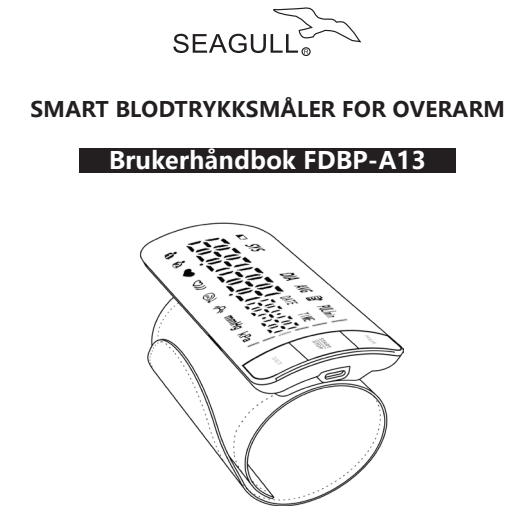




Denne håndboken beskriver bruken av blodtrykksmåleren for overarmen FDBP-A13.

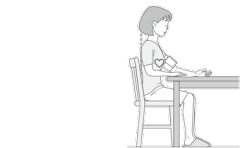
- Takk for at du kjøpte denne enheten.
- Les håndboken nøye før bruk, og ta vare på den for senere referanse.

CONTENT

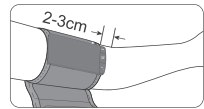
1. Hurtigguide.....	1
2. Beskrivelse av produktstruktur.....	2
3. Advarsler og forholdsregler.....	2
4. Forklaring.....	2
5. Bruksanvisning.....	3
6. Påføring av mansjetten.....	3
7. Riktig holdning for måling.....	3
8. Blodtrykksmåling.....	3
9. Vise tidligere måleresultater.....	4
10. Stille inn funksjoner.....	4
11. WHO's blodtrykksklassifiseri.....	5
12. Vedlikehold og oppbevaring.....	5
13. Spørsmål og svar om blodtrykksmåling (når målingen er høy/lav).....	6
14. Om blodtrykk.....	6
15. Feilvarsel / Feilsøking.....	7
16. Referansestandarder.....	8
17. Råd om avhengning.....	8
18. Tekniske spesifikasjoner.....	8
19. Liste over tilbehør.....	8
20. Beskrivelse av standardiserte symboler.....	8
21. Informasjon om elektromagnetisk kompatibilitet.....	9

1. Hurtigguide

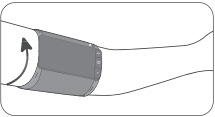
- Sitt i riktig måleposisjon.



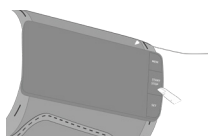
- Som angitt på mansjetten, surr mansjetten rundt overarmen. Pilen skal peke mot hånden din, og den nedre kanten av mansjetten skal være 2–3 cm over albueleddet.



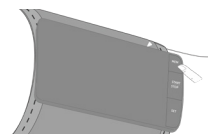
- Stram mansjetten og fest den.



- Trykk på START/STOPP for å starte målingen.



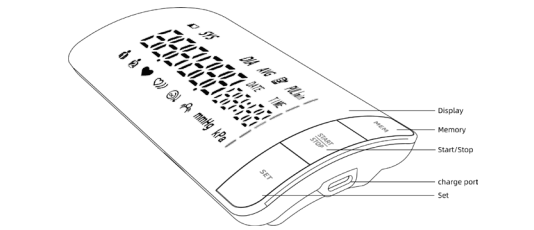
- Trykk på MINNE for å se tidligere målinger.



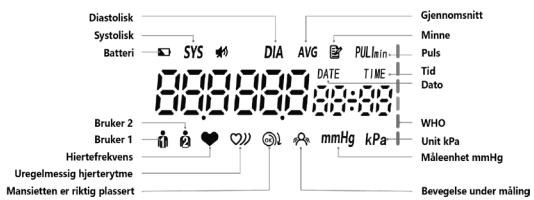
2. Beskrivelse av produktstruktur

Struktur og sammensetning: Produktet består av hovedenheten (inkludert luftpumpe, trykksensor, deflasjonsventil, strømforsyning, mikrodatabaskinkontroller, displaymodul og programvare) og mansjetten.

2.1 Blodtrykksmåler for overarmen



2.2 Forklaring av displayet



3. Advarsler og forholdsregler

3.1 Merknade

- Dette produktet er kun til hjemmebruk. Hvis du har spørsmål om måleresultatene etter måling, bør du kontakte legen din. Ikke utfør selvd Diagnose eller selvbehandling basert på måleresultatene. Blodtrykksmålinger bør tolkes av helsepersonell.
- Vanlige arytmier (som for tidlig atrieslag, for tidlig ventrikelslag og atrieflimmer) kan påvirke nøyaktigheten av blodtrykksmålingen. Hvis tilstandene er sporadiske, må du hvile i to timer og måle på nytt. Hvis tilstandene er hyppige, må du umiddelbart oppsøke lege på sykehus for diagnose og behandling.
- Ikke la barn bruke enheten uten tilsyn. Noen små deler kan utgjøre en kvelningsfare.
- Hvis et bryst er fjernet, skal ikke blodtrykket måles på armen på den siden.
- Elektroniske blodtrykksmålere for overarmen skal ikke brukes i nærheten av eller stables oppå andre enheter, for eksempel høyfrekvent utstyr.

3.2 Merknader

- Unngå høye temperaturer, fuktighet, støv og direkte sollys. Ikke demonter enheten uten spesielle instruksjoner. Ellers vil produsentens kalibrering være ugyldig.
- Unngå å miste eller utsette enheten for sterke vibrasjoner/støt.
- Den normale målesyklusen varer i omtrent 1 minutt. Hvis enheten forblir i måletilstand uten å stoppe, trykk manuelt på [START/ STOPP]-knappen for å avslutte målingen. Unngå langvarig trykk på overarmen for å forhindre nummenhet i lemmene.
- For bedre avlesning på skjermen, vær oppmerksom på følgende synlige forhold:
 - Omgivelseslystyrke: 100 lm til 1500 lm
 - Avstand: mindre enn 30 cm
 - Vinkel: Normal visning ±30°
- Ekstreme temperatur-, fuktighets- og høydeforhold kan påvirke målingene, og blodtrykksmålerens ytelse oppfyller kanskje ikke de påståtte ytelsestestifikasjonene.
- Ikke plasser mansjetten over et sår, da dette kan forårsake ytterligere skade.
- Ikke mål blodtrykket på en arm med eksisterende intravaskulær tilgang eller terapi, eller en arteriovenøs (A-V) shunt.

3.3 Tiltenkt bruk

Enheten er egnet for måling av systolisk, diastolisk og puls hos voksne ved hjelp av oscillografi, og verdiene er kun ment som referanse ved diagnose.

3.4 Kontraindikasjoner

Elektroniske blodtrykksmålere er ikke egnet for pasienter med alvorlig arytmi.

4. Forklaring

4.1 Produktegenskaper

Blodtrykksmåleren måler både høyt og lavt blodtrykk sammen med pulsfrekvens ved hjelp av trykksensordisjonteknologi. Det brukervennlige grensesnittet er designet for hjemmebruk og sikrer større bekvemmelighet for brukerne.

4.2 Måling av ditt eget blodtrykk

Husk: Selvmåling er for selvmonitorering, ikke diagnose eller behandling. Hvis du har unormale blodtrykksavlesninger, kontakt legen din umiddelbart og ta medisinen din, hvis noen, som anvis.

- Pulsen som vises av denne enheten er veiledende og kan ikke brukes til diagnose.

- Hvis brukeren har en historie med alvorlig arytmi, bør blodtrykksmålingene bekreftes av en lege.

4.3 Elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)

Blodtrykksmåleren inneholder sensitive elektroniske komponenter. For nøyaktige målinger, unngå å bruke enheten i miljøer med sterk elektromagnetisk interferens (f.eks. i nærheten av mobiltelefoner eller mikrobølgeovner), da dette kan føre til unøyaktig måling.

4.4 Produktbrukerveiledning

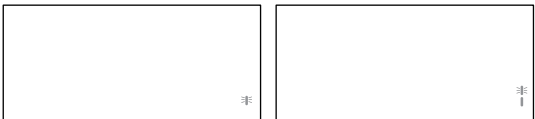
Forholdsregler :

- Ikke bruk blodtrykksmåleren under lading.
- Hvis du har spørsmål om adapteren, kan du kontakte forhandleren der den ble kjøpt.

5. Bruksanvisning

5.1 Produktlading

Hvis displayet viser et signal for lavt strøm nivå, må du lade produktet. Ikonet lyser: Batteriet er lavt. Lo-ikonet lyser: Batteriet er utladet. Koble til adapteren for lading (sørg for at det er av samme type som angitt). Når produktet lades, blinker den første indikatoren på blodtrykksmåleren én gang per sekund. Når batteriet når 50 %, blinker den andre indikatoren én gang per sekund. Batteriikonet blinker under lading og slutter å blinke etter lading.



※Ikke bruk produktet under lading.

Merk:

Når indikatoren for lavt batterinivå vises, kan ikke blodtrykksmåleren brukes før den er ladet.

5.2 Bruk av strømadapteren

Bruk en USB 5V-adapter for lading. Adaptere som ikke oppfyller kravene, kan sette produktsikkerheten i fare.

6. Påføring av mansjetten

Påfør mansjetten riktig

- Ikke start oppblåsing før mansjetten er viklet rundt overarmen.
- Mål med mansjetten plassert direkte mot huden eller over tynne klær.
- Hvis du bruker tykke klær, ikke brett opp ermet. Fjern de tykke klærne før måling.
- Målinger kan tas på enten venstre eller høyre arm

- Som angitt på mansjetten, skal mansjetten festes til overarmen som skal måles, med pilen pekende mot hånden og den nedre kanten av mansjetten plassert 2 cm til 3 cm over albueleddet.

- Hovedenheten til blodtrykksmåleren plasseres på mansjetten over arterieområdet. Trekk mansjetten tett og fest den

Merk: Sørg for at mansjetten sitter tett, men komfortabel. Unngå å pakke den for tett eller for løst.

7.Riktig holdning for måling

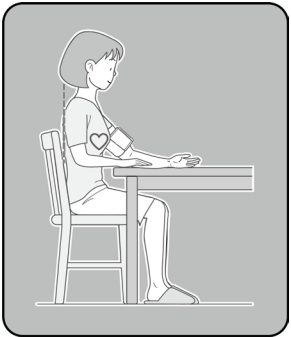
Unngå å spise, røyke eller utføre noen form for aktivitet før måling, da alle disse aktivitetene vil påvirke måleresultatene. Prøv å slappe av i et rolig miljø og hvil i minst 10 minutter før måling.

- Hvis du har på deg tykke klær, fjern dem fra overarmen.
- Velg én arm for måling (vanligvis venstre). For konsistente resultater, mål alltid på samme arm og sitt alltid på samme måte.
- Mål blodtrykket til samme tid hver dag, da det varierer over tid.

Vanlige faktorer som fører til feil

Merk: Sammenlignende blodtrykksmålinger bør tas under de samme forholdene (normale hvileforhold).

- Hvis armen med enheten plassert lavere (høyere) enn hjertets nivå, vil den målte blodtrykksverdien være høyere (lavere). (Hver 15 cm høydeforskjell vil gi en feilverdi på 1,3 kPa (9,7 mmHg)).
- Denne enheten er ikke egnet for nyfødte.
- En løs eller eksponert mansjett kan føre til feil blodtrykksavlesninger.
- Gjentatte målinger kan forårsake vaskulær kompresjon i armen, noe som også kan føre til skjeve blodtrykksavlesninger. Sørg derfor for å hvile i 3 til 5 minutter før du utfører gjentatte målinger, eller løft armen i 3 minutter for å avlaste blodtrykket.
- Ikke rist armmuskulene under målingen. Bruk om nødvendig en myk pute under armen for støtte.



8.Blodtrykksmåling

8.1 Start måling

Trykk på [START/STOPP]-knappen for å starte automatisk måling.

Stopp målingen

Hvis det oppstår ubehag eller av annen grunn (f.eks. hvis mansjetten er overoppblåst over lengre tid) og det kan oppstå en potensiell forstyrrelse, stopp målingen. Du kan nå trykke på [START/STOPP]-knappen, og blodtrykksmåleren vil umiddelbart slippe ut lufttrykket fra mansjetten.

8.2 Lagre måleresultater

Måleresultatene lagres automatisk når målingen er fullført.

1) Indikasjon for uregelmessig hjerterytme (IHB)

Hvis intervallene mellom hjerteslagene er uregelmessige under målingen, vises symbolet for uregelmessig hjerterytme sammen med resultatene. Når symbolet for uregelmessig hjerterytme vises, er det kanskje ikke mulig å måle riktig. Sitt stille og ta målingen på nytt. Hvis symbolet for uregelmessig hjerterytme vises ofte, kontakt legen din.

2) Feilalarmfunksjon:

Dette indikerer at tale eller kroppsbevegelse er oppdaget under målingen, noe som kan forårsake feil resultater. Prøv å måle på nytt.

8.3 Fjerne mansjetten

Hvis du føler nummenhet i overarmen etter målingen, løsner du mansjetten og svinger armen fra side til side for å fremme blodsirkulasjonen.

8.4 Automatisk avstenging

Måleresultatet vil forbli synlig til enheten slår seg av automatisk.

Merk:Dette produktet viser trykket i millimeter kvikksølv (mmHg). Denne blodtrykksmåleren registrerer automatisk 2x99 målinger. Når minnet er fullt, vil tidligere målinger bli overskrevet med nye.

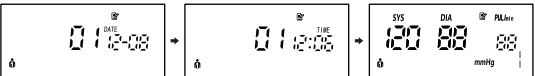
9. Vise tidligere måleresultater

9.1 Gjennomgang av minne

Trykk på [MEM]-tasten i av-tilstand for å vise gjennomsnittsverdien (de tre siste målingene).

Vise neste lagrede måling

Trykk på [MEM]-tasten igjen for å vise neste lagrede måleverdi med dato og klokkeslett



9.2 Tømme minne

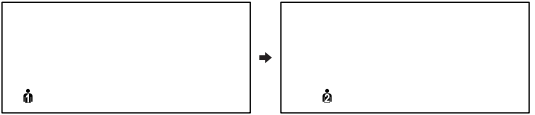
Denne blodtrykksmåleren kan bare slette alle registreringer samtidig: individuelle registreringer kan ikke slettes.Mens du er i minnevisningsmodus, trykker du på og holder inne [MEM]-tasten og trykker samtidig på og holder inne [START/STOP]-tasten i omtrent 3 sekunder.

Merk: Ikke trykk på [START/STOP]-knappen først, da dette vil aktivere andre funksjoner.

10. Stille inn funksjoner

10.1 Velge bruker

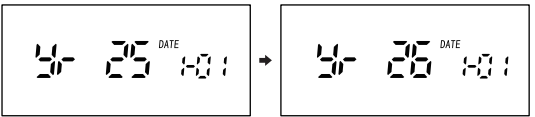
Systemet er som standard satt til bruker 1. I av-tilstand, trykk på [INNSTILLING]-knappen for å bytte til bruker 2. Valget kan veksles (mellom bruker 1 og bruker 2).



10.2 Stille inn tid, dato og måleenhet (mmHg/kPa)

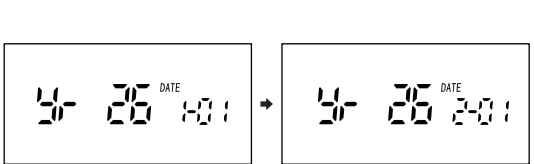
Denne blodtrykksmåleren registrerer automatisk dato og klokkeslett for hver måling. Denne funksjonen er viktig ettersom blodtrykket svinger daglig, så vi anbefaler å stille inn riktig tid når du bruker enheten for første gang. For å konfigurere tiden, følg disse trinnene (f.eks. still inn tiden til 13:02 den 13. februar 2026)

1.Trykk og hold inne [SET]-tasten i 3 sekunder i av-tilstand for å gå inn i funksjonsinnstillingene (hvis ikke valgt, går systemet tilbake til fabrikkåret som standard). De to siste sifrene i året vil blinke på skjermen. Du kan legge inn året ved å trykke på [MEM]-knappen (f.eks. øker året fra '25' til '26' hvis du trykker én gang).

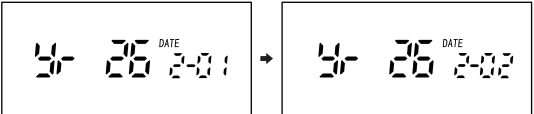


2.Trykk på [SET]-knappen. Måneden begynner å blinke nederst på skjermen. Det første sifferet i måneden begynner å blinke. Du kan

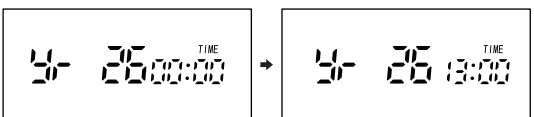
legge inn måneden ved å trykke på [MEM]-knappen (f.eks. øker måneden fra '1' til '2' hvis du trykker én gang).



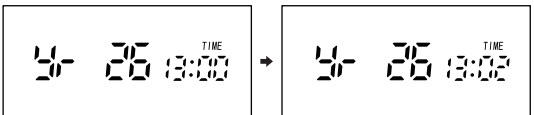
3.Trykk på [SET]-knappen igjen for å bytte til datoinnstilling. De to siste sifrene i datoen begynner å blinke. Du kan legge inn datoen ved å trykke på [MEM]-knappen (f.eks. endrer du datoen fra '01' til '02' hvis du trykker én gang).



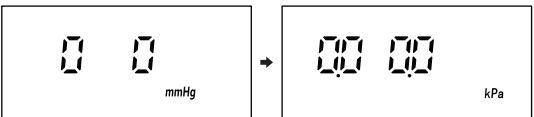
4.Trykk på [SET]-knappen igjen for å bytte til tidsinnstilling. Nå begynner de to første sifrene (som representerer tiden) å blinke. Trykk på [MEM]-tasten for å legge inn tiden (f.eks. endrer du tiden fra 00:00 til 13:00 hvis du trykker på [MEM]-tasten 13 ganger).



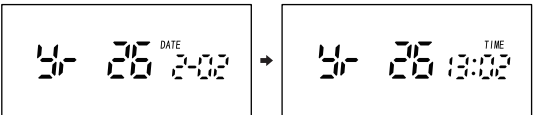
5.Trykk på [SET]-tasten igjen, og de to siste sifrene (som indikerer minutter) vil blinke. Du kan angi minutter ved å trykke på [MEM]-tasten (f.eks. øker du trykk på tasten tiden fra 0 minutter til 02 minutter).



6.Trykk på [SET]-tasten igjen for å velge enhet (mmHg eller kPa). Trykk på [MEM]-tasten for å velge kPa eller mmHg. Når du velger mmHg, vil displayet vise "0" ; når du velger kPa, vil det vise "0.0" .



7. Det siste trinnet er å stille inn datoen ved å trykke på [SET]-tasten. Etter innstillingen vil datoen vises (vises først, deretter vil den automatisk bytte til tid etter 3 sekunder). Hvis ingen operasjon utføres, vil enheten automatisk slå seg av etter 30 sekunder.



11. WHO's blodtrykksklassifisering

11.1 Funksjon for WHO's blodtrykksklassifisering

Enheten er utstyrt med en hypertensjonsindikator og en indikatorlinje for risikokategori. Ved å referere til WHO's blodtrykksklassifisering kan enheten tolke om blodtrykket faller inn under kategoriene Optimal, Normal, Høy-Normal, Grad 1 Hypertensjon (Mild), Grad 2 Hypertensjon (Moderat) eller Grad 3 Hypertensjon (Alvorlig).

Etter målingen vises blodtrykksindikatoren på tilsvarende posisjon basert på blodtrykksnivået.

Merk: Blodtrykksverdier over 140 mmHg (18,7 kPa) systolisk eller 90 mmHg (12,0 kPa) diastolisk indikerer hypertensjon.

12. Vedlikehold og oppbevaring

12.1 Oppbevaring

Ikke plasser enheten på følgende steder:

- Områder der det er sannsynlig med vannsprut.
- Steder med høye temperaturer, fuktighet, direkte sollys, mye støv og høyt saltinnhold.
- utsatt for høye temperaturer, fuktighet, direkte sollys, mye støv eller høy saltkonsentrasjon.
- Områder som er utsatt for vipning, vibrasjon eller støt.
- Områder som brukes til oppbevaring av kjemikalier eller der det genereres etsende gasser (mer enn 3 måneder).

12.2 Vedlikeholdsanbefalinger

● Merk:

- Når blodtrykksmåleren og tilbehøret ikke er i bruk, må de oppbevares riktig for å unngå sterke støt eller vibrasjoner.
- Siden mansjetten inneholder en forseglede luftpute, må du håndtere den forsiktig og unngå å brette, trekke eller vri mansjetten.
- Hvis enheten er skitten, rengjør og desinfiser den ved å tørke den av med en myk, tørr klut dyppet i 75 % medisinsk desinfiserende alkohol. Unngå å bruke våte kluter til å tørke av enheten. Tørk også av mansjetten og gummluftslangen med en myk, tørr klut dyppet i 75 % medisinsk desinfiserende alkohol. Sørg for at

væskene ikke kommer inn i enheten eller mansjetten for å forhindre skade. Det anbefales å rengjøre enheten én gang i måneden.

12.3 Vedlikehold

- Vårt firma autoriserer ikke noen organisasjon eller person til å utføre vedlikehold.
- Denne blodtrykksmåleren må ikke demonteres eller repareres uten tillatelse.
- Ikke skift ut interne deler uten tillatelse.
- Ikke slipp eller rist enheten voldsomt.
- Ikke bruk autoklaver eller gasssteriliseringststyr (formaldehyd, ozon osv.). Ellers kan det skade enheten.
- Ikke bruk tynnere, flyktige oljer eller andre løsemidler til å tørke av enheten, da de kan skade den ytre overflaten.
- Hvis du har spørsmål om produktet i løpet av garantiperioden, kan du kontakte distributøren eller produsenten for å få hjelp.

12.4 Kalibrering

Denne elektroniske blodtrykksmåleren ble kalibrert ved produksjonstidspunktet. Vi anbefaler å sjekke enheten hvert andre år, for eksempel ved å sammenligne den med en annen enhet.

13. Spørsmål og svar om blodtrykksmåling (når målingen er høy/lav)

Hvorfor er blodtrykket hjemme lavere enn på sykehuset?

Svar: Det er vanlig å føle seg nervøs eller stresset for å oppnå det når man måler blodtrykket på sykehuset, så målingen vil være høyere. Fordi du er avslappet hjemme, vil avlesningen noen ganger være 20 mmHg–30 mmHg lavere enn målingen på sykehuset. Det er svært viktig å vite blodtrykket ditt når du måler det hjemme.

Svar: Hvis apparatets plassering er høyere enn hjertets nivå, kan det føre til en lavere avlesning.

Hvorfor er blodtrykksavlesningen hjemme høyere enn på sykehuset?

Svar: Hvis du tar blodtrykksenkende medisiner, kan effektiviteten reduseres, noe som potensielt kan føre til at blodtrykket stiger. Effekten av medisinen avtar vanligvis i løpet av noen få timer, og blodtrykket kan deretter stige tilsvarende. For spesifikk veiledning, kontakt legen din.

Svar: Hvis mansjetten ikke er i riktig posisjon, kan det føre til en forhøyet avlesning. Når mansjetten er feiljustert, kan det hende at blodtrykksmåleren ikke kan oppdage det arterielle signalet, noe som fører til en høyere avlesning. Vennligst sjekk mansjetten igjen.

Svar: En mansjett som er for løs kan også føre til en høy avlesning. Når mansjetten er for løs, hindrer den trykket i å nå arterien, noe som fører til en høyere blodtrykksavlesning enn den faktiske verdien. Sørg for at det ikke er noe mellomrom mellom mansjetten og armen når du knytter den.

Svar: Feil sittestilling under måling kan noen ganger føre til høyere avlesninger. Å sitte med beina i kors, på en sofa eller lene seg fremover ved et lavt bord kan forårsake press på magen eller plassere mansjetten under hjertet, noe som resulterer i forhøyede blodtrykksavlesninger.

Hvorfor varierer blodtrykksavlesningene mine hver gang?

Svar: Blodtrykket varierer over tid og kan svinge selv innenfor samme dag. For å håndtere blodtrykket effektivt bør du måle det til samme tid hver dag.

Hvorfor føler jeg smerte og nummenhet når mansjetten er oppblåst?

Svar: Dette er et midlertidig og normalt fenomen, ikke bekymre deg. Når mansjetten måles, strammes den for å midlertidig stoppe blodstrømmen i arterien, noe som kan forårsake smerter og nummenhet i armen. Disse følelsene forsvinner vanligvis etter at mansjetten er fjernet og du har hvilt en kort stund.

Hva er nøkkelen til effektiv blodtrykshåndtering?

Vennligst dokumenter medisineringsplanen din og livsstilsinformasjon. Daglige blodtrykssvingninger hjelper deg med å bedre forstå blodtrykks trender, noe som er viktig for personlig helsehåndtering. Denne registreringen er også viktig for legers diagnose. Derfor anbefaler vi å registrere både blodtrykksmålingene og den relevante målekonteksten (f.eks. bruk av blodtrykssenkende medisiner, livsstil osv.).

Når er det beste tidspunktet å måle blodtrykket?

Svar: Det beste tidspunktet å måle blodtrykket er innen 1 time etter at du våkner om morgenen eller før du legger deg om kvelden. Det anbefales også å måle blodtrykket til samme tid hver dag.

14. Om blodtrykk

14.1 Høyt trykk og lavt trykk

Den høyeste blodtrykksverdien, når hjertet trekker seg sammen for å pumpe blod inn i arteriene, kalles "høyt trykk". Den laveste verdien, når hjertet utvider seg for å reservere blod til neste slag, kalles "lavt trykk". Disse kalles profesjonelt henholdsvis systolisk trykk (SYS) og diastolisk trykk (DIA). Verdens helseorganisasjon (WHO) har etablert en standard klassifiseringsmetode for blodtrykk, som vist i tabellen nedenfor: Enhet: mmHg

	SYS (mmHg)	DIA (mmHg)	Hva du skal gjøre
Hypopiesia	<100	<60	Få blodtrykket sjekket av legen din
Ideelt blodtrykk	100–120	60–80	Overvåk blodtrykket ditt selv

