

LifeSource™

Your source for a lifetime of health

HOME BLOOD PRESSURE KIT INSTRUCTIONS



TRILINGUAL INSTRUCTION GUIDE—MODEL UA-100



■ **Please read this important information before using your monitor.**

- Please remember that only a medical practitioner is qualified to interpret your blood pressure measurements. Use of this device should not replace regular medical examinations.
- Have your physician review the procedure for using this device. He or she will want to verify blood pressure measurements before prescribing or adjusting medications.
- Consult your physician if you have any doubt about your readings. Should a mechanical problem occur, contact A&D Medical.
- Clean the monitor and cuff with a dry, soft cloth or a cloth dampened with water and a mild detergent. Never use alcohol, benzene, thinner or other harsh chemicals to clean monitor or cuff.

■ **Precautions**

This Blood Pressure monitor is designed to be used at home or in a doctor's/nurse's office, by those who are eighteen (18) years and older, to monitor blood pressure (systolic and diastolic) and pulse rate.

Caution: This product contains natural rubber latex which may cause allergic reactions.



Congratulations on purchasing a state-of-the-art LifeSource blood pressure monitor—one of the most technologically advanced monitors available today. Designed for ease of use and accuracy, this monitor will facilitate your daily blood pressure regimen.

Physicians agree that daily self-monitoring of blood pressure is an important step individuals can take to maintain cardiovascular health and prevent the serious consequences associated with undetected and untreated hypertension.

A&D Medical has been manufacturing high quality healthcare products for over 20 years. We are committed to providing you and your family with monitoring devices that provide the utmost in accuracy and convenience.

TABLE OF CONTENTS 



BLOOD PRESSURE KIT COMPONENTS E-2
ASSEMBLY INSTRUCTIONS E-3



TAKING YOUR BLOOD PRESSURE E-3
TWO-PARTY METHOD E-6
ABOUT BLOOD PRESSURE E-7
BLOOD PRESSURE RECORD E-9



MAINTENANCE INSTRUCTIONS E-10
CHECKING FOR ACCURACY E-11

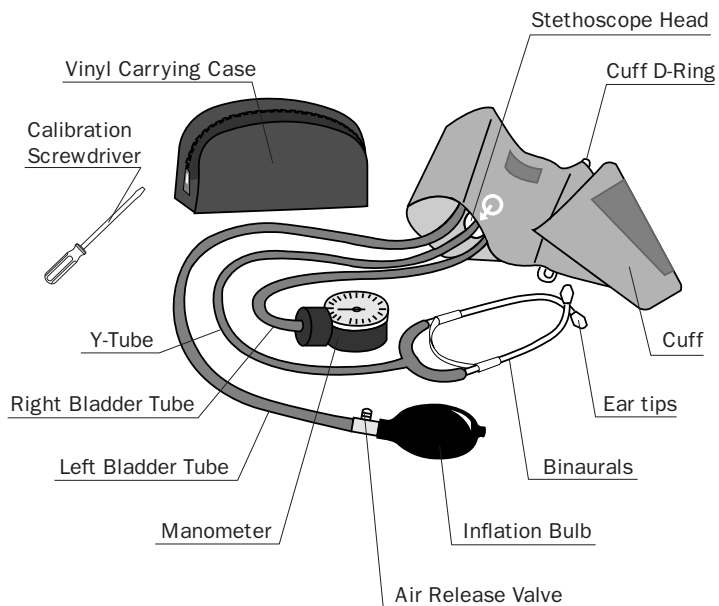


WARRANTY AND CONTACT INFORMATION E-12

FRENCH INSTRUCTIONS F-1
SPANISH INSTRUCTIONS S-1



HOME BLOOD PRESSURE KIT COMPONENTS




■ List of Components:

Ear tips	Left Bladder Tube	Stethoscope Head
Binaurals	Right Bladder Tube	Vinyl Carrying Case
Inflation Bulb	Y-Tube	Calibration Screwdriver
Air Release Valve	Cuff D-Ring	
Manometer	Cuff	

ASSEMBLY INSTRUCTIONS



1. Place cuff with arrow  pointing towards you.
2. Make sure cuff end has been inserted through the D-Ring.
3. Insert single end of the Y-Tube into stethoscope head.
4. Insert each arm of the Y-Tube into each bottom end of the binaurals.
5. Insert air release valve into left bladder tube.
6. Insert manometer into right bladder tube.

TAKING YOUR BLOOD PRESSURE



■ Tips for Blood Pressure Monitoring:

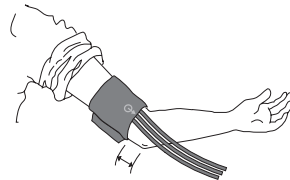
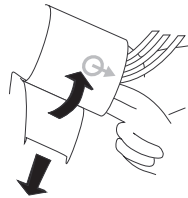
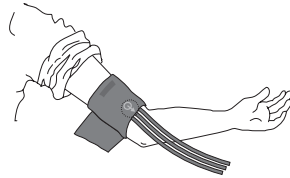
- Relax for about 5 to 10 minutes before measurement.
- Remove constricting clothing and place cuff on bare arm.
- Unless your physician recommends otherwise, use left arm to measure pressure.



TAKING YOUR BLOOD PRESSURE

■ Now you are ready. Follow these simple steps:

1. Sit comfortably with your left arm resting on a flat surface so that the center of your upper arm is at the same height as your heart.
2. Lay left arm on the table with palm up. Place the cuff on upper arm with the tube facing downward and toward the inside of your arm. Fasten cuff securely with hook and loop fastener strap.
3. The cuff should be snug but not too tight. You should be able to insert two fingers between the cuff and your arm.
4. With your palm facing up, place the stethoscope head one-inch above the bend of the elbow on the inside of the arm. This is where the main artery is located.



TAKING YOUR BLOOD PRESSURE



5. Insert the ear tips of the stethoscope into your ears. Adjust by turning ear tips to fit comfortably in your ears.
6. Hold the manometer in your left hand and the inflation bulb in your right hand.
7. Close the air release valve on the bulb by turning the valve clockwise.
8. Inflate the cuff by repeatedly squeezing the bulb with your right hand. Listen to the pulse beat while inflating the cuff.
9. Watch the gauge. When you can no longer hear the pulse beat, raise the pressure an additional 30 mmHg.

NOTE: Do not inflate the cuff above 280 mmHg. You may injure yourself or damage the equipment. If you are uncertain about the proper cuff inflation level, consult your physician.

10. After reaching your inflation level, slowly deflate the cuff by opening the air release valve. To open the air release valve, turn it counter-clockwise so that the pressure drops 2-4 mmHg per second. The needle on the manometer should drop an average of one to two marks every second.

NOTE: Pressurizing the cuff shuts off all blood flow to the arm. Do not leave it fully inflated any longer than absolutely necessary.



TAKING YOUR BLOOD PRESSURE

- After opening the air release valve, listen carefully for a pulse beat. The moment you hear the first thumping sounds of your pulse beat, note the reading on the gauge. This is your systolic blood pressure measurement.
- When you can no longer hear any sounds, read the gauge. This is your diastolic blood pressure measurement.
- Remove cuff and make note of your blood pressure on the blood pressure record located on page E-9.

NOTE: To be certain your technique was good and the readings were as accurate as possible, wait 10-15 minutes and repeat the procedure.

■ Two-party method

- If you plan on taking someone else's blood pressure, have the person whose blood pressure is to be taken to rest and relax at least 15 minutes beforehand.
- Have the person extend his or her left arm toward you, palm up. Be sure the arm rests at the same level as the heart.
- Position the cuff as indicated in the self-taking instructions.
- Attach the manometer to the loop on the cuff, so that it is clearly visible to you.
- Perform Steps 1-13 in Taking Your Blood Pressure.

If possible, have your physician watch your technique to be sure it is correct.

ABOUT BLOOD PRESSURE



■ What Is Blood Pressure?

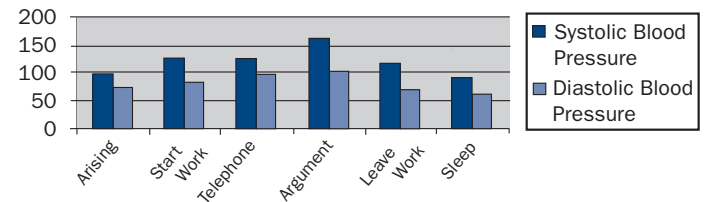
Blood pressure is the force exerted by blood against the walls of the arteries. Systolic pressure occurs when the heart contracts; diastolic pressure occurs when the heart expands. Blood pressure is measured in millimeters of mercury (mmHg).

■ What Affects Blood Pressure?

Blood pressure is affected by many factors: age, weight, time of day, activity level, climate, altitude and season. Certain activities can significantly alter one's blood pressure. Walking can raise systolic pressure by 12 mmHg and diastolic pressure by 5.5 mmHg.

Sleeping can decrease systolic blood pressure by as much as 10 mmHg. Taking your blood pressure repeatedly without waiting an interval of 5 to 10 minutes between readings, or without raising your arm to allow blood to flow back to the heart, can also affect it.

Fluctuation within a day (case: 35 year old male)





ABOUT BLOOD PRESSURE

In addition to these factors, diet beverages containing caffeine or alcohol, certain medications, emotional stress and even tight-fitting clothes can make a difference in the readings.

■ What Causes Variations In Blood Pressure?

An individual's blood pressure varies greatly from day to day and season to season. For hypersensitive individuals, these variations are even more pronounced. Normally, blood pressure rises during work or play and falls to its lowest levels during sleep.

■ Assessing High Blood Pressure

The following standards for assessing high blood pressure (without regard to age) have been established by the National Institutes of Health JNCVI.

Category	Systolic (mmHg)	Diastolic (mmHg)
Optimal	<120	<80
Normal	<130	<85
High Normal	130 - 139	85 – 89
Hypertension		
Stage 1	140 – 159	90 – 99
Stage 2	160 – 179	100 – 109
Stage 3	≥180	≥110

B L O O D P R E S S U R E R E C O R D

Name:

Age:

Weight:

DATE	AM	SYS/DIA	PULSE	PM	SYS/DIA	PULSE
<i>1/14</i>	<i>9:30</i>	<i>132/98</i>	<i>P69</i>	<i>6:30</i>	<i>128/87</i>	<i>P63</i>

E X A M P L E



MAINTENANCE INSTRUCTIONS

■ Basic Care of Your Home Blood Pressure Kit

With proper care, your Home Blood Pressure Kit will provide many years of reliable service. To insure a well functioning unit, follow these basic rules:

- Handle the pressure manometer with care. Do not drop or jar. The needle should indicate zero when cuff is fully deflated.
- Always deflate cuff before storing.
- Avoid hitting objects against surface of stethoscope.
- Store all items, including instruction booklet, in the convenient storage case provided.

A&D Medical has checked your blood pressure unit to assure reliability and accuracy prior to shipment. However, as with any sensitive instrument subject to repeated use, we recommend your blood pressure unit be checked periodically for proper calibration to ensure accurate blood pressure readings.

CHECKING FOR ACCURACY



■ How to Check your Home Blood Pressure Kit for Accuracy

1. Detach manometer from bladder tube. Hold manometer in a vertical position.
2. If the needle on the dial rests within the zero indicator on the face plate, your unit is guaranteed to be accurate.
3. If the needle rests outside the zero indicator, it should be recalibrated.
4. To recalibrate, insert the small screwdriver into the hose connector end of the manometer. Turn the screw driver in either direction without going all the way around the dial to get the needle back to the zero indicator.
5. If the unit cannot be recalibrated using this method, please contact A&D Medical at 1-888-726-9966.

■ Two-Year Calibration Warranty

A&D Medical warrants, to the first retail purchaser of the Manometer (the Product), free accuracy adjustment for a period of two years if the Product becomes inaccurate under normal conditions of use. See enclosed warranty card for complete details.



CONTACT INFORMATION

Our products are designed and manufactured using the latest scientific and technological methods, and offer accurate, easy to use, home monitoring and treatment options. Our full product line includes:

- Heart Rate Monitors
- Digital Blood Pressure Monitors
- Aneroid Blood Pressure Kits
- Blood Pressure Cuffs
- Digital Thermometers
- Stethoscopes

This **LifeSource** blood pressure product is covered by a two-year warranty. See warranty card for details.

VISIT OUR WEBSITE AT WWW.LIFESOURCEONLINE.COM
FOR WARRANTY REGISTRATION.

For more information regarding use, care or servicing of your blood pressure monitor, contact:

A&D Medical

A division of
A&D Engineering, Inc.
1555 McCandless Drive
Milpitas, CA 95035

LifeSource Health Line
(Toll-Free): 1-888-726-9966
www.LifeSourceOnline.com

Canadian residents,
please contact:

Auto Control Medical

206A boul. Brunswick
Pointe-Claire, Quebec
H9R 5P9 Canada

(Toll-Free): 1-800-463-5414
www.autocontrol.com

LifeSource is a trademark of A&D Medical. © 2002 A&D Medical.
Specifications subject to change without notice. All rights reserved.
UA-100 printed in Taiwan 02/02.



LifeSource™

Your source for a lifetime of health

INSTRUCTIONS DE LA TROUSSE POUR VÉRIFIER LA TENSION ARTÉRIELLE À DOMICILE





■ **S.v.p. lire ces informations importantes avant d'utiliser votre tensiomètre.**

- Rappelez-vous que votre médecin est le seul qualifié pour interpréter les lectures de votre tension artérielle. Cet appareil ne doit aucunement remplacer les examens périodiques chez votre médecin.
- Demandez à votre médecin de revoir avec vous le fonctionnement de cet appareil et en vérifier les mesures prises avant d'apporter quelque changement que ce soit aux médicaments prescrits.
- Consulter votre médecin si vous doutez de l'exactitude de vos lectures. Pour tout problème mécanique, communiquez avec Auto Control Médical.
- Nettoyer le moniteur et le brassard à l'aide d'un chiffon doux, sec ou imbibé d'eau et d'un détersif doux. Ne jamais utiliser diluant, alcool, benzène ou autres produits chimiques rugueux.

■ **Précautions**

Le UA-100 a été conçu pour utilisation à domicile ou dans le cabinet médical par personnes de 18 ans et plus qui veulent prendre leur tension artérielle (systolique et diastolique), ainsi que leur pouls.

Avertissement : Ce produit contient du latex en caoutchouc naturel qui peut causer des réactions allergiques.

Nous tenons à vous féliciter pour votre achat d'un tensiomètre LifeSource, un des plus avancés dans la technologie des produits facile à utiliser sur le marché. Ce moniteur est conçu pour vous rendre la tâche facile et pratique.

Les médecins sont d'accord pour dire que chaque individu devrait prendre sa tension artérielle à tous les jours pour maintenir leur santé cardiovasculaire et prévenir de sérieuses conséquences d'hypertension non traitée.

A&D Medical fabrique des produits de santé de haute qualité depuis plus de 20 ans. Nous nous engageons à fournir à vous et votre famille des appareils de surveillance d'une précision et d'un confort inégalés.



PIÈCES DE LA TROUSSE POUR VÉRIFIER LA TENSION ARTÉRIELLE À DOMICILE	F-2
GUIDE D'ASSEMBLAGE	F-3



PRENDRE SA PRESSION	F-3
LA MÉTHODE À DEUX	F-6
RENSEIGNEMENTS SUR LA TENSION ARTÉRIELLE	F-7
JOURNAL DE LA TENSION ARTÉRIELLE	F-9



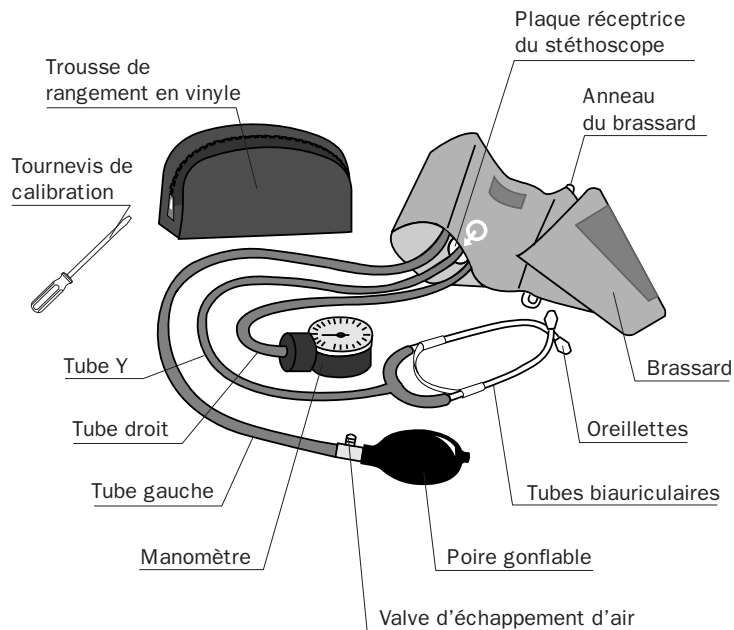
GUIDE D'ENTRETIEN	F-10
VÉRIFICATION DE LA PRÉCISION	F-11



LA GARANTIE ET POUR NOUS REJOINDRE	F-12
---	-------------



PIÈCES DE LA TROUSSE POUR VÉRIFIER LA TENSION ARTÉRIELLE À DOMICILE



■ Liste des pièces

Oreillettes

Tubes biauriculaires

Poire gonflable

Valve d'échappement d'air

Manomètre

Tube gauche

Tube droit

Tube Y

Anneau D du brassard

Brassard


Plaque réceptrice du stéthoscope

Trousse de rangement en vinyle

Tournevis de calibration

GUIDE D'ASSEMBLAGE



1. Placer le brassard la flèche  vers soi.
2. Vous assurer que l'extrémité du brassard est bien insérée dans l'anneau D.
3. Insérer le bout simple du tube Y dans la plaque réceptrice du stéthoscope.
4. Insérer les deux tiges du tube Y à l'extrémité des biauriculaires.
5. Insérer la valve d'échappement d'air dans le tube gauche.
6. Insérer le manomètre dans le tube droit.

PRENDRE SA PRESSION



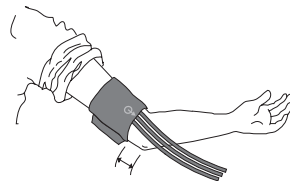
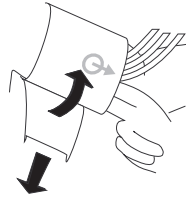
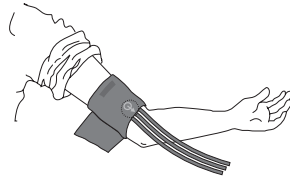
■ Indices pour des mesures bien précises

- Se détendre environ 5 à 10 minutes auparavant.
- Enlever tout vêtement trop ajusté et placer le brassard sur votre bras nu.
- À moins d'une restriction de votre médecin, utiliser votre bras gauche pour prendre la mesure.



■ Vous êtes maintenant prêts. Suivre ces étapes simples :

1. S'asseoir confortablement, le bras gauche appuyé sur une surface plate de sorte que le centre du bras soit au même niveau que le coeur.
2. Appuyer le bras gauche sur la table, paume de la main vers le haut. Enfiler le brassard sur votre bras de sorte que les tubes pointent vers le bas et vers l'intérieur de votre bras. Attacher fermement le brassard avec la fermeture adhésive.
3. Le brassard devrait être tendu mais pas trop serré. Vous devez pouvoir insérer deux doigts entre le brassard et votre bras.
4. Votre paume vers le haut, placer la plaque réceptrice du stéthoscope à un pouce plus haut que le pli du coude à l'intérieur du bras. C'est là où se trouve la grande artère.



5. Insérer les oreillettes du stéthoscope, un dans chaque oreille. Les ajuster en les tournant jusqu'à ce que vous vous sentiez confortable.
 6. Tenir le manomètre dans la main gauche et la poire gonflable dans la main droite.
 7. Fermer la valve d'échappement d'air de la poire en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.
 8. Gonfler le brassard en serrant continuellement la poire avec votre main droite. On peut entendre les battements du pouls tout en gonflant le brassard.
 9. Surveiller l'enregistreur. Lorsqu'on ne peut plus entendre le battement du pouls, augmenter la pression de 30 mm de mercure.
- REMARQUE : Ne pas gonfler le brassard plus de 280 mm de mercure. Vous pouvez vous faire mal ou endommager l'équipement. Si vous n'êtes pas certain du niveau de gonflage idéal du brassard, consultez votre médecin.**
10. Après avoir atteint votre niveau de gonflage, dégonfler lentement le brassard en ouvrant la valve d'échappement d'air. Pour ouvrir la valve, la tourner dans le sens inverse des aiguilles d'une montre afin que la pression continue à baisser de 2 à 4 mm de mercure par seconde. L'aiguille sur le manomètre devrait baisser d'environ une ou deux étapes par seconde.

REMARQUE : La pressurisation du brassard coupe toute circulation sanguine dans le bras. Ne pas laisser le brassard complètement gonflé plus longtemps qu'absolument nécessaire.



PRENDRE SA PRESSION

- Après avoir ouvert la valve d'échappement d'air, écouter attentivement pour un battement de pouls. Le moment où vous entendez le premier son, noter la lecture sur l'enregistreur. Ceci est votre tension systolique.
- Quand vous ne pouvez plus entendre aucun son, lire l'enregistreur. Ceci est votre tension diastolique.
- Enlever le brassard et inscrire les résultats de votre tension artérielle dans le journal situé à la page F-9.

REMARQUE : Afin de constater si la technique utilisée est exacte et que les lectures sont aussi précises que possible, attendre 10 à 15 minutes et répéter la procédure.

■ La méthode à deux

- Si vous désirez prendre la pression de quelqu'un d'autre, demandez à la personne dont vous prenez la tension de se reposer au moins 15 minutes avant de commencer.
- Demandez-lui d'étendre son bras vers vous, paume vers le haut. Vous assurer que le bras se trouve au même niveau que le coeur.
- Enfiler le brassard sur le bras, tel qu'indiqué ci-haut.
- Attacher le manomètre à la boucle du brassard, de façon à vous être bien visible.
- Suivre les étapes 1 à 13 dans « Prendre sa pression ».

Si possible, demander à votre médecin d'observer votre technique pour en assurer son exactitude.

RENSEIGNEMENTS SUR LA TENSION ARTÉRIELLE



■ La tension artérielle, c'est quoi?

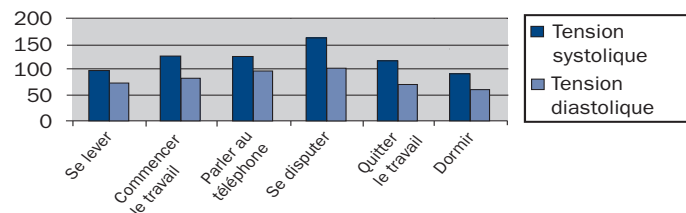
On appelle tension artérielle la pression du sang sur la paroi des artères. La contraction du coeur par laquelle le sang est chassé dans les artères est dite systolique. La dilatation du coeur ramenant le sang au coeur est dite diastolique. La tension artérielle est mesurée en millimètres de mercure (mmHg).

■ Qu'est-ce qui influence la tension artérielle?

La tension artérielle peut varier suite à plusieurs facteurs dont l'âge, le poids, l'heure du jour, le niveau d'activité, le climat, l'altitude et la saison. Certaines activités peuvent affecter votre tension d'une façon significative. Marcher peut augmenter la tension systolique de 12 mm de mercure et la tension diastolique de 5,5 mm de mercure. Dormir peut diminuer la tension systolique de jusqu'à 10 mm de mercure. Prendre sa tension de façon répétitive, sans attendre 5 à 10 minutes entre lectures ou sans lever le bras pour ramener le sang au coeur, peuvent également l'affecter.

D'autres facteurs comme la diète, les breuvages à teneur en caféine ou alcool, certains médicaments, excès de tension nerveuse, et même des vêtements trop serrés peuvent aussi influencer l'exactitude des résultats.

Fluctuation dans un jour (cas : mâle de 35 ans)





■ Entretien de base pour votre trousse-maison

En y apportant les soins nécessaires, cette trousse vous sera utile pendant plusieurs années. Afin d'assurer son bon fonctionnement, suivre les règles de base suivantes :

- Le manomètre doit être manipulé avec soin. Ne pas échapper, ni secouer. L'aiguille devrait indiquer zéro lorsque le brassard est complètement gonflé.
- Éviter de cogner des objets sur la surface du stéthoscope.
- Ranger toutes les pièces, y compris le manuel d'instructions, dans la trousse de rangement fournie.

L'appareil a été vérifié soigneusement par A&D Medical avant son expédition pour en assurer sa fiabilité et sa précision. Toutefois, comme avec tout instrument de précision que l'on utilise souvent, une vérification périodique de calibrage est recommandée pour maintenir des lectures précises.



■ Comment vérifier la précision de votre appareil

1. Détacher la manomètre du tube et le tenir dans une position verticale.
2. Si la position de l'aiguille au cadran ne dépasse pas les limites de l'indicateur zéro, l'appareil est garanti pour sa précision.
3. Si la position de l'aiguille au cadran dépasse les limites de l'indicateur zéro, l'appareil devrait être calibré.
4. Afin de calibrer de nouveau, insérer le petit tournevis dans la partie où l'on attache le tuyau dans le manomètre. Tourner le tournevis dans n'importe quelle direction sans faire le tour du cadran pour amener l'aiguille à l'indicateur zéro.
5. Si l'appareil ne peut être calibré en se servant de cette méthode, contacter Auto Control Médical au 1-800-463-5414.

■ Garantie de calibrage de deux ans

A&D Medical garantit le réglage sans frais au premier acheteur au détail de ce manomètre (le Produit) pour une période de deux ans si le Produit manque de précision sous l'objet d'un usage normal. Pour plus de détails, voir la carte de garantie incluse.



LA GARANTIE ET POUR NOUS REJOINDRE

Science et technologie de pointe sont à la base de tous nos instruments. Nous offrons des produits précis et simples à utiliser, une surveillance à domicile et des choix de traitement. Notre gamme complète de produits comprend :

- Appareils de surveillance cardiaque
- Tensiomètres à affichage numérique
- Ensembles de tensiomètres anéroïdes
- Brassards
- Thermomètres à affichage numérique
- Stéthoscopes

Ce produit *LifeSource* est couvert par une garantie de deux ans. Voir carte de garantie pour détails.

Pour toute information concernant usage, entretien ou réparation de votre tensiomètre, communiquez avec :

A&D Medical
Une division de
A&D Engineering, Inc.
1555 McCandless Drive
Milpitas, CA 95035

LifeSource Health Line
(sans frais): 1-888-726-9966
www.LifeSourceOnline.com

Les résidentes du Canada sont priées de contacter :
Auto Control Médical
206A boul. Brunswick
Pointe-Claire, Québec
H9R 5P9 Canada

(sans frais): 1-800-463-5414
www.autocontrol.com

LifeSource est une marque déposée de A&D Medical. © 2002 A&D Medical. Spécifications sous réserve de modifications sans préavis. Tous droits réservés. UA-100 Imprimé au Taiwan 02/02.



LifeSource™

Your source for a lifetime of health

INSTRUCCIONES PARA TOMAR LA PRESIÓN ARTERIAL EN CASA





■ **Sírvase leer esta importante información antes de utilizar el monitor.**

- Recuerde que sólo los profesionales de la medicina están capacitados para interpretar las mediciones de la presión arterial. El uso de este dispositivo no debe sustituir los chequeos médicos periódicos.
- Pida a su médico que repase el procedimiento de uso de este monitor. El médico querrá verificar las mediciones de la presión arterial antes de recetarle medicamentos o ajustarle la dosis.
- Consulte con su médico si tiene alguna duda respecto a sus lecturas. En caso de que surja algún problema técnico, comuníquese con A&D Medical.
- Limpie el monitor y el brazalete con un paño seco y suave, o con un paño humedecido en agua y un detergente no abrasivo. Nunca utilice alcohol, benceno, diluyentes u otros productos químicos para limpiar el monitor o el brazalete.

■ **Precauciones**

El UA-100 está diseñado para medir la presión arterial (sistólica y diastólica) y la frecuencia del pulso en la casa o en el consultorio de un médico o enfermera, y debe ser empleado por personas mayores de dieciocho (18) años de edad.

Precaución: Este producto contiene látex natural que puede causar reacciones alérgicas. Siga los siguientes pasos para óptimos resultados.



Felicitaciones por haber adquirido este avanzado monitor de la presión arterial LifeSource, un dispositivo equipado con los últimos adelantos tecnológicos. Diseñado teniendo en mente la facilidad de uso y la exactitud, este monitor le simplificará su régimen de control diario de la presión arterial.

Los médicos están de acuerdo en que la autovigilancia diaria de la presión arterial es un importante paso que las personas pueden dar para conservar su salud cardiovascular y prevenir las graves consecuencias de la hipertensión desapercibida y no tratada.

A&D Medical lleva mas de 20 años fabricando productos médicos de alta calidad para el cuidado de su salud. Nos hemos comprometido a ofrecerle, tanto a usted como a su familia, dispositivos de monitoreo que ofrecen lo máximo en exactitud y conveniencia.



COMPONENTES DEL MONITOR DE PRESIÓN ARTERIAL S-2
INSTRUCCIONES DE ENSAMBLE S-3



PARA TOMAR SU PRESIÓN ARTERIAL S-3
MÉTODO PARA TOMAR LA PRESIÓN S-6
ACERCA DE LA PRESIÓN ARTERIAL. S-7
REGISTRO DE LA PRESIÓN ARTERIAL S-9



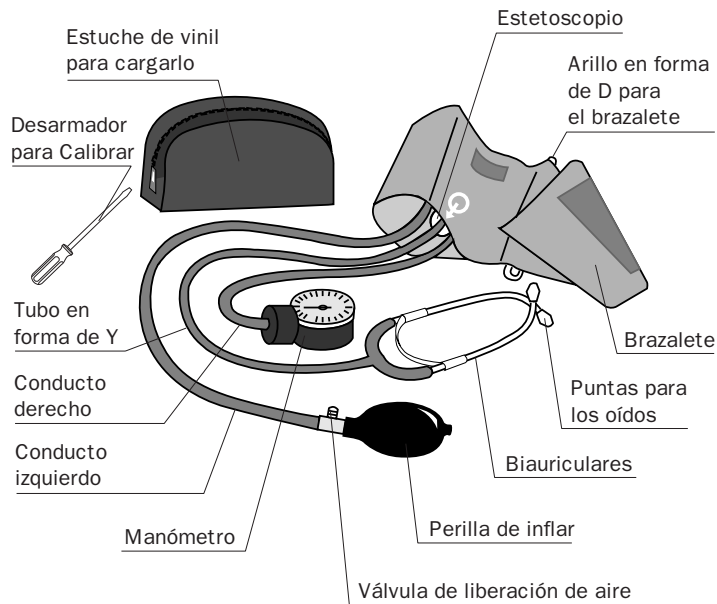
INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO S-10
REVISAR LA PRECISIÓN S-11



CON QUIEN COMUNICARSE. S-12



COMPONENTES DEL MONITOR DE PRESIÓN ARTERIAL




■ Lista de componentes

Puntas para los oídos
Biauriculares
Perilla de inflar
Válvula de liberación de aire
Manómetro
Conducto izquierdo
Conducto derecho

Tubo en forma de Y
Arillo en forma de D para el brazalete
Brazalete
Estetoscopio
Estuche de vinil para cargarlo
Desarmador para Calibrar

INSTRUCCIONES DE ENSAMBLE



1. Colocar el brazalete con la flecha  apuntando hacia usted.
2. Asegúrese de que la terminación del brazalete haya sido insertado a través del arillo en forma de D.
3. Inserte la terminación de la manguera en forma de “Y” dentro de la cabeza del estetoscopio.
4. Inserte cada brazo de la manguera en forma de “Y” dentro de cada terminal de los biauriculares.
5. Inserte la válvula de liberación de aire dentro del conducto izquierdo.
6. Inserte el manómetro dentro del conducto derecho.

PARA TOMAR SU PRESIÓN ARTERIAL



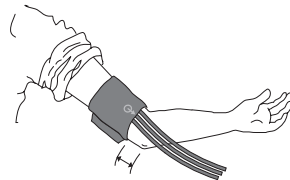
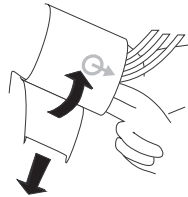
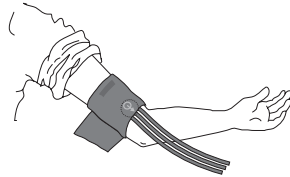
■ Consejos para tomarse la presión arterial:

- Relájese durante unos 5 a 10 minutos antes de efectuar la medición.
- Despójese de ropa ceñida y póngase el brazalete en el brazo descubierto.
- A menos que su médico le recomiende lo contrario, tómese la presión en el brazo izquierdo.



■ Para Tomar su Presión Arterial

1. Siéntese cómodamente con su brazo izquierdo descansado sobre una superficie plana para que el centro de la parte de arriba de su brazo esté a la misma altura que su corazón.
2. Repose su brazo izquierdo sobre la mesa con la palma hacia arriba. Coloque el brazalete alrededor del brazo con los conductos hacia adentro y hacia el interior de su brazo. Abroche el brazalete asegurándolo con la cinta tira sujetador.
3. El brazalete deberá estar cómodo y no demasiado apretado a manera de poder insertar dos dedos entre el brazalete y su brazo.
4. Con la palma de su mano hacia arriba, coloque la cabeza del estetoscopio una pulgada (2.5 cm) sobre el doblez del codo en la parte de adentro del brazo. Aquí es donde se encuentra la arteria principal.



5. Inserte los auriculares del estetoscopio en sus oídos. Ajústelos para que le queden cómodos.
6. Sostenga el manómetro en su mano izquierda y la perilla de inflar en su mano derecha.
7. Cierre la válvula de liberación de aire en la perilla, dándole vuelta en sentido de las manecillas del reloj.
8. Infle el brazalete apretando repetidamente la perilla con su mano derecha. Escuche el latido del pulso mientras infla el brazalete.
9. Observe el indicador. Cuando no pueda escuchar el latido del pulso, eleve la presión unos 30 mmHg adicionales.

NOTA: No infle el brazalete mas de 280 mmHg. Se puede lastimar usted mismo o dañar el equipo. Si está inseguro en qué tan alto inflar el brazalete, consulte a su médico para el nivel correcto de inflación.

10. Después de alcanzar su nivel de inflación, desinfe lentamente el brazalete abriendo la válvula de liberación de aire. Para abrir esta válvula, de vuelta en dirección contraria a las manecillas del reloj y así la presión bajará a 2-4 mmHg por segundo. La aguja del manómetro deberá bajar en promedio una a dos divisiones por segundo.

NOTA: Presurizar el brazalete corta la circulación arterial del brazo. No la deje totalmente inflada por más tiempo del que sea necesario.



PARA TOMAR SU PRESIÓN ARTERIAL

- Después de abrir la válvula de liberación de aire, escuche cuidadosamente el latido del pulso. Al momento de escuchar el primer latido de su pulso, tome nota de la lectura de la aguja del manómetro. Esta es su medida de presión arterial sistólica.
- Cuando ya no pueda escuchar ningún sonido, nuevamente tome nota de la lectura de la aguja del manómetro. Esta es su medida de presión arterial diastólica.
- Quítese el brazalete y anote su récord de presión arterial localizado en la página S-10.

NOTA. Para verificar que su técnica estuvo bien y las lecturas fueron lo más exactas posibles, espere 10-15 minutos y repita el procedimiento.

■ Método Para Tomar la Presión

- Si Ud. planea tomar la presión arterial a otra persona, haga que la persona a quien se le va a tomar la presión descanse y se relaje por lo menos 15 minutos antes de empezar.
- Haga que la persona extienda su brazo izquierdo hacia usted con la palma de su mano hacia arriba. Asegúrese de que el brazo esté al mismo nivel del corazón.
- Coloque el brazalete como se indicó en las instrucciones para usted mismo.
- Ate a la correa del brazalete para que sea claramente visible para usted.
- Siga los pasos del 1 al 13 en tomar su presión arterial. Si es posible, que su médico observe su técnica para asegurarse de que sea correcta.

ACERCA DE LA PRESIÓN ARTERIAL



■ ¿Qué es la presión arterial?

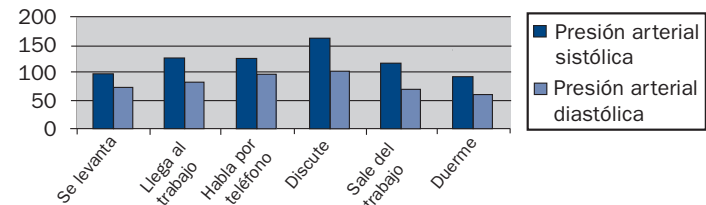
La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias. La presión sistólica y diastólica corresponden, respectivamente, al momento en que el corazón se contrae y se expande. La presión arterial se mide en milímetros de mercurio (mm Hg).

■ ¿Qué factores afectan la presión arterial?

La presión arterial depende de muchos factores: la edad, el peso, la hora del día, el nivel de actividades, el clima, la altitud y la estación del año. Ciertas actividades pueden modificar considerablemente la presión arterial. Por ejemplo, caminar puede elevar la presión sistólica en 12 mm Hg y la presión diastólica, en 5.5 mm Hg; durante el sueño, la presión sistólica puede disminuir en hasta 10 mm Hg. Los valores de la presión arterial pueden variar también si se efectúan mediciones repetidas sin esperar entre 5 y 10 minutos entre las lecturas, o sin elevar el brazo para permitir que la sangre fluya de vuelta al corazón.

Además de estos factores, ciertos refrescos dietéticos que contienen cafeína, el alcohol, algunos medicamentos, el estrés emocional e incluso la ropa ceñida pueden causar variaciones en las lecturas.

Fluctuación durante el día (caso: hombre de 35 años de edad)





INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO

■ Instrucciones de Mantenimiento

Cuidado básico de su equipo para tomar la presión arterial en casa.

Con el cuidado apropiado, su equipo para tomar la presión arterial le dará muchos años de servicio confiable. Para asegurar un buen funcionamiento de la unidad, siga estas reglas básicas.

- Maneje el presión con cuidado. No lo tire o golpee. La aguja deberá indicar cero cuando el brazalete esté completamente desinflado.
- Siempre desinfe el brazalete antes de guardarlo.
- Evite golpear objetos contra la superficie del estetoscopio.
- Guarde todos los aditamentos, incluyendo el instructivo, en el estuche proveído.

La Asociación Médica ha revisado su unidad de presión arterial para asegurar confiabilidad y exactitud antes de embarcarla. Sin embargo, como en cualquier instrumento sensible de uso continuo, recomendamos que su unidad de presión arterial sea revisada periódicamente para una calibración apropiada para asegurar exactitud en las lecturas de la presión arterial.

REVISAR LA PRECISIÓN



■ Como Revisar la Precisión de Su Unidad de Presión Arterial

1. Desconecte el manómetro de la manguera. Sosténgalo en una posición vertical.
2. Si la aguja del indicador marca cero, su unidad esta garantizada a ser precisa.
3. Si la aguja marca una lectura diferente de cero, deberá ser recalibrada.
4. Para recalibrar, inserte un pequeño desarmador dentro del conector de la manguera del manómetro. De vuelta al desarmador en cualquier dirección sin dar toda la vuelta, para que la aguja regrese a la marca de cero.
5. Si la unidad no puede ser recalibrada usando este método, por favor contacte a A&D Médico (en los EE.UU.) al 1-888-726-9966

■ Dos Años de Calibración Garantizada

A&D Medical garantiza, al primer comprador del Manómetro (el producto), ajuste de precisión gratuita por periodo de dos años si el producto se vuelve inexacto en condiciones normales de uso. Vea la tarjeta de garantía adjunta para detalles completos.



CON QUIEN COMUNICARSE

Nuestros productos se diseñan y fabrican conforme a los más recientes métodos científicos y tecnológicos, como tales ofrecen una alternativa exacta y fácil de usar en el hogar. Nuestra línea completa de productos abarca:

- **Monitores de frecuencia cardíaca**
- **Monitores digitales de la presión arterial**
- **Equipos aneroides de la presión arterial**
- **Brazaletes para la presión arterial**
- **Termómetros digitales**
- **Estetoscopios**

Estos productos *LifeSource* para la medición de la presión arterial están cubiertos por una garantía vitalicia; lea la tarjeta de garantía para más información.

**PARA REGISTRAR LA GARANTÍA, VISITE NUESTRO SITIO WEB:
WWW.LIFESOURCEONLINE.COM**

Para obtener más información sobre el uso, mantenimiento o reparación de este monitor de la presión arterial, comuníquese con:

A&D Medical

Una división de
A&D Engineering, Inc.
1555 McCandless Drive
Milpitas, CA 95035

Línea de salud de *LifeSource*
(llamada gratis en EE.UU.):
1-888-726-9966
www.LifeSourceOnline.com

Residentes Canadiense,
comunicarse con:

Auto Control Medical

206A Boul. Brunswick
Pointe-Claire, Quebec
H9R 5P9, Canadá

Auto Control (llamada gratis
en Canadá): 1-800-461-0991

LifeSource es una marca registrada de A&D Medical. © 2002 A&D Medical.
Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso. Todos derechos reservados. UA-100 Impreso en Taiwan 02/02.

