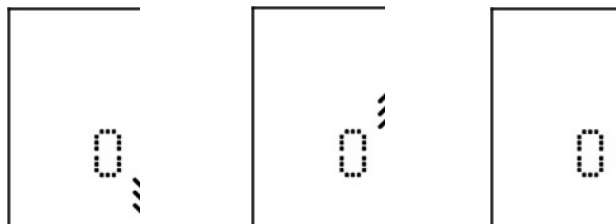
ustawiony na poziomie serca. Aby zapewnić dokładność, postępuj zgodnie z

instrukcjami krok po kroku poniżej.

1. Połóż dłonie przed sobą do góry na płaskiej powierzchni, takiej jak biurko lub stół.
2. Usiądź wygodnie, opierając stopy płasko na podłodze, nie krzyżując nóg, i nie ruszaj się podczas pomiaru.



3. Załóż mankiet lub naciśnij przycisk „START / STOP” na monitorze.
4. Dostosuj wysokość nadgarstka, monitor wykryje pozycję nadgarstka, a pomiar rozpocznie się TYLKO po wykryciu prawidłowej pozycji. Gdy pozycja jest prawidłowa, naciśnij ponownie przycisk „START / STOP”, aby rozpocząć pomiar.



Zbyt niska pozycja

Zbyt wysoka pozycja

Pozycja nadgarstka dobra

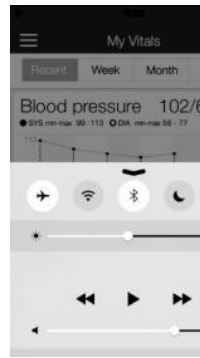
5. Wyniki zostaną wyświetlone na wyświetlaczu.

Synchronizuj wyniki przez Bluetooth

Użyj Bluetooth, aby zsynchronizować swoje odczyty z urządzeniem z systemem iOS lub Android i zapisać dane w bezpiecznej chmurze iHealth.

Połącz się z iOS przez Bluetooth

1. Uruchom aplikację iHealth MyVitals na urządzeniu z systemem iOS.
2. Włącz Bluetooth na swoim urządzeniu iOS: Przesuń delikatnie w górę ekranu iPhone'a od, aby otworzyć Centrum sterowania, i kliknij
3. Po wyłączeniu monitora naciśnij przycisk „START / STOP” przez 2 sekundy, aż wskaźnik Bluetooth zacznie migać - po nawiązaniu udanego połączenia wskaźnik Bluetooth przestanie migać.
4. Użyj aplikacji do zsynchronizowania wyniku, wskaźnik synchronizacji będzie migał podczas synchronizacji i przestanie migać po osiągnięciu synchronizacji.
5. Wyniki będą teraz widoczne z urządzenia z systemem iOS lub z dowolnego komputera, logując się na stronie www.ihealthlabs.eu.



Uwaga : Jeśli nie możesz wyświetlić przesuwanego okna Centrum sterowania, możesz przejść do Ustawień > Bluetooth > „Włącz”.

Następnie wróć do aplikacji iHealth MyVitals i ponownie wykonaj krok 3.

Połącz się z Androidem przez Bluetooth

- Naciśnij przycisk „START / STOP” przez 2 sekundy, aż wskaźnik Bluetooth zacznie migać.
- Włącz Bluetooth na swoim urządzeniu z Androidem: Ustawienia> Sieci zwykle i bezprzewodowe> Bluetooth.
- Sprawdź w menu Bluetooth nazwę modelu swojego monitora (BP7SXXX), aby się pojawić, a następnie wybierz go do sparowania. Może to potrwać do 30 sekund, a wskaźnik Bluetooth monitora zaświeci się po nawiązaniu połączenia.
- Uruchom aplikację iHealth MyVitals na urządzeniu z Androidem, aby zsynchronizować.
- Wskaźnik synchronizacji będzie migać podczas synchronizacji i przestanie migać po osiągnięciu synchronizacji.
- Wyniki będą teraz widoczne na urządzeniu z Androidem lub z dowolnego komputera po zalogowaniu się na stronie www.ihealthlabs.eu.

Uwaga: jeśli masz problemy z połączeniem Bluetooth między iHealth View a urządzeniem z Androidem, wykonaj następujące kroki:

- Przejdź do ustawień urządzenia, aby sparować je z urządzeniem z Androidem. Sprawdź w menu Bluetooth nazwę modelu swojego monitora (BP7SXXX), a następnie wybierz go do sparowania. Może to potrwać do 30 sekund, a wskaźnik Bluetooth Twojego monitora przestanie migać i zapali się po nawiązaniu połączenia.
- Powtórz powyższe kroki w przypadku korzystania z iHealth View na innym urządzeniu z Androidem.

Przypomnienia i najlepsze praktyki:

1. Upewnij się, że rozmiar nadgarstka mieści się w zakresie obwodu mankieta od 13,5 cm do 22 cm
2. Zawsze mierz na lewym nadgarstku.
3. Pozostań w bezruchu i spokoju przez co najmniej 1-1½ minuty przed rozpoczęciem czytania.
4. Aktywność fizyczna, jedzenie, picie, palenie, podniecenie, stres i wiele innych czynników wpływa na wyniki ciśnienia krwi.
5. Długotrwałe nadmierne napompowanie monitora może powodować zasinienie nadgarstka.
6. Utrzymuje mankieta w czystości za pomocą zwilżonej szmatki w razie potrzeby.
7. NIE płucz monitora ani mankieta pod bieżącą wodą.