

# TOPCOM<sup>®</sup>

## BPM WRIST 5331



USER GUIDE / HANDLEIDING / MANUEL D'UTILISATEUR  
GEBRAUCHSANWEISUNG / BRUKSANVISNING / BRUGERVEJLEDNING  
ANVÄNDARHANDBOK / KÄYTTÖOHJE

V 2.2

CE 0197

- UK** The features described in this manual are published with reservation to modifications.
- NL** De in deze handleiding beschreven mogelijkheden worden gepubliceerd onder voorbehoud van wijzigingen.
- F** Les possibilités décrites dans ce manuel sont publiées sous réserve de modifications.
- D** Die in dieser Bedienungsanleitung umschriebenen Möglichkeiten, werden vorbehaltlich Änderungen publiziert.
- S** Funktionerna i denna bruksanvisning publiceras med reservation för ändringar.
- DK** Vi forbeholder os retten til ændringer af de specifikationer, der er beskrevet i denne brugsanvisning.
- N** Funksjoner beskrevet i denne manualen kan endres uten nærmere informasjon.
- SF** Tässä ohjekirjassa julkaissut tiedot voivat muuttua ilman ennakoilmoitusta.



Authorized Representative in the European Community

Topcom Europe NV,  
Grauwmeer 17  
3001 Heverlee, Belgium,



Manufacturer  
Health & Life Co., Ltd.  
9F No.186, Jian Yi Road  
Chung Ho City, Taipei, Taiwan

This Blood Pressure Monitor complies with the EC Directives and bears the CE Mark "CE 0197".

This product is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of the directive 93/42/EEC.

The declaration of conformity can be found on:

**<http://www.topcom.net/support/cedclarations.php>**

The quality of the device has been verified and is in line with the provisions of the EC council directive 93/42/EEC (EN IEC60601-1-General requirements for safety, EN IEC 60601-1-2:2001 - Electromagnetic compatibility-Requirements and tests) dated 14 June 1993 concerning medical devices and the EN performance standards as follow:

- EN 1060-1 Non-invasive sphygmomanometers - General requirements
- EN 1060-3 Non-invasive sphygmomanometers - Supplementary requirements for electromechanical blood pressure measuring systems.
- EN 1060-4 Non-invasive sphygmomanometers - Test procedures to determine the overall system accuracy of automated non-invasive sphygmomanometers.

# 1 Introduction

Congratulations with your purchase of the Topcom BPM Wrist 5331. This fully automatic, wrist mounted blood pressure monitor is both easy to use and ideally suited for daily measurements. The large display includes systolic, diastolic and pulse, all clearly shown at the completion of each reading.

In addition, you can store up to 30 measurements per Memory Zone, ideal for users who want to monitor and track their blood pressure on a regular basis. The BPM wrist 5331 is compact and portable, making it ideal for home use and travel.



**Please read this manual carefully before use. For specific information on your own blood pressure, contact your physician. Put the user guide away in a safe place for future reference.**

## 2 Safety instructions

1. This product is for household use only. It is not intended as a substitute for consultation with your doctor.
2. For users diagnosed with common arrhythmia (atrial or ventricular premature beats or atrial fibrillation), diabetes, poor circulation of blood, kidney problems, or for users suffered from stroke, or for unconscious users, the device might not be suitable for use. Consult your doctor in case of any doubt.
3. The unit should not be operated by children so to avoid hazardous situations.
4. The unit contains high-precision assemblies. Therefore, avoid extreme temperatures, humidity, and direct sunlight. Avoid dropping or strongly shocking the main unit, and protect it from dust.
5. Leaky batteries can damage the unit. Remove the batteries when the unit is not used for a long time.
6. Do not press the START key when the cuff is not placed around the wrist.
7. Do not disassemble the main unit or cuff.
8. If the unit is stored in a cold place, allow it to acclimate at room temperature before use.
9. Clean the blood pressure monitor body and the cuff carefully with a slightly damp, soft cloth. Do not press. Do not bend the pre-formed cuff inside out. Do not wash the cuff or use chemical cleaner on it. Never use thinner, alcohol or petrol (gasoline) as cleaner.



**To avoid inaccurate results caused by electromagnetic interference between electrical and electronic equipments, do not use the device near a cell phone or microwave oven.**

### 3 Helpful tips

Here are a few helpful tips to help you obtain more accurate readings:

- Do not measure your blood pressure immediately after consuming a large meal. To obtain more accurate readings, please wait one hour before measuring.
- Do not smoke or drink alcohol before measuring your blood pressure.
- You should not be physically tired or exhausted while taking a measurement.
- It is important that you relax during measurement. Try to take 15-minutes rest before a reading.
- Do not take measurements if you are under stress or under tension.
- Take your blood pressure at normal body temperature. If you are feeling cold or hot, wait a while before taking a measurement.
- If the monitor is stored at very low temperature (near freezing), have it placed at a warm location for at least one hour before using it.
- Wait about 5 minutes before taking the next pressure measurement.

### 4 Disposal of the device



At the end of the product lifecycle, you should not throw this product into the normal household garbage but bring the product to a collection point for the recycling of electrical and electronic equipments. The symbol on the product, user guide and/or box indicate this.

Some of the product materials can be re-used if you bring them to a recycling point. By re-using some parts or raw materials from used products you make an important contribution to the protection of the environment. Please contact your local authorities in case you need more information on the collection points in your area.

## 5 Blood pressure

### 5.1 What is blood pressure?

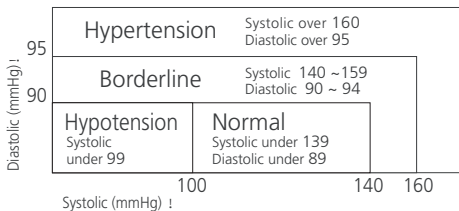
Blood pressure is the pressure exerted on the artery tube while blood flows through the arteries. The pressure measured when the heart contracts and sends blood out of the heart is systolic (highest). The pressure measured when the heart dilates with blood flowing back into the heart is called diastolic (lowest) blood pressure.

### 5.2 Why measure your blood pressure?

Among the various health problems afflicting modern people, problems associated with high blood pressure are by far the most common. High blood pressure's dangerously strong correlation with cardiovascular diseases and high morbidity has made measuring blood pressures a necessity of identifying those at risk.

### 5.3 Blood pressure standard

The World Health Organization (WHO) and National High Blood Pressure Education Program has developed a Blood pressure standard, according to which areas of low and high-risk blood pressure are identified. This standard however, is a general guideline as individual's blood pressure varies among different people and different groups...etc.



It is important that you consult with your physician regularly. Your physician will tell you your normal blood pressure range as well as the point at which you will be considered at risk.

### 5.4 Blood pressure fluctuation

Blood pressure fluctuates all the time!

You should not be worried if you encountered two or three measurements at high levels. Blood pressure changes over the month and even throughout the day depending on circumstances (state of mind, temperature, ...)

## 6 Battery installation

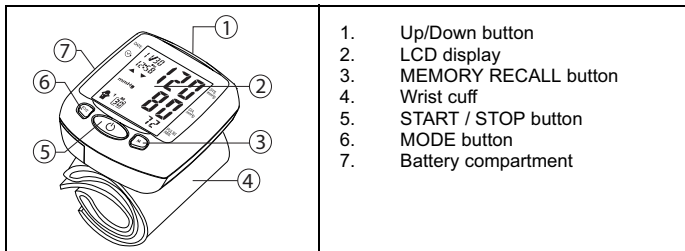


- Open the battery compartment by pulling the cover away
- Insert 2 AAA non - rechargeable batteries. Follow the polarity as indicated in the battery compartment.
- Re-install the battery cover.

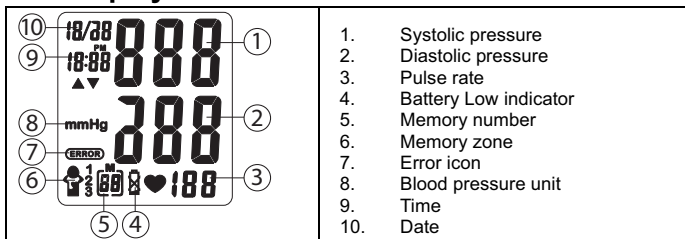


**Do not shortcircuit & dispose of in fire. Remove the battery if this device is not going to be used for a long period.**

## 7 Buttons

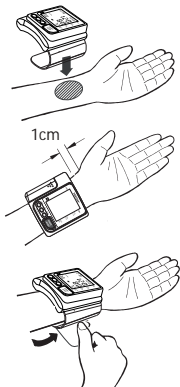


## 8 Display



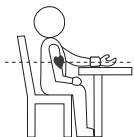
## 9 Applying the cuff


- Remove all watches, jewelry, etc. prior to attaching the wrist monitor. Clothing sleeves should be rolled up and the cuff should be wrapped on bare skin for correct measurements. Apply cuff to left wrist with palm facing up.
- Make sure the edge of the cuff is about 1 cm from the palm. In order to insure accurate-measurements.
- Fasten the velcro strap securely around your wrist so there is no extra space between the cuff and the wrist. If the cuff is not wrapped tight enough, the measurement values will be false.
- If your physician has diagnosed you with poor circulation on your left arm, place the cuff around your right wrist.



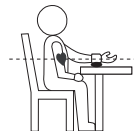
## 10 Measuring posture

1. Relax your entire body, especially the area between your elbow and fingers. Place your elbow on a table so that the cuff is at the same level as your heart.



-  **Your heart is located slightly below your arm pit.**

2. If the cuff is not at the same level as your heart or if you can not keep your arm completely still throughout the reading, use a soft object such as folded towel to support your arm.
3. Turn your palm upwards. Sit upright in a chair, and take 5-6 deep breaths. Avoid leaning back while the measurements being taken.



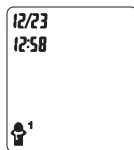
## 11 Measurement

### 11.1 Important

1. This monitor automatically switches off 1 minute after the last key operation.
2. To interrupt the measurement, simply press any key. The cuff will deflate immediately after a key is pressed.
3. During the measurement, do not talk or move your arm or hand muscles.
4. The result will be stored automatically in the selected Memory Zone. Select the desired Memory Zone before measurement (see §12)


## 12 Procedure

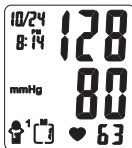
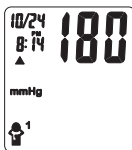
1. Press the START/STOP button to activate the display.
2. Press the UP or DOWN button to select the desired memory zone.
3. Press the START/STOP button to start measurement. The cuff will inflate to the level that is right for you.



4. When the right level is reached, the cuff will deflate.

**This monitor will re-inflate automatically to approximately 220mmHg if the system detects that your body needs more pressure to measure your blood pressure.**

5. When the measurement is completed, systolic, diastolic and pulse will be shown simultaneously on the LCD screen.
6. When a mistake was detected during measurement the Error icon  appears on the display



## 13 Memory

The BPM 5331 has 3 Memory zones. Each can store up to 30 measurements including the date and time

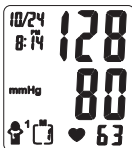
The result will be stored automatically in the selected Memory Zone after the measurement.

To recall measurement results:

- Press the START/STOP button to activate the display.
- Press the UP or DOWN button to select the desired memory zone.
- Press the MEMORY CALL button to see the average of all measurement results.
- Press the UP button repeatedly to see prior stored measurement results.
- To stop reading the data, press the START/STOP button to switch back to normal time.

To erase all data from one memory zone:

- Press the START/STOP button to activate the display.
- Press the UP or DOWN button to select the desired memory zone.
- Press the MEMORY CALL button to see the average of all measurement results.
- Press the MODE and the DOWN button simultaneously to erase all data from the selected memory zone.

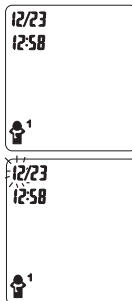




## 14 Time adjustment


To adjust the date and time:

- Press the START/STOP button to activate the display.
- Press the MODE button, the month will blink on the display.
- Press the UP or DOWN button to change the month.
- Press the MODE button to confirm the month. The day will blink on the display.
- Change the day, hours and minutes as described above, using the UP or DOWN button to change and the MODE button to confirm every setting.



After setting the minutes, the device is ready to use.

## 15 Technical specifications

Power source	3V DC: Two LR03 (AAA) Non rechargeable batteries
Measurement method	Oscillometric
Measurement zone	Pressure: 0 ~ 300 mmHg Pulse: 40 ~ 199 beats/minute
Accuracy	Pressure: $\pm 3$ mmHg Pulse: within $\pm 5\%$ of reading
Pressure sensor	Semi-conductor
Inflation	Pump driven
Deflation	Automatic Pressure release valve
Memory capacity	3 Memory zones for each 30 memories
Auto-shut-off	1 minute after last key operation
Operation environment	+10°C ~ +40°C - < 85% RH
Storage environment	-20°C ~ +70°C - < 85% RH
Weight	120g (without batteries)
Wrist circumference	135 ~ 195 mm
Limited patient	Over 18 years old
Dimensions	74(L) x 84(W) x 32(H) mm
K.B.	Short time operation 2 minutes
Classification 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internally powered equipment</li> <li>• Classification of type BF (applied part)</li> <li>• IPX0</li> <li>• Not suitable for use in presence of flammable anaesthetic mixture with air or with oxygen or nitrous oxide</li> <li>• Continuous operation with short-time loading</li> </ul>

\*Specifications are subject to change without notice.

**The CE symbol indicates that the unit complies with the essential requirements of the directive 93/42/EEC.**

## **16 Topcom Warranty**

### **16.1 Warranty period**

The Topcom units have a 24-month warranty period. The warranty period starts on the day the new unit is purchased. Consumables or defects causing a negligible effect on operation or value of the equipment are not covered.

The warranty has to be proven by presentation of the original purchase receipt, on which the date of purchase and the unit-model are indicated.

### **16.2 Warranty handling**

A faulty unit needs to be returned to a Topcom service centre including a valid purchase note. If the unit develops a fault during the warranty period, Topcom or its officially appointed service centre will repair any defects caused by material or manufacturing faults free of charge.

Topcom will at its discretion fulfill its warranty obligations by either repairing or exchanging the faulty units or parts of the faulty units. In case of replacement, colour and model can be different from the original purchased unit.

The initial purchase date shall determine the start of the warranty period. The warranty period is not extended if the unit is exchanged or repaired by Topcom or its appointed service centres.

### **16.3 Warranty exclusions**

Damage or defects caused by incorrect treatment or operation and damage resulting from use of non-original parts or accessories not recommended by Topcom are not covered by the warranty.

The warranty does not cover damage caused by outside factors, such as lightning, water and fire, nor any damage caused during transportation.

No warranty can be claimed if the serial number on the units has been changed, removed or rendered illegible.

# 1 Inleiding

Gefeliciteerd met uw aankoop van de Topcom BPM wrist 5331. Deze volautomatische bloeddrukmeter, polsmodel, is gebruiksvriendelijk en ideaal voor dagelijkse metingen. Op de grote display worden bovendruk- (systolisch), onderdruk- (diastolisch) en polsslagwaarden weergegeven, allemaal duidelijk af te lezen op het eind van elke meting.

Bovendien kunt u tot 30 metingen per Geheugenzone opslaan, ideaal voor gebruikers die hun bloeddruk regelmatig willen controleren en opvolgen. De BPM wrist 5331 is compact en draagbaar, en zo ideaal voor gebruik thuis en onderweg.



**Lees deze handleiding aandachtig alvorens het toestel te gebruiken. Voor specifieke informatie over uw eigen bloeddruk, raden we u aan uw arts te raadplegen. Bewaar de gebruikershandleiding op een veilige plaats voor later gebruik.**

## 2 Veiligheidsinstructies

1. Dit toestel is enkel geschikt voor huishoudelijk gebruik. Het is niet de bedoeling om met deze meter een raadpleging bij uw dokter te vervangen.
2. Voor gebruikers die lijden aan aritmie (atriale of ventriculaire premature hartslag of atriale fibrillatie), suikerziekte, slechte bloedsomloop, nieraandoeningen, of voor gebruikers die een beroerte hebben gehad of gebruikers die bewusteloos zijn, is het toestel niet geschikt. In geval van twijfel, raadpleeg uw arts.
3. Dit toestel mag niet worden gebruikt door kinderen, anders kunnen er gevaarlijke situaties ontstaan.
4. Het toestel omvat precisiecomponenten. Daarom moet het worden beschermd tegen extreme temperaturen, vochtigheid en direct zonlicht. Laat het toestel niet vallen en vermijd sterke schokken. Bescherm het tegen stof.
5. Lekkende batterijen kunnen schade aan het toestel veroorzaken. Verwijder de batterijen wanneer u het toestel langere tijd niet gebruikt.
6. Druk niet op START zolang de polsband niet rond de pols is bevestigd.
7. Demonteer het toestel of de polsband niet.
8. Als het toestel op een koude plaats wordt bewaard, laat het dan eerst op kamertemperatuur komen alvorens het te gebruiken.
9. Reinig de bloeddrukmeter en de polsband voorzichtig met een licht vochtige, zachte doek. Oefen geen druk uit. Draai de voorgevormde polsband niet binnenstebuiten. Was de polsband niet en gebruik ook geen chemisch reinigingsmiddel om hem te reinigen. Gebruik nooit verdunner, alcohol of benzine als reinigingsmiddel.



**Gebruik het toestel niet in de buurt van een mobiele telefoon of magnetron om onnauwkeurige resultaten door elektromagnetische interferentie tussen elektrische en elektronische apparaten te voorkomen.**

## 3 Handige tips

Hieronder vindt u enkele handige tips die u helpen meer nauwkeurige resultaten te verkrijgen:

- Meet uw bloeddruk niet onmiddellijk nadat u uitgebreid hebt gegeten. Om nauwkeurige resultaten te verkrijgen, wacht u het best één uur alvorens te meten.
- Rook niet of drink geen alcohol voordat u uw bloeddruk meet.
- Tijdens een meting mag u niet lichamelijk moe of uitgeput zijn.
- Het is belangrijk dat u zich tijdens de meting ontspant. Probeer 15 minuten te rusten voordat u uw bloeddruk neemt.
- Meet uw bloeddruk niet als u gestrest of gespannen bent.
- Meet uw bloeddruk bij een normale lichaamstemperatuur. Als u het koud of warm hebt, wacht u beter een tijdje alvorens uw bloeddruk te meten.
- Als de meter op een erg koude plaats wordt bewaard (dichtbij vriestemperatuur), zet hem dan gedurende minstens één uur in een warme ruimte vooraleer hem te gebruiken.
- Wacht ongeveer 5 minuten vooraleer u opnieuw uw bloeddruk meet.

## 4 Het toestel vernietigen (milieu)



Op het einde van de levenscyclus van het product mag u dit product niet bij het normale huishoudelijke afval gooien, maar moet u het naar een inzamelpunt brengen voor de recyclage van elektrische en elektronische apparatuur. Dit wordt aangeduid door het symbool op het product, in de handleiding en/of op de verpakking.

Sommige materialen van het product kunnen worden hergebruikt als u ze naar een inzamelpunt brengt. Door onderdelen of grondstoffen van gebruikte producten te hergebruiken, levert u een belangrijke bijdrage tot de bescherming van het milieu. Wend u tot uw lokale overheid voor meer informatie over de inzamelpunten in uw buurt.

## 5 Bloeddruk

### 5.1 Wat is bloeddruk?

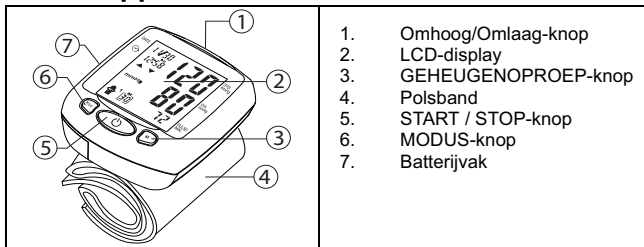
Bloeddruk is de druk die wordt uitgeoefend op de slagaderwand door het bloed dat door de slagaders stroomt. De druk die wordt gemeten wanneer het hart samentrekt en bloed uit het hart stuwt, is systolisch (bovendruk). De druk die wordt gemeten wanneer het hart uitzet door het bloed dat terugstroomt naar het hart wordt de diastolische bloeddruk (onderdruk) genoemd.

### 5.2 Waarom moet u uw bloeddruk meten?

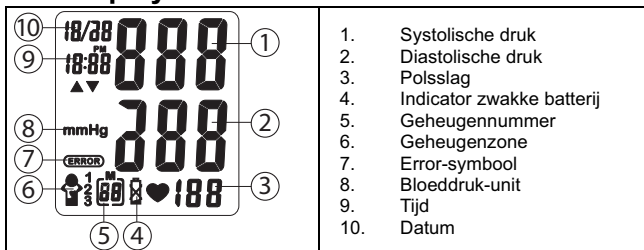
Van de verschillende gezondheidsproblemen waarmee de moderne mens heeft af te rekenen, komen problemen gepaard met een hoge bloeddruk verreweg het vaakst voor. Door de gevaarlijk sterke correlatie tussen hoge bloeddruk en cardiovasculaire aandoeningen en het hoge ziektecijfer zijn bloeddrukmetingen noodzakelijk geworden om de risicogroepen te identificeren.



## 7 Knoppen

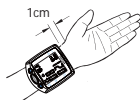


## 8 Display



## 9 De polsband aanbrengen

1. Verwijder horloges, juwelen enz. vooraleer u de polsband bevestigt. Rol uw mouwen op en bevestig de polsband op uw naakte huid om een correcte meting te verzekeren. Bevestig de polsband op uw linkerpols met uw handpalm naar boven gericht.
2. Voor nauwkeurige metingen, moet de rand van de polsband ongeveer 1 cm van de palm van uw hand verwijderd zijn.
3. Bevestig de velcroband stevig rond uw pols zodat er geen speling is tussen de polsband en uw pols. Als de polsband niet stevig genoeg rond de pols wordt gewikkeld, zijn de meetresultaten verkeerd.
4. Indien uw arts een zwakke bloedsomloop aan uw linkerarm heeft vastgesteld, moet u de polsband rond uw rechterpols bevestigen.



## 10 Meethouding

1. Ontspan heel uw lichaam, vooral het gebied tussen uw elleboog en vingers. Plaats uw elleboog op een tafel zodat de polsband zich op dezelfde hoogte bevindt als uw hart.



**Uw hart bevindt zich iets lager dan uw oksel.**

2. Als de polsband niet op dezelfde hoogte als uw hart ligt of als u uw arm niet volledig stil kunt houden gedurende de meting, kunt u een zacht voorwerp gebruiken zoals een opgevouwen handdoek om uw arm te ondersteunen.
3. Draai uw handpalm omhoog. Zit rechtop in een stoel en haal 5-6 keer diep adem. Leun niet achteruit tijdens de meting.



## 11 Meting

### 11.1 Belangrijk


1. Deze meter schakelt automatisch uit wanneer er gedurende 1 minuut geen toets wordt ingedrukt.
2. Om de meting te onderbreken, drukt u op een willekeurige toets. De polsband zal onmiddellijk leeglopen nadat op een toets is gedrukt.
3. Praat niet tijdens de meting en beweeg ook uw arm- of handspieren niet.
4. Het resultaat wordt automatisch opgeslagen in de geselecteerde geheugenzone. Selecteer de gewenste Geheugenzone vóór de meting (zie §12).

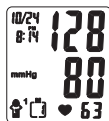
## 12 Procedure

1. Druk op de START/STOP-toets om de display te activeren.
2. Druk op de Omhoog- of de Omlaag-toets om de gewenste geheugenzone te selecteren.
3. Druk op de START/STOP-knop om met de meting te beginnen. De polsband wordt automatisch opgepompt tot het niveau dat goed is voor u.
4. Als het juiste niveau bereikt is, loopt de polsband automatisch leeg.

De meter zal de polsband automatisch verder oppompen tot ongeveer 220 mmHg als het systeem detecteert dat uw lichaam meer druk nodig heeft om uw bloeddruk te meten.



5. Als de meting voltooid is, verschijnen de systolische en diastolische druk en de polsslag tegelijkertijd op het LCD-scherm.
6. Wanneer tijdens de meting een fout wordt vastgesteld, verschijnt het Error-symbool  op het scherm.



## 13 Geheugen

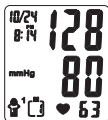
De BPM 5331 heeft 3 Geheugenzones. In elke zone kunnen tot 30 metingen, inclusief datum en tijd, worden opgeslagen. Het resultaat wordt automatisch opgeslagen in de geselecteerde Geheugenzone na de meting.

Meetresultaten oproepen:

- Druk op de START/STOP-toets om de display te activeren.
- Druk op de Omhoog- of de Omlaag-toets om de gewenste geheugenzone te selecteren.
- Druk op de GEHEUGENOPROEP-toets om het gemiddelde van alle meetresultaten weer te geven.
- Druk meermaals op de Omhoog-toets om voordien opgeslagen meetresultaten weer te geven.
- Druk om te stoppen met het oproepen van meetresultaten op de START/STOP-knop en u keert terug naar het hoofdmenu.

Alle meetresultaten in de Geheugenzone wissen:

- Druk op de START/STOP-toets om de display te activeren.
- Druk op de Omhoog- of Omlaag-toets om de gewenste geheugenzone te selecteren.
- Druk op de GEHEUGENOPROEP-toets om het gemiddelde van alle meetresultaten weer te geven.
- Druk tegelijkertijd op MODE- en Omlaag-toets om alle gegevens in de geselecteerde geheugenzone te wissen.

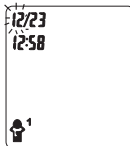




## 14 Datum en tijd instellen


De datum en de tijd instellen:

- Druk op de START/STOP-toets om de display te activeren.
- Druk op de MODUS-knop, de maand knippert op de display.
- Druk meermaals op de Omhoog- of de Omlaag-toets om de maand te wijzigen.
- Druk op de MODUS-knop om de maand te bevestigen. De dag knippert op de display.
- Wijzig de dag, de uren en minuten zoals hierboven beschreven, gebruik hiervoor de Omhoog- of de Omlaag-toets om de waarden te wijzigen en de MODUS-knop om elke instelling te bevestigen.



Wanneer u de minuten hebt ingesteld, is het toestel klaar voor gebruik.

## 15 Technische specificaties

Voedingsbron	3 V DC: Twee LR03 (AAA) Niet-oplaadbare batterijen
Meetmethode	Oscillometrisch
Meetzone	Druk: 0 ~ 300 mmHg
	Polsslag: 40 ~ 199 slagen/minuut
Nauwkeurigheid	Druk: $\pm 3$ mmHg
	Polsslag: binnen $\pm 5\%$ van meetresultaat
Druksensor	Halfgeleider
Oppompen	Pompgestuurd
Leeglopen	Automatische drukaflaatklep
Geheugencapaciteit	30 geheugenplaatsen voor elke zone
Automatische uitschakeling	1 minuut nadat voor het laatst een toets ingedrukt is
Bedrijfstemperatuur	+10°C ~ +40°C - < 85% RV
Opslagtemperatuur	-20°C ~ +70°C - < 85% RV
Gewicht	120 g (zonder batterijen)
Polsomtrek	135 ~ 195 mm
Leeftijdbeperkingen	Ouder dan 18 jaar
Afmetingen	74 (L) x 84 (B) x 32 (H) mm
K.B.	Kortstondig gebruik 2 minuten
Classificatie	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toestel met interne voeding</li> <li>• Classificatie type BF-apparaat (toegepast onderdeel)</li> <li>• IPX0</li> <li>• Niet geschikt voor gebruik in de nabijheid van ontvlambare anesthesische mengsels met lucht of met zuurstof of lachgas</li> <li>• Geschikt voor continu gebruik met korte oplaadtijd</li> </ul>

\*Productspecificaties kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd.

Het toestel voldoet aan de basiseisen van de 93/42/EEC-richtlijn.  
Dit wordt bevestigd door de CE-markering.

## 16 Topcom Garantie

### 16.1 Garantieperiode

Op de Topcom-toestellen wordt een garantie van 24 maanden verleend. De garantieperiode begint op de dag waarop het nieuwe toestel wordt gekocht. Kleine onderdelen of defecten die een verwaarloosbaar effect hebben op de werking of waarde van het toestel worden niet gedekt door de waarborg.

De garantie moet worden bewezen door voorlegging van het aankoopbewijs waarop de datum van aankoop en het toesteltype staan.

### 16.2 Afwikkeling van garantieclaims

Een defect toestel moet, samen met een geldig aankoopbewijs, worden teruggestuurd naar een Topcom-hersteldienst. Als het toestel tijdens de garantieperiode een defect vertoont, zal Topcom of diens officieel erkende hersteldienst eventuele defecten te wijten aan materiaal- of productiefouten gratis herstellen.

Topcom zal naar eigen goeddunken haar garantieverplichtingen vervullen door defecte toestellen of onderdelen van defecte toestellen hetzij te herstellen, hetzij te vervangen. In het geval dat het toestel wordt vervangen, kan de kleur en het model verschillend zijn van het oorspronkelijk gekochte toestel.

De oorspronkelijke aankoopdatum is bepalend voor het begin van de garantieperiode. De garantieperiode wordt niet verlengd als het toestel wordt vervangen of hersteld door Topcom of diens officieel erkende hersteldienst.

### 16.3 Garantiebeperkingen

Schade of defecten te wijten aan onoordeelkundig gebruik of bediening en schade te wijten aan het gebruik van niet-originele onderdelen of accessoires die niet zijn aanbevolen door Topcom, worden niet gedekt door de garantie.

De garantie dekt geen schade te wijten aan externe factoren, zoals bliksem, water en brand, noch enige transportschade.

Er kan geen beroep worden gedaan op de garantie als het serienummer op het toestel is gewijzigd, verwijderd of onleesbaar gemaakt.

# 1 Introduction

Félicitations pour l'achat du Topcom BPM Wrist 5331. Ce tensiomètre, entièrement automatique et qui se place autour du poignet, est facile à utiliser et convient parfaitement à une utilisation quotidienne. Le grand écran affiche la tension systolique, la tension diastolique et le rythme cardiaque, tous trois clairement lisibles à la fin de chaque cycle de mesure.

En outre, vous pouvez enregistrer jusqu'à 30 mesures par zone de mémoire, ce qui est idéal pour les utilisateurs désireux de contrôler et de suivre leur tension artérielle sur une base régulière. Le BPM Wrist 5331 est compact et portable, ce qui le rend parfait pour une utilisation à domicile et en voyage.



**Veillez lire attentivement le mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil. Pour des informations spécifiques sur votre tension artérielle, consultez votre médecin. Conservez le mode d'emploi en lieu sûr afin de pouvoir le consulter ultérieurement.**

## 2 Instructions de sécurité

1. Ce produit est prévu pour un usage domestique uniquement. Il ne remplace aucunement une consultation chez votre médecin.
2. L'appareil peut ne pas convenir aux utilisateurs qui souffrent d'une arythmie commune (auriculaire ou ventriculaire ou fibrillation auriculaire), de diabète, d'une mauvaise circulation du sang, de problèmes rénaux, aux utilisateurs qui ont eu une attaque et aux utilisateurs inconscients. Consultez votre médecin en cas de doute.
3. Afin d'éviter toute situation dangereuse, l'appareil ne doit pas être utilisé par des enfants.
4. L'appareil contient des pièces de haute précision. Par conséquent, évitez les températures extrêmes, l'humidité et la lumière directe du soleil. Évitez de laisser tomber ou de donner un choc puissant à l'unité principale et protégez-la de la poussière.
5. Une fuite des piles peut endommager l'appareil. Retirez les piles lorsque vous n'utilisez pas l'appareil pendant un long moment.
6. N'appuyez pas sur le bouton START lorsque l'appareil n'est pas placé autour du poignet.
7. Ne démontez pas l'unité principale ni le manchon.
8. Si l'appareil est conservé dans un endroit frais, laissez-le s'acclimater à la température ambiante avant de l'utiliser.
9. Nettoyez l'unité du tensiomètre et le manchon avec un chiffon doux légèrement humide. N'appuyez pas. Ne pliez pas le manchon préformé de l'intérieur vers l'extérieur. Ne lavez pas le manchon et n'utilisez pas de nettoyant chimique dessus. N'utilisez jamais de solvants, d'alcool ou d'essence pour le nettoyage.



**N'utilisez pas l'appareil près d'un téléphone portable ou d'un four à micro-ondes, ceci afin d'éviter des résultats imprécis dûs à une interférence électromagnétique entre les équipements électriques et électroniques.**

### 3 Conseils utiles

Voici quelques conseils utiles pour vous aider à obtenir des mesures plus précises :

- Ne mesurez pas votre tension immédiatement après avoir consommé un repas copieux. Pour obtenir des mesures plus précises, attendez une heure avant de prendre votre tension.
- Ne fumez pas et ne buvez pas avant de prendre votre tension artérielle.
- Lorsque vous prenez votre tension, vous ne devez pas être fatigué physiquement.
- Il est important que vous soyez détendu pendant la mesure. Essayez de vous reposer 15 minutes au préalable.
- Ne prenez pas votre tension si vous êtes stressé ou tendu.
- Prenez votre tension artérielle à température normale du corps. Si vous avez froid ou chaud, attendez un peu avant de prendre votre tension.
- Si le moniteur est conservé à des températures très basses (proches du gel), placez-le dans un endroit chauffé pendant au moins une heure avant de l'utiliser.
- Attendez environ 5 minutes avant la mesure suivante.

### 4 Mise au rebut de l'appareil



Au terme du cycle de vie de ce produit, ne le jetez pas avec les déchets ménagers ordinaires mais déposez-le dans un point de collecte pour le recyclage des équipements électriques et électroniques. Le symbole sur ce produit, sur le mode d'emploi et/ou la boîte vous le signale.

Certains matériaux composant le produit peuvent être réutilisés si vous les déposez dans un point de recyclage. En réutilisant certaines pièces ou matières premières de produits usagés, vous apportez une contribution importante à la protection de l'environnement. Pour toute information supplémentaire sur les points de collecte dans votre région, veuillez contacter vos autorités locales.

## 5 Tension artérielle

### 5.1 Qu'est-ce que la tension artérielle ?

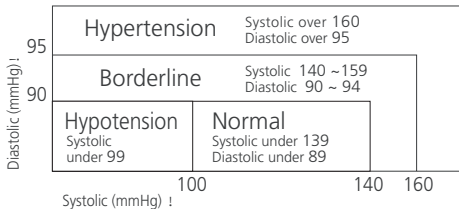
La tension artérielle est la pression exercée sur les parois artérielles lorsque le sang passe dans les artères. La tension mesurée lorsque le coeur se contracte et envoie du sang hors du coeur est dite systolique (plus élevée). La tension mesurée lorsque le coeur se dilate sous l'action du sang qui revient dans le coeur est appelée tension diastolique (plus faible).

## 5.2 Pourquoi mesurer votre tension artérielle ?

Parmi les différents problèmes de santé qui touchent les gens à l'heure actuelle, les problèmes associés à une hypertension sont de loin les plus fréquents. La corrélation dangereusement forte entre l'hypertension, d'une part, et les maladies cardiovasculaires et une mortalité élevée, d'autre part, exige de mesurer la tension artérielle afin d'identifier les personnes à risque.

## 5.3 Norme de tension artérielle

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et le National High Blood Pressure Education Program ("programme d'éducation national sur l'hypertension") ont mis au point une norme de tension artérielle déterminant les zones d'hypotension et d'hypertension. Toutefois, cette norme constitue uniquement une directive générale étant donné que la tension artérielle varie notamment d'une personne à l'autre et d'un groupe à l'autre.



Il est important que vous consultiez votre médecin régulièrement. Il vous indiquera la plage normale de votre tension ainsi que le point à partir duquel vous serez considéré comme exposé à un risque.

## 5.4 Fluctuation de la tension artérielle

La tension artérielle fluctue tout le temps !

Vous ne devez pas vous inquiéter si vous avez deux ou trois mesures élevées. La tension artérielle fluctue au cours du mois et même au cours d'une journée selon les circonstances (état d'esprit, température...).

## 6 Installation des piles

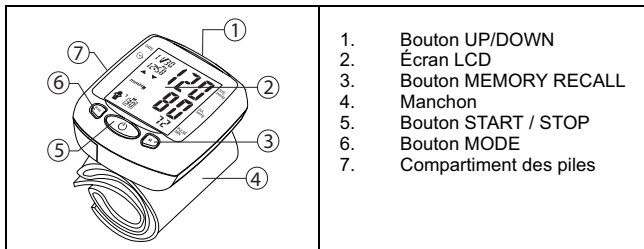


- Ouvrez le compartiment des piles en retirant le couvercle.
- Insérez 2 piles AAA non rechargeables. Respectez les polarités indiquées dans le compartiment des piles.
- Réinstallez le couvercle du compartiment des piles.

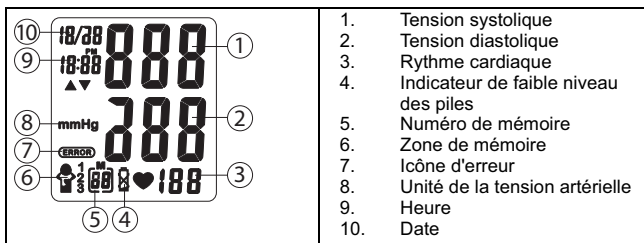


**Ne les court-circuitiez pas et ne les jetez pas dans le feu.  
Enlevez les piles si cet appareil ne doit pas être utilisé pendant un long moment.**

## 7 Boutons

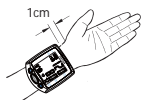


## 8 Écran



## 9 Mise en place du manchon

1. Avant de placer l'appareil, enlevez tous les bijoux, montres, etc. Relevez les manches. Pour garantir des mesures correctes, le manchon doit être enroulé sur la peau nue. Appliquez le manchon sur le poignet gauche, la paume vers le haut.
2. Assurez-vous que le bord du manchon se trouve à environ 1 cm de la paume pour garantir des mesures précises.
3. Fixez la bande velcro autour de votre poignet de façon à ce qu'il n'y ait pas d'espace libre entre le manchon et le poignet. Si le manchon n'est pas assez serré, les valeurs mesurées peuvent être faussées.
4. Si votre médecin a constaté une mauvaise circulation dans votre bras gauche, placez le manchon autour de votre poignet droit.



## 10 Position de mesure

1. Détendez tout votre corps, en particulier la zone entre votre coude et vos doigts. Placez votre coude sur une table afin que le manchon soit au même niveau que votre cœur.



**Votre cœur est situé légèrement en dessous de votre aisselle.**

2. Si le manchon n'est pas au même niveau que votre cœur ou si vous ne pouvez pas garder votre bras parfaitement immobile pendant toute la prise de tension, utilisez un objet doux, par exemple une serviette en éponge pliée, pour soutenir votre bras.
3. Tournez votre paume vers le haut. Asseyez-vous droit sur une chaise et respirez profondément 5 à 6 fois. Évitez de vous pencher vers l'arrière pendant que vous prenez votre tension.



## 11 Mesure

### 11.1 Important

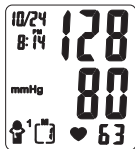
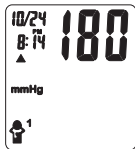
1. Ce moniteur s'éteint automatiquement 1 minute après que vous avez appuyé pour la dernière fois sur un bouton.
2. Pour interrompre une mesure, il vous suffit d'appuyer sur n'importe quel bouton. Le manchon se dégonfle dès que vous appuyez sur un bouton.
3. Pendant la prise de tension, ne parlez pas et ne bougez pas votre bras ni les muscles de votre main.
4. Le résultat sera enregistré automatiquement dans la zone de mémoire sélectionnée. Sélectionnez la zone de mémoire de votre choix avant la mesure (voir § 12).

## 12 Procédure

1. Appuyez sur le bouton START/STOP pour activer l'écran.
2. Appuyez sur le bouton UP ou DOWN pour sélectionner la zone de mémoire désirée.
3. Appuyez sur le bouton START/STOP pour commencer la prise de tension. Le manchon se gonfle de manière appropriée pour vous.
4. Lorsque le niveau correct est atteint, le manchon se dégonfle.

**Ce moniteur regonfle automatiquement le manchon jusqu'à 220 mmHg environ si le système détecte que votre organisme a besoin d'une pression supérieure afin de mesurer votre tension artérielle.**

5. Lorsque la mesure est terminée, la tension systolique, la tension diastolique et le rythme cardiaque s'affichent simultanément à l'écran LCD.
6. Lorsqu'une erreur est détectée pendant la prise de tension, l'icône d'erreur **ERROR** apparaît à l'écran.





## 13 Mémoire

Le BPM 5331 possède 3 zones de mémoire. Chacune peut enregistrer jusqu'à 30 mesures, y compris la date et l'heure.

Le résultat sera enregistré automatiquement après la mesure dans la zone de mémoire sélectionnée.

Pour rappeler les résultats des mesures :

- Appuyez sur le bouton START/STOP pour activer l'écran.
- Appuyez sur le bouton UP or DOWN pour sélectionner la zone de mémoire désirée.
- Appuyez sur le bouton MEMORY CALL pour voir la moyenne de tous les résultats de mesure.
- Appuyez sur le bouton UP plusieurs fois pour voir les résultats de mesure enregistrés précédemment.
- Pour cesser de lire les données, appuyez sur le bouton START/STOP afin de revenir à l'affichage normal de l'heure.

Pour effacer toutes les données d'une zone de mémoire :

- Appuyez sur le bouton START/STOP pour activer l'écran.
- Appuyez sur le bouton UP ou DOWN pour sélectionner la zone de mémoire désirée.
- Appuyez sur le bouton MEMORY CALL pour voir la moyenne de tous les résultats de mesure.
- Appuyez sur le bouton MODE et le bouton DOWN simultanément pour effacer toutes les données de la zone mémoire sélectionnée.



## 14 Réglage de la date et de l'heure


Pour régler la date et l'heure :

- Appuyez sur le bouton START/STOP pour activer l'écran.
- Appuyez sur le bouton MODE. Le mois clignote à l'écran.
- Appuyez sur le bouton UP ou DOWN plusieurs fois pour changer le mois.
- Appuyez sur le bouton MODE pour confirmer le mois. Le jour clignote à l'écran.
- Réglez le jour, l'heure et les minutes de la même façon, à l'aide du bouton UP ou DOWN pour modifier et du bouton MODE pour confirmer chaque réglage.

Une fois que vous avez réglé les minutes, l'appareil est prêt à être utilisé.



## 15 Caractéristiques techN:

Alimentation	3V DC : deux batteries LR03 (AAA) non rechargeables.
Méthode de mesure	Oscillométrique
Zone de mesure	Tension : 0 ~ 300 mmHg Rythme cardiaque : 40 ~199 bpm
Précision	Tension : $\pm 3$ mmHg Rythme cardiaque : $\pm 5\%$ des mesures
Capteur de tension	Semi-conducteur
Gonflement	Actionné par pompe
Dégonflement	Soupape automatique d'évacuation de la pression
Capacité de la mémoire	3 zones pour chacune des 30 mémoires
Fermeture automatique	1 minute après la dernière pression sur un bouton
Conditions de fonctionnement	+10°C ~ + 40°C < 85% HR
Conditions de stockage	-20°C ~ +70°C < 85% HR
Poids	120 g (sans les batteries)
Circonférence du poignet	135 ~ 195 mm
Patient limité	Plus de 18 ans
Dimensions	74(L) x 84(l) x 32(H) mm
K.B.	Opération brève 2 minutes
Classification 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentation interne</li> <li>• Classification de type BF (partie appliquée)</li> <li>• IPX0</li> <li>• Ne pas utiliser en présence d'un mélange anesthésique inflammable contenant de l'air ou de l'oxygène ou de l'oxyde azoté.</li> <li>• Fonctionnement continu avec charge brève</li> </ul>

\*Les caractéristiques techniques sont sujettes à modification sans notification préalable.

La conformité de l'appareil avec les exigences fondamentales de la directive européenne 93/42/EEC, relative aux terminaux, est confirmée par le label CE

## **16 Garantie Topcom**

### **16.1 Période de garantie**

Les appareils de Topcom jouissent d'une période de garantie de 24 mois. La période de garantie commence le jour d'achat du nouvel appareil. Les accessoires et les défauts qui ont un effet négligeable sur le fonctionnement de l'appareil ne sont pas couverts.

La garantie doit être prouvée par la présentation du ticket original d'achat sur lequel sont mentionnés la date de l'achat et le modèle de l'appareil.

### **16.2 Traitement de la garantie**

Tout appareil défectueux doit être retourné à un centre de service après-vente Topcom accompagné d'un ticket d'achat valable. Si l'appareil tombe en panne pendant la période de garantie, Topcom ou son centre de service après-vente officiel réparera gratuitement toute panne due à un défaut de matériel ou de fabrication. Topcom assurera, à sa propre discrétion, ses obligations en matière de garantie en réparant ou en remplaçant les appareils ou les pièces défectueux. En cas de remplacement, la couleur et le modèle peuvent être différents de ceux de l'appareil acheté initialement.

La date d'achat initiale détermine le début de la période de garantie. La période de garantie n'est pas prolongée si l'appareil est remplacé ou réparé par Topcom ou par l'un de ses centres de service après-vente officiels.

### **16.3 Exclusions de garantie**

Les dommages et les pannes causés par un mauvais traitement ou une utilisation incorrecte et les dommages qui résultent de l'utilisation de pièces et d'accessoires non recommandés par Topcom ne sont pas couverts par la garantie. La garantie ne couvre pas les dommages causés par des facteurs extérieurs tels que la foudre, l'eau et le feu ni les dommages provoqués par le transport. Aucune garantie ne peut être invoquée si le numéro de série sur les appareils a été modifié, enlevé ou rendu illisible.

# 1 Einleitung

Wir gratulieren Ihnen zum Kauf des Topcom BPM Wrist 5331. Dieses vollautomatische Blutdruckmessgerät zur Befestigung am Handgelenk ist sowohl einfach zu verwenden als auch ideal geeignet für tägliche Messungen. Das große Display zeigt nach Abschluss jeder Messung deutlich sichtbar systolische und diastolische Werte und den Puls an. Darüber hinaus können Sie bis zu 30 Messungen pro Speicherzone speichern. Dies ist besonders ideal für Benutzer, die ihren Blutdruck regelmäßig messen und vergleichen möchten. Das BPM Wrist 5331 ist ein kompaktes und tragbares Gerät, das Sie sowohl zu Hause als auch unterwegs benutzen können.



**Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät benutzen. Für spezielle Informationen zu Ihrem Blutdruck wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt. Bewahren Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig auf, damit Sie sie später nochmals einsehen können.**

## 2 Sicherheitshinweise

1. Dieses Produkt ist nur zur privaten Verwendung bestimmt. Es ist kein Ersatz für einen Besuch bei Ihrem Arzt.
2. Das Gerät ist nicht geeignet für Benutzer, bei denen allgemeine Arrhythmie (Störung der Herzschlagfolge, Vorhof- oder Kammerflimmern), Diabetes, schlechte Blutzirkulation oder Nierenprobleme festgestellt wurden oder für Benutzer, die einen Schlaganfall hatten oder bewusstlos sind. Wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihren Arzt.
3. Um gefährliche Situationen zu vermeiden, darf das Gerät nicht von Kindern verwendet werden.
4. Das Gerät enthält hochpräzise Bestandteile. Vermeiden Sie daher extreme Temperaturen, Feuchtigkeit und direkte Sonneneinstrahlung. Lassen Sie das Gerät nicht herunterfallen, vermeiden Sie harte Stöße gegen das Hauptgerät und schützen Sie das Gerät vor Staub.
5. Leckende Batterien können das Gerät beschädigen. Entfernen Sie die Batterien, wenn das Gerät längere Zeit nicht verwendet wird.
6. Drücken Sie nicht die START-Taste, wenn die Manschette nicht am Handgelenk befestigt ist.
7. Demontieren Sie nicht das Hauptgerät oder die Manschette.
8. Wenn das Gerät an einem kaltem Ort gelagert wird, sollten Sie es vor der Verwendung bei Zimmertemperatur akklimatisieren lassen.
9. Reinigen Sie das Blutdruckmessgerät und die Manschette vorsichtig mit einem feuchten, weichen Tuch. Nicht drücken. Biegen Sie die vorgeformte Manschette nicht nach außen. Die Manschette darf nicht gewaschen oder mit chemischen Reinigungsmitteln behandelt werden. Verwenden Sie niemals Verdünnung, Alkohol oder Benzin als Reinigungsmittel.



Um ungenaue Ergebnisse verursacht durch elektromagnetische Störungen zwischen elektrischen und elektronischen Geräten zu vermeiden, dieses Gerät nicht in der Nähe eines Mobiltelefons oder einer Mikrowelle verwenden.

### 3 Nützliche Hinweise

Nachfolgend finden Sie einige nützliche Hinweise für noch genauere Messwerte:

- Messen Sie Ihren Blutdruck nicht sofort, nachdem Sie eine große Mahlzeit zu sich genommen haben. Um genauere Messwerte zu erzielen, sollten Sie mit dem Messen eine Stunde warten.
- Rauchen Sie nicht und trinken Sie keinen Alkohol, bevor Sie Ihren Blutdruck messen.
- Sie sollten nicht ermüdet oder entkräftet sein, wenn Sie eine Messung vornehmen.
- Es ist wichtig, dass Sie sich beim Messen entspannen. Versuchen Sie, 15 Minuten vor der Messung zu ruhen.
- Messen Sie Ihren Blutdruck nicht, wenn Sie unter Stress oder Druck stehen.
- Messen Sie Ihren Blutdruck bei normaler Körpertemperatur. Wenn Ihnen kalt oder warm ist, sollten Sie eine Weile warten, bevor Sie die Messung vornehmen.
- Wenn das Gerät bei sehr niedrigen Temperaturen (nahe dem Gefrierpunkt) gelagert wird, lassen Sie es eine Stunde an einem warmen Ort akklimatisieren, bevor Sie es verwenden.
- Warten Sie ca. 5 Minuten, bevor Sie die nächste Blutdruckmessung vornehmen.

### 4 Entsorgung des Geräts



Am Ende der Lebensdauer des Produkts darf das Gerät nicht im normalen Hausmüll entsorgt werden. Bringen Sie es zu einer Sammelstelle zur Aufbereitung elektrischer und elektronischer Geräte. Das Symbol am Produkt, in der Bedienungsanleitung und/oder Verpackung zeigt dies an.

Einige der Materialien des Produkts können wiederverwendet werden, wenn Sie das Gerät in einer Aufbereitungsstelle abgeben. Mit der Wiederverwertung einiger Teile oder Rohmaterialien aus gebrauchten Produkten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz. Wenden Sie sich bitte an Ihre örtlichen Behörden, wenn Sie weitere Informationen über Sammelstellen in Ihrer Umgebung benötigen.

### 5 Blutdruck

#### 5.1 Was ist der Blutdruck?

Der Blutdruck ist der auf die Arterie ausgeübte Druck, wenn Blut durch die Arterien fließt. Der Druck, der gemessen wird, wenn das Herz sich zusammenzieht und Blut aus dem Herz pumpt, ist systolisch (am höchsten). Der Druck, der gemessen wird, wenn sich das Herz wieder mit zurückfließendem Blut füllt, wird diastolischer (niedrigster) Blutdruck genannt.



## 6 Einlegen der Batterien

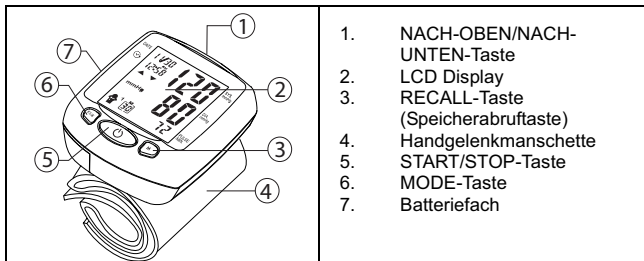


- Öffnen Sie das Batteriefach, indem Sie die Abdeckung abschieben.
- Legen Sie 2 nicht aufladbare AAA-Batterien ein. Achten Sie dabei auf die im Batteriefach angegebene Polarität.
- Setzen Sie die Batterieabdeckung wieder ein.

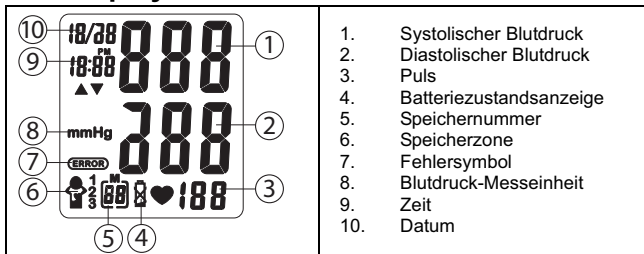


**Schließen Sie die Batterien nicht kurz und verbrennen Sie sie nicht. Entfernen Sie die Batterien, wenn das Gerät längere Zeit nicht verwendet wird.**

## 7 Tasten

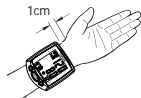


## 8 Display



## 9 Anlegen der Manschette

- Entfernen Sie Uhren, Schmuck usw., bevor Sie die Manschette anlegen. Krempeln Sie die Ärmel Ihrer Kleidung nach oben. Die Manschette muss auf der nackten Haut angelegt werden, um korrekte Messungen zu gewährleisten. Legen Sie die Manschette am linken Handgelenk mit der Handfläche nach oben an.
- Achten Sie darauf, dass der Rand der Manschette etwa 1 cm von der Handfläche entfernt angelegt wurde, um korrekte Messungen zu gewährleisten.
- Befestigen Sie den Klettverschluss fest um Ihr Handgelenk, sodass zwischen Handgelenk und Manschette kein Freiraum entsteht. Liegt die Manschette nicht eng genug an, können die Messwerte verfälscht werden.
- Wenn Ihr Arzt bei Ihnen eine schlechte Durchblutung des linken Arms festgestellt hat, legen Sie die Manschette um Ihr rechtes Handgelenk an.



## 10 Haltung beim Messen

- Entspannen Sie Ihren ganzen Körper, besonders den Bereich zwischen Ellenbogen und Fingern. Legen Sie Ihren Ellenbogen so auf einen Tisch, dass sich die Manschette auf gleicher Höhe mit Ihrem Herzen befindet.



### Ihr Herz befindet sich etwas tiefer als Ihre Achselhöhle.

- Wenn sich die Manschette nicht auf gleicher Höhe mit Ihrem Herzen befindet oder wenn Sie während der Messung Ihren Arm nicht still halten können, legen Sie einen weichen Gegenstand, z. B. ein zusammengefaltetes Handtuch zur Stützung des Arms unter.
- Halten Sie Ihre Handfläche nach oben. Setzen Sie sich aufrecht hin und atmen Sie 5-6 Mal tief ein und aus. Lehnen Sie sich während der Messung nicht zurück.





## 11 Messung


### 11.1 Wichtig

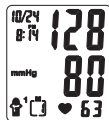
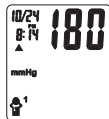
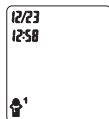
1. Dieses Gerät schaltet sich automatisch 1 Minute nach der letzten Tastenbedienung ab.
2. Um die Messung zu unterbrechen, drücken Sie eine beliebige Taste. Die Manschette entleert sich sofort, nachdem eine Taste gedrückt wurde.
3. Sprechen Sie nicht während der Messung und bewegen Sie nicht Ihre Arm- oder Handmuskeln.
4. Das Ergebnis wird automatisch in der ausgewählten Speicherzone gespeichert. Wählen Sie die gewünschte Speicherzone vor dem Messen (siehe §12).

## 12 Verfahren

1. Drücken Sie die START/STOP-Taste, um das Display zu aktivieren.
2. Drücken Sie die NACH-OBEN- oder NACH-UNTEN-Taste, um die gewünschte Speicherzone auszuwählen.
3. Drücken Sie die START/STOP-Taste, um die Messung zu starten. Die Manschette wird auf das für Sie richtige Maß aufgepumpt.
4. Ist der richtige Druck erreicht, beginnt die Manschette damit, sich zu entleeren.

**Das Gerät pumpt automatisch auf ungefähr 220mmHg weiter, wenn das System feststellt, dass mehr Druck notwendig ist, um Ihren Blutdruck zu messen.**

5. Wenn die Messung abgeschlossen ist, werden der systolische und der diastolische Wert sowie der Puls gleichzeitig im LCD-Display angezeigt.
6. Wenn während der Messung ein Fehler festgestellt wurde, erscheint das Error-Symbol  im Display.



## 13 Speicher

Das BPM 5331 hat drei Speicherzonen. Jede kann bis zu 30 Messungen einschließlich Datum und Uhrzeit speichern. Das Ergebnis wird automatisch in der ausgewählten Speicherzone gespeichert.

Um die Messwerte wieder aufzurufen:

- Drücken Sie die START/STOP-Taste, um das Display zu aktivieren.
- Drücken Sie die NACH-OBEN- oder NACH-UNTEN-Taste, um die gewünschte Speicherzone auszuwählen.
- Drücken Sie die SPEICHERRUF-Taste, um den Durchschnitt aller Messergebnisse anzuzeigen.
- Drücken Sie wiederholt die NACH-OBEN-Taste, um die vorher gespeicherten Messergebnisse anzuzeigen.
- Um das Abrufen der Daten zu beenden, schalten Sie mit der START/STOP-Taste zur normalen Zeit zurück.



Um alle Daten einer Speicherzone zu löschen:

- Drücken Sie die START/STOP-Taste, um das Display zu aktivieren.
- Drücken Sie die NACH-OBEN- oder NACH-UNTEN-Taste, um die gewünschte Speicherzone auszuwählen.
- Drücken Sie die SPEICHERRUF-Taste, um den Durchschnitt aller Messergebnisse anzuzeigen.
- Drücken Sie die MODE- und die NACH-UNTEN-Taste gleichzeitig, um alle Daten der selektierten Speicherzone zu löschen.



## 14 Einstellen von Datum und Uhrzeit


Um Datum und Uhrzeit einzustellen:

- Drücken Sie die START/STOP-Taste, um das Display zu aktivieren.
- Drücken Sie die MODE-Taste. Der Monat blinkt im Display.
- Drücken Sie die Nach-oben-/ Nach-unten-Taste mehrmals, um den Monat einzustellen.
- Drücken Sie die MODE-Taste, um den Monat zu bestätigen. Der Tag blinkt im Display.
- Stellen Sie Tag, Stunden und Minuten wie oben beschrieben ein, indem Sie mit der Nach-oben-/ Nach-unten-Taste die Einstellung ändern und sie mit der MODE-Taste bestätigen.



Nach Einstellen der Minuten ist das Gerät wieder betriebsbereit.

## 15 Technische Eigenschaften

Stromzufuhr	3V DC: Zwei nicht aufladbare LR03 (AAA) Batterien
Messmethode	Oszillometrisch
Messbereich	Blutdruck: 0 ~ 300 mmHg Puls: 40 ~ 199 Schläge/Minute
Genauigkeit	Blutdruck: $\pm 3$ mmHg Puls: innerhalb 5 % des abgelesenen Messwerts
Drucksensor	Halbleiter
Aufpumpen	Mit Pumpe angetrieben
Ablassen	Automatisches Druckfreigabeventil
Speicherkapazität	3 Speicherplätze mit jeweils 30 Speichern
Selbstabschaltung	1 Minute nach der letzten Tastenbedienung
Betriebsumgebung	+10 °C ~ + 40 °C < 85 % RH
Lagerumgebung	-20 °C ~ +70 °C < 85 % RH
Gewicht	120 g (ohne Batterien)
Umfang Handgelenk	135 ~ 195 mm
Altersbeschränkung	Über 18 Jahre
Abmessungen	74(L) x 84(B) x 32(H) mm
K.B.	Kurzzeitbetrieb 2 Minuten
Klassifikation 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intern angetriebene Geräte</li> <li>• Klassifikation des Typs BF (angewandtes Teil)</li> <li>• IPX0</li> <li>• Nicht geeignet zur Verwendung im Bereich entflammbarer Narkosemittel mit Luft, Sauerstoff oder Stickoxid</li> <li>• Kontinuierlicher Betrieb mit kurzer Ladezeit</li> </ul>

\*Die technischen Angaben können jederzeit ohne Mitteilung geändert werden.

Die Übereinstimmung des Gerätes mit den grundlegenden Anforderungen der Direktive 93/42/EEC ist durch das CE-Kennzeichen bestätigt.

## **16 Topcom Garantie**

### **16.1 Garantiezeit**

Topcom Geräte haben eine 24-monatige Garantiezeit. Die Garantiezeit beginnt an dem Tag, an dem das neue Gerät erworben wurde. Verschleißteile oder Mängel, die den Wert oder die Gebrauchstauglichkeit des Geräts nur unerheblich beeinflussen, sind von der Garantie ausgeschlossen.

Der Garantieanspruch muss durch den Originalkaufbeleg, auf dem das Kaufdatum und das Gerätemodell ersichtlich sind, nachgewiesen werden.

### **16.2 Abwicklung des Garantiefalls**

Senden Sie das fehlerhafte Gerät mit dem gültigen Kaufbeleg an ein Topcom Service-Zentrum. Tritt ein Gerätefehler innerhalb der Garantiezeit auf, übernimmt Topcom oder ein autorisiertes Service-Zentrum unentgeltlich die Reparatur jedes durch einen Material- oder Herstellungsfehler aufgetretenen Defekts.

Topcom wird nach eigenem Ermessen die Garantieansprüche mittels Reparatur oder Austausch des fehlerhaften Geräts oder von Teilen des fehlerhaften Geräts erfüllen. Bei einem Austausch können die Farbe und das Modell vom eigentlich erworbenen Gerät abweichen.

Das ursprüngliche Kaufdatum bestimmt den Beginn der Garantiezeit. Die Garantiezeit verlängert sich nicht, wenn das Gerät von Topcom oder einem seiner autorisierten Service-Zentren ausgetauscht oder repariert wird.

### **16.3 Garantieausschlüsse**

Schäden oder Mängel, die durch unsachgemäße Handhabung oder unsachgemäßen Betrieb verursacht werden, sowie Defekte, die durch die Verwendung von Nicht-Originalteilen oder die Verwendung von nicht von Topcom empfohlenem Zubehör entstehen, werden nicht von der Garantie abgedeckt.

Die Garantie deckt keine Schäden ab, die durch äußere Einflüsse entstanden sind, wie z. B. Blitzeinschlag, Wasser, Brände oder auch jegliche Transportschäden.

Wenn die Seriennummer des Geräts verändert, entfernt oder unleserlich gemacht wurde, kann keine Garantie in Anspruch genommen werden.

# 1 Inledning

Gratulerar till köpet av Topcom BPM Wrist 5331. Denna helautomatiska blodtrycksmätare för handleden är både enkel att använda och perfekt lämpad för dagliga mätningar. Det stora teckenfönstret visar systoliskt tryck, diastoliskt tryck och puls, med tydliga värden i slutet av varje mätning.

Dessutom går det att lagra upp till 30 mätningar per minneszon, vilket är praktiskt för den som vill mäta och följa upp blodtrycket regelbundet. BPM wrist 5331 är kompakt och portabel och därför idealisk för användning både hemma och på resan.



**Läs denna bruksanvisning noga innan du använder apparaten För specifik information om ditt blodtryck ska du kontakta din läkare. Förvara bruksanvisningen på säker plats för framtida användning.**

## 2 Säkerhetsanvisningar

1. Produkten är endast till för hemanvändning. Den är inte avsedd att användas istället för läkarkonsultation.
2. Produkten lämpar sig eventuellt inte för användare med diagnosticerad arytm (förmaks- eller kammararytm eller förmaksflimmer), diabetes, dålig blodcirkulation eller njurproblem, eller för personer som drabbats av stroke eller medvetlösa personer. Konsultera läkare om du är tveksam.
3. För att undvika risksituationer får produkten inte användas av barn.
4. Produkten innehåller högprecisionsenheter. Undvik därför att utsätta den för extrema temperaturer, hög luftfuktighet och direkt solljus. Tappa inte huvudenheten, och utsätt den inte för hårda stötar eller damm.
5. Läckande batterier kan skada enheten. Ta ut batterierna när produkten inte används under en längre tid.
6. Tryck inte på START-knappen när manschetten inte är placerad runt handleden.
7. Ta inte isär huvudenheten eller manschetten.
8. Om enheten förvaras på en kall plats bör du låta den acklimatiseras i rumstemperatur före användning.
9. Rengör blodtrycksmätaren och manschetten försiktigt med en lätt fuktad, mjuk duk. Tryck inte. Vänd inte den förformade manschetten ut och in. Tvätta inte manschetten och rengör den inte med kemiskt rengöringsmedel. Använd aldrig thinner, alkohol eller bensin som rengöringsmedel.



**Använd inte apparaten nära en mobiltelefon eller mikrovågsugn, eftersom det kan göra att resultaten blir felaktiga på grund av elektromagnetiska störningar mellan elektriska och elektroniska apparater.**

## 3 Praktiska tips

Här följer några praktiska tips för korrekta resultat:

- Mät inte blodtrycket direkt efter en större måltid. För att få korrekta resultat bör du vänta en timme före mätning.
- Rök inte och drick inte alkohol innan du mäter blodtrycket.
- Du bör inte vara fysiskt ansträngd eller utmattad vid mätning.
- Det är viktigt att du är avslappnad vid mätningen. Försök vila i 15 minuter före en mätning.
- Utför inte mätningen när du är stressad eller spänd.
- Mät blodtrycket vid normal kroppstemperatur. Vänta en stund med att utföra mätningen om du känner dig varm eller kall.
- Placera mätaren på en varm plats i minst en timme innan du använder den om mätaren förvaras i mycket låg temperatur (nära nollgradigt).
- Vänta cirka 5 minuter mellan två blodtrycksmätningar.

## 4 Avyttring av enheten



När produkten upphör att fungera ska du inte kasta den tillsammans med det normala hushållsavfallet utan lämna in den till en återvinningsstation för elektrisk och elektronisk utrustning. Symbolen på produkten, bruksanvisningen och/eller lådan anger detta.

En del av produktmaterialet kan återanvändas om du lämnar in det till en återvinningsstation. Genom att återanvända vissa delar eller råmaterial från använda produkter bidrar du till att skydda miljön. Kontakta de lokala myndigheterna om du behöver mer information om återvinningsstationer i ditt område.

## 5 Blodtryck

### 5.1 Vad är blodtryck?

Blodtrycket är det tryck som utövas på blodkärlen när blodet transporteras igenom dem. Trycket som mäts när hjärtat drar ihop sig och pumpar blod ut ur hjärtat är det systoliska (högsta). Trycket som mäts när hjärtat utvidgas med blod som återvänder till hjärtat kallas diastoliskt blodtryck (det lägsta).

### 5.2 Varför mäta blodtrycket?

Bland de hälsoproblem som drabbar den moderna människan är problem i samband med högt blodtryck de allra vanligaste. På grund av det farliga och starka sambandet mellan högt blodtryck, hjärt-kärlsjukdomar och hög dödlighet har det blivit nödvändigt att mäta blodtrycket för att identifiera personer i riskzonen.

## 5.3 Blodtrycksstandard

Världshälsoorganisationen (WHO) och National High Blood Pressure Education Program har utvecklat en blodtrycksstandard enligt vilken områdena för låg- och högriskblodtryck identifieras. Denna standard är emellertid en allmän riktlinje då individuella blodtryck varierar hos olika människor och olika grupper... m.m.

Diastoliskt (mmHg) !	95	Högt blodtryck	Systoliskt över 160 Diastoliskt över 95
	90	Mindre avvikelse från normalvärde	Systoliskt 140 - 159 Diastoliskt 90 - 94
		Lågt blodtryck	Normalt
		Systoliskt under 99	Systoliskt under 139 Diastoliskt under 89
		100	140 160
		Systoliskt (mmHg) !	

Det är viktigt att du regelbundet rådgör med din läkare. Din läkare kan informera dig om dina normala blodtrycksvärden och om vid vilken punkt du kan anses vara i riskzonen.

## 5.4 Variationer i blodtrycket

Blodtrycket varierar hela tiden!

Var inte orolig om du får två eller tre mätningar med höga nivåer. Blodtrycket varierar under månadens gång och även under ett dygn beroende på omständigheterna (sinnestillstånd, temperatur, ...).

## 6 Installation av batterier

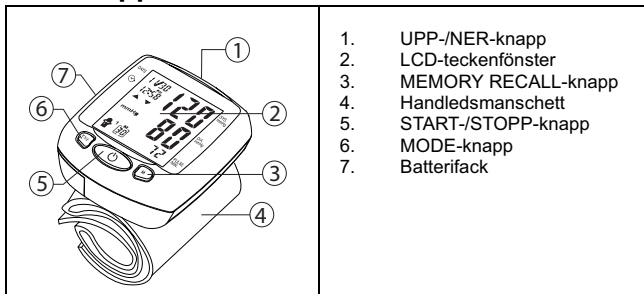


- Öppna batterifacket genom att ta bort luckan.
- Sätt in 2 icke uppladdningsbara AAA-batterier. Vänd polerna så som visas i batterifacket.
- Sätt tillbaka batteriskyddet.



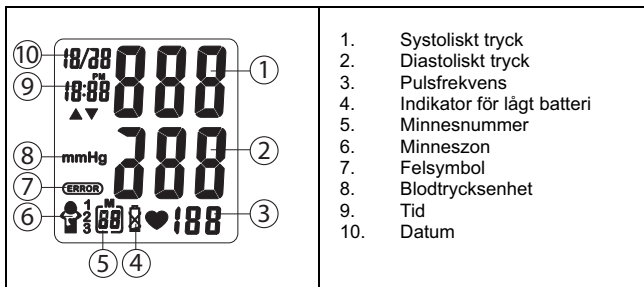
**Batterierna får inte kortslutas eller eldas upp. Ta ut batterierna om produkten inte ska användas under en längre tid.**

## 7 Knappar



1. UPP-/NER-knapp
2. LCD-teckenfönster
3. MEMORY RECALL-knapp
4. Handledsmanschett
5. START-/STOPP-knapp
6. MODE-knapp
7. Batterifack

## 8 Teckenfönster

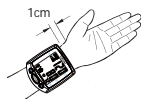


1. Systoliskt tryck
2. Diastoliskt tryck
3. Pulsfrekvens
4. Indikator för lågt batteri
5. Minnesnummer
6. Minneszon
7. Felsymbol
8. Blodtrycksenhet
9. Tid
10. Datum



## 9 Placering av manschetten

1. Ta av klockor, smycken och liknande innan du tar på dig handledsmätaren. Ärmar måste vara upprullade och manschetten placeras på bar hud för korrekt mätning. Vänd handflatan uppåt och placera manschetten runt vänster handled.
2. Manschettens kant ska vara ca 1 cm från handflatan. På så sätt får du korrekta mätresultat.
3. Dra åt kardborrbandet runt handleden så att det inte finns något utrymme mellan manschetten och handleden. Värdena blir felaktiga om inte manschetten sitter tillräckligt hårt.
4. Placera manschetten runt höger handled om läkare har konstaterat att du har dålig blodcirkulation i vänster arm.



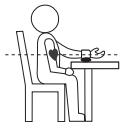
## 10 Sittställning vid mätning

1. Slappna av i hela kroppen, i synnerhet mellan armbågen och fingrarna. Sätt armbågen på ett bord så att manschetten är höjd med hjärtat.



**Hjärtat sitter en aning lägre än armhålan.**

2. Du kan använda ett mjukt föremål, t.ex. en hopvikt handduk som stöd, om manschetten inte är i höjd med hjärtat eller om du inte kan hålla armen helt stilla under mätningen.
3. Vänd handflatan uppåt. Sitt upprätt på en stol, och ta 5-6 djupa andetag. Luta dig inte bakåt under mätningen.



## 11 Mätning

### 11.1 Viktigt

1. Denna mätare stängs automatiskt av 1 minut efter den senaste knapptryckningen.
2. Tryck på valfri knapp om du vill avbryta mätningen. Luften släpps ut ur manschetten omedelbart efter en knapptryckning.
3. Tala inte eller rör på muskler i armar och händer under mätningen.
4. Resultatet sparas automatiskt i den valda minneszonen. Välj önskad minneszon före mätningen (se §12).

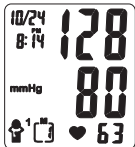
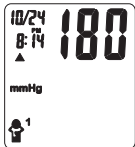


## 12 Utför mätningen

1. Tryck på knappen START/STOPP-knappen för att aktivera displayen.
2. Tryck på UPP-/NER-knappen för att välja önskad minneszon.
3. Tryck på START/STOPP-knappen för att påbörja mätningen. Manschetten fylls med luft till den nivå som är riktig för dig.
4. Luften släpps ut ur manschetten när rätt nivå har uppnåtts.

Mätaren fylls automatiskt med luft igen till ca 220 mmHg om systemet avkänner att det behövs mer tryck för att mäta ditt blodtryck.

5. När mätningen är avslutad visas systoliskt och diastoliskt tryck samt puls samtidigt på LCD-skärmen.
6. Om ett misstag upptäcktes under mätningen visas felsymbolen **ERROR** i teckenfönstret



## 13 Minne

BPM 5331 har 3 minneszoner. Varje zon kan spara upp till 30 mätningar inklusive datum och tid.

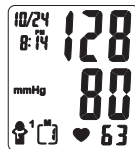
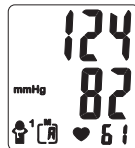
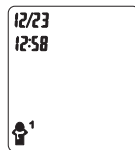
Resultatet sparas automatiskt i den valda minneszonen efter mätningen.

För att hämta mätresultaten:

- Tryck på knappen START/STOPP-knappen för att aktivera displayen.
- Tryck på UPP-/NER-knappen för att välja önskad minneszon.
- Tryck på knappen MINNESUPPRINGNING för att visa mätresultatets mätvärde.
- Tryck på UPP-knappen upprepade gånger för att visa sparade mätresultat.
- Om du vill sluta visa data trycker du på START/STOPP-knappen för att återgå till normaltid.

Så här raderar du alla data från en minneszon:

- Tryck på knappen START/STOPP-knappen för att aktivera displayen.
- Tryck på UPP-/NER-knappen för att välja önskad minneszon.
- Tryck på knappen MINNESUPPRINGNING för att visa mätresultatets mätvärde.
- Tryck på MODE och NER samtidigt för att radera all data från den valda minneszonen.

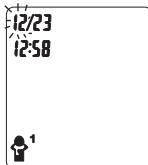
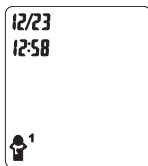


## 14 Ställa in datum och tid


Så här ställer du in datum och tid:

- Tryck på knappen START/STOPP-knappen för att aktivera displayen.
- Tryck på MODE-knappen så blinkar månaden i teckenfönstret.
- Tryck på Upp-/Ner-knappen upprepade gånger för att ändra månad.
- Tryck på MODE-knappen för att bekräfta valet av månad. Dagen blinkar nu i teckenfönstret.
- Ändra datum, timme och minuter enligt beskrivningen ovan. Använd Upp-/Ner-knappen för att ändra och MODE-knappen för att bekräfta varje inställning.

Mätaren är klar att användas när du har ställt in minuterna.



## 15 Tekniska specifikationer

Strömkälla	3V DC: Två LR03 (AAA) icke-uppladdningsbara batterier
Mätmetod	Oscillometrisk
Mätområde	Tryck: 0 ~ 300 mmHg Puls: 40 ~ 199 slag/minut
Noggrannhet	Tryck: $\pm 3$ mmHg Puls: inom $\pm 5\%$ av uppmätt värde
Tryckgivare	Halvledare
Lufftfillning	Pump
Lufttömning	Automatisk tryckutlösning
Minneskapacitet	3 minneszoner för varje 30 minnen
Automatisk avståing	1 minut efter senaste knapptryckning
Användningsmiljö	+10 °C ~ +40 °C < 85 % relativ luftfuktighet
Förvaringsmiljö	-20 °C ~ +70 °C < 85 % relativ luftfuktighet
Vikt	120 g (utan batterier)
Handledsomkrets	135 ~ 195 mm
Endast för patient	Över 18 år
Mått	74(L) x 84(B) x 32(H) mm
K.B.	Korttidsdrift 2 minuter
Klassificering 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utrustning med intern strömförsörjning</li> <li>• Klassificeras som typ BF</li> <li>• IPX0</li> <li>• Bör inte användas i närheten av lättantändliga bedövningsmedel med luft eller med syre eller lustgas</li> <li>• Kontinuerlig drift med korttidsladdning</li> </ul>

\*Specifikationerna kan ändras utan föregående meddelande.

**CE-märket bekräftar att apparaten uppfyller de grundläggande kraven i 93/42/EEC direktivet.**

## 16 Topcoms garanti

### 16.1 Garantiperiod

Topcoms produkter har 24 månaders garanti. Garantiperioden startar det datum då den nya produkten inhandlas. Förbrukningsvaror eller defekter som har obetydlig inverkan på utrustningens funktion eller värde omfattas inte av garantin. Garantianspråk kräver uppvisande av inköpskvitto i original, där inköpsdatum och produktmodell ska framgå.

### 16.2 Garantiåtagande

En felaktig produkt måste returneras till ett av Topcoms servicecenter tillsammans med ett giltigt inköpskvitto. Om ett fel uppstår på produkten under garantiperioden reparerar Topcom eller dess officiellt förordnade servicecenter utan kostnad alla defekter som orsakats av material- eller tillverkningsfel.

Topcom uppfyller efter eget gottfinnande sina garantiåtaganden genom att antingen reparera eller byta ut den felaktiga produkten eller delar av den felaktiga produkten. Vid utbyte kan färg och modell skilja sig från den ursprungligen inköpta produkten. Garantiperioden inleds vid det ursprungliga inköpsdatumet. Garantiperioden förlängs inte om produkten byts ut eller repareras av Topcom eller dess förordnade servicecentra.

### 16.3 Garantiundantag

Skador eller defekter orsakade av felaktig hantering eller användning och skador till följd av användning av icke-originaldelar eller tillbehör som inte rekommenderats av Topcom omfattas inte av garantin.

Garantin omfattar inte skador orsakade av yttre faktorer, såsom blixtnedslag, vatten och brand, inte heller skador som uppkommit under transport.

Alla garantianspråk förfaller om serienumret på produkten har ändrats, avlägsnats eller gjorts oläsligt.

# 1 Indledning

Tillykke med dit køb af Topcom BPM Wrist 5331. Denne fuldautomatiske blodtryksmåler til håndledet er både nem at anvende og ideel til daglige målinger. Det store display inkluderer systolisk og diastolisk tryk samt puls, og alt vises tydeligt ved afslutningen af hver måling.

Endvidere kan der lagres op til 30 målinger pr. hukommelseszone, hvilket er ideelt for brugere, der ønsker at overvåge og følge deres blodtryk med regelmæssige mellemrum. BPM Wrist 5331 er kompakt og transportabel, hvilket gør den ideel til brug både hjemme og på rejser.



**Læs denne vejledning nøje igennem før brug. For mere præcise oplysninger om dit eget blodtryk ska du kontakte din læge. Opbevar brugsvejledningen på et sikkert sted til senere henvisning.**

# 2 Sikkerhedsinstruktioner

1. Dette produkt er kun til hjemmebrug. Det er ikke beregnet til at fungere som erstatning for en konsultation hos din læge.
2. Apparatet er måske ikke egnet til brugere, der er diagnosticeret med almindelig arrhuthmi (atrial eller ventrikulær ekstrasystole eller atrial fibrillation), diabetes, dårligt blodomløb og nyreproblemer eller brugere, der har haft et slagtilfælde eller er bevidstløse. Kontakt din læge, hvis du er i tvivl.
3. For at undgå farlige situationer bør enheden ikke betjenes af børn.
4. Enheden indeholder højpræcisionskomponenter, og man bør derfor undgå ekstreme temperaturer, høj luftfugtighed og direkte sollys. Undgå at tabe hovedenheden eller udsætte den for kraftige rystelser, og beskyt den mod støv.
5. Utætte batterier kan beskadige enheden. Fjern batterierne, hvis enheden ikke anvendes i længere tid.
6. Tryk ikke på START-tasten, hvis manchetten ikke er placeret rundt om håndledet.
7. Hovedenheden og manchetten må ikke skilles ad.
8. Hvis enheden opbevares på et koldt sted, skal den have lov til at blive akklimatiseret ved stuetemperatur, før den anvendes.
9. Blodtryksmålerens krop og manchetten renses omhyggeligt med en let fugtig, blød klud. Der må ikke udøves tryk. Vend ikke vrangen udad på den forformede manchet. Manchetten på ikke vaskes og må ikke renses med kemiske rensmidler. Der må aldrig anvendes fortynder, alkohol og benzin som rengøringsmiddel.



**Undgå unøjagtige resultater, der forårsages af elektromagnetisk interferens mellem elektrisk og elektronisk udstyr, ved ikke at bruge enheden i nærheden af en mobiltelefon eller en mikrobølgeovn.**

### 3 Nyttige tips

Nedenfor findes nogle nyttige tips, der kan hjælpe dig med at opnå mere nøjagtige målinger:

- Blodtrykket bør ikke måles umiddelbart efter indtagelse af et stort måltid. For at opnå mere nøjagtige målinger bør man vente en time med at foretage måling.
- Man må ikke ryge eller drikke alkohol før målingen af blodtrykket.
- Du bør ikke være fysisk træt eller udmattet under målingen.
- Det er vigtigt at slappe af under målingen. Forsøg at hvile i 15 minutter før målingen.
- Målingerne bør ikke foretages, hvis man er stresset eller anspændt.
- Blodtrykket måles ved normal kropstemperatur. Hvis du fryser eller er varm, bør du vente med at foretage målingen.
- Hvis måleren opbevares ved meget lav temperatur (nær frysepunktet), skal den placeres et varmt sted i mindst en time, før den anvendes.
- Vent ca. 5 minutter før den næste blodtryksmåling foretages.

### 4 Bortskaffelse af enheden



Når produktet er udtjent, må det ikke kasseres sammen med det almindelige husholdningsaffald, men skal afleveres på et indsamlingssted til genbrug af elektrisk og elektronisk udstyr. Dette angives af symbolet på produktet, brugervejledningen og/eller æsken.

Nogle af produktets materialer kan genbruges, hvis de afleveres på en genbrugsstation. Ved genbrug af nogle dele eller råvarer fra brugte produkter, kan man yde et vigtigt bidrag til beskyttelse af miljøet. Kontakt de lokale myndigheder, hvis du har brug for yderligere oplysninger om genbrugsstationerne i dit område.

## 5 Blodtryk

### 5.1 Hvad er blodtryk?

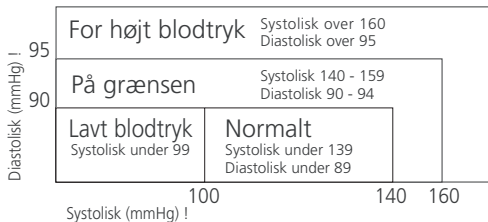
Blodtryk er det tryk, der udøves på arterien, når blodet løber gennem arterierne. Det tryk, der måles, når hjertet trækker sig sammen og sender blod ud af hjertet, er systolisk (højest). Det tryk, der måles, når hjertet udvider sig, når blodet løber tilbage i hjertet, kaldes det diastoliske (laveste) blodtryk.

### 5.2 Hvorfor måle blodtrykket?

Problemer i forbindelse med for højt blodtryk er de mest almindelige af de forskellige sundhedsproblemer, der plager moderne mennesker. Det høje blodtryks faretruende kraftige sammenhæng med kardiovaskulære sygdomme og høj dødelighed betyder, at det er nødvendigt at måle blodtrykket for at identificere disse risici.

## 5.3 Blodtryksstandard

Verdenssundhedsorganisationen (WHO) og National High Blood Pressure Education Program har udviklet en blodtryksstandard, i henhold til hvilken der er identificeret områder med blodtryk med lav og høj risiko. Denne standard er imidlertid en almen vejledning, idet den enkeltes blodtryk varierer blandt forskellige folk og grupper...etc.



Det er vigtigt, at man regelmæssigt konsulterer sin læge. Din læge vil fortælle dig, hvad dit normale blodtryksområde er, samt om det punkt, hvor du vil blive anset for at være i risikogruppen.

## 5.4 Blodtryksudsving

Blodtrykket svinger hele tiden!

Der er ingen grund til at blive bekymret, hvis man kommer ud for, at to eller tre målinger er høje. Blodtrykket ændrer sig i løbet af måneden og også i løbet af dagen afhængig af omstændighederne (sindsstemning, temperatur, ...).

## 6 Isætning af batterier



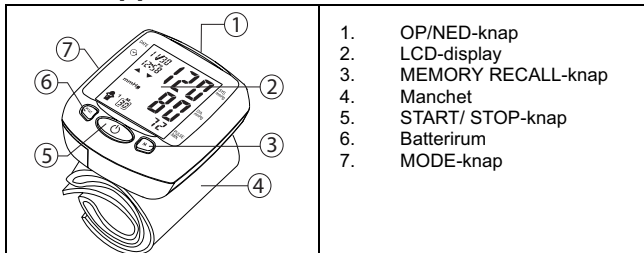
- Åbn batterirummet ved at skubbe dækslet til side.
- Isæt to ikke-genopladelige AAA-batterier. Følg polariteten som angivet i batterirummet.
- Sæt batteridækslet på igen.



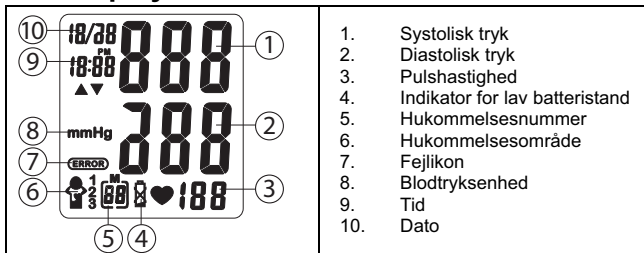
**Må ikke kortsluttes & bortskaffes i ild. Fjern batterierne, hvis enheden ikke skal anvendes i længere tid.**



## 7 Knapper

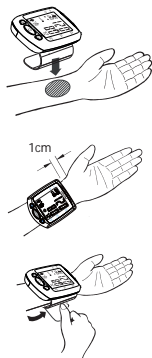


## 8 Display



## 9 Påsætning af manchet

1. Fjern ur, smykker etc., før håndledsmåleren sættes på. Evt. ærmer skal ruller op, og manchetten skal sættes direkte på huden for korrekt måling. Manchetten sættes på venstre håndled med håndfladen vendt opad.
2. Kontroller, at manchettens kant er ca. 1 cm fra håndfladen for at sikre nøjagtig måling.
3. Spænd velcroremmen sikkert om håndledet, således at der ikke er noget mellemrum mellem manchetten og håndledet. Hvis manchetten ikke sættes tilstrækkeligt stramt på, vil de målte værdier ikke være korrekte.
4. Hvis din læge har konstateret, at du har dårligt blodomløb i venstre arm, skal manchetten placeres på højre håndled.



## 10 Stilling ved måling

1. Slap af i hele kroppen, især området mellem albuen og fingrene. Placer albuen på et bord, således at manchetten er på samme niveau som dit hjerte.



**Hjertet befinder sig lidt under armhulen.**

2. Hvis manchetten ikke er på samme niveau som dit hjerte, eller hvis du ikke kan holde armen helt stille under målingen, må du støtte armen på en blød genstand såsom et sammenlagt håndklæde.
3. Vend håndfladen opad. Sid ret op på en stol, og tag 5-6 dybe indåndinger. Undgå at læne dig tilbage, mens målingerne udføres.



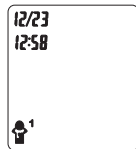
## 11 Måling

### 11.1 Vigtigt

1. Denne måler slukker automatisk 1 minut efter sidste tastbetjening.
2. Målingen kan afbrydes ved at trykke på en af tasterne. Manchetten deflaterer umiddelbart efter, at der trykkes på en tast.
3. Du må ikke tale eller bevæge arm- og håndmusklerne under målingen.
4. Resultatet lagres automatisk i den valgte hukommelseszone. Den ønskede hukommelseszone vælges før målingen (se punkt 12).

## 12 Fremgangsmåde

1. Displayet aktiveres ved at trykke på START/STOP-knappen.
2. Vælg det ønskede hukommelsesområde ved at trykke på UP- eller DOWN-knappen.
3. Tryk på knappen START/STOP for at starte målingen. Manchetten inflateres til det niveau, der er korrekt for dig.



4. Når det korrekte niveau er nået, deflateres manchetten.

**Måleren inflateres automatisk igen til ca. 220 mmHg, hvis systemet registrerer, at din krop har brug for højere tryk, for at dit blodtryk kan måles.**

5. Når målingen er fuldenendt, vises det systoliske og diastoliske tryk samt pulsen samtidig på LCD-skærmen.
6. Hvis der registreres en fejl under målingen, vises fejlikonen **ERROR** på displayet.

## 13 Hukommelse

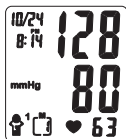
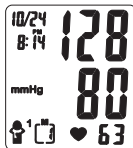
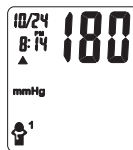
BPM 5331 har 3 hukommelseszoner. Hver zone kan lagre op til 30 målinger inkl. dato og tidspunkt. Efter målingen lagres resultatet automatisk i den valgte hukommelseszone.

Således kaldes målerresultatet frem:

- Displayet aktiveres ved at trykke på START/STOP-knappen.
- Vælg det ønskede hukommelsesområde ved at trykke på UP- eller DOWN-knappen.
- Tryk på MEMORY CALL-knappen, hvis De ønsker at få vist gennemsnittet af alle målingsresultater.
- Tryk på UP-knappen flere gange, hvis De ønsker at se tidligere gemte målingsresultater.
- Tryk på knappen START/STOP for at ophøre med at læse data og vende tilbage til normal tid.

Sådan slettes alle data fra en hukommelseszone:

- Displayet aktiveres ved at trykke på START/STOP-knappen.
- Vælg det ønskede hukommelsesområde ved at trykke på UP- eller DOWN-knappen.
- Tryk på MEMORY CALL-knappen, hvis De ønsker at få vist gennemsnittet af alle målingsresultater.
- Alle data slettes i det valgte hukommelsesområde ved at trykke på MODE- og DOWN-knappen samtidig.



## 14 Justering af tiden


Sådan justeres dato og tid:

- Displayet aktiveres ved at trykke på START/STOP-knappen.
- Tryk på knappen MODE, hvorefter måneden blinker på displayet.
- Tryk på knappen UP eller DOWN flere gange for at ændre måneden.
- Tryk på knappen MODE for at bekræfte måneden. Dagen blinker på displayet.
- Dag, timer og minutter ændres som beskrevet ovenfor ved hjælp af knappen UP eller DOWN for at ændre og knappen MODE for at bekræfte hver enkelt indstilling.



Når minutterne er indstillet, kan enheden anvendes.

## 15 Tekniske specifikationer

Strømkilde	3V DC: To ikke-genopladelige LR03 (AAA) batterier.
Målemetode	Oscillometrisk
Målezone	Tryk: 0 ~ 300 mmHg Puls: 40 ~ 199 slag/minut
Nøjagtighed	Tryk: $\pm 3$ mmHg Puls: inden for $\pm 5$ % af visning
Tryksensor	Halvleder
Inflation	Pumpedrevet
Deflation	Automatisk overtryksventil
Hukommelseskapacitet	3 zoner for alle 30 hukommelser
Auto-sluk	1 minut efter seneste knapbetjening
Funktionsmiljø	+10°C ~ +40°C -< 85% relativ luftfugtighed
Opbevaringsmiljø	-20°C ~ +70°C -< 85% relativ luftfugtighed
Vægt	120 g (uden batterier)
Håndledsmål	135 ~ 195 mm
Patientbegrænsning	Over 18 år
Mål	74 (L) x 84 (W) x 32 (H) mm
K.B.	Korttidsdrift to minutter
Klassifikation 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internt forsynet udstyr</li> <li>• Klassifikation af typen BF (gældende del)</li> <li>• IPX0</li> <li>• Ikke egnet til anvendelse under tilstedeværelse af brændbare anæstesisblandinger med ilt eller lattergas.</li> <li>• Kontinuerlig drift med kortvarig belastning</li> </ul>

\*Specifikationerne kan ændres uden varsel.

**CE-mærkningen bekræfter, at produktet er i overensstemmelse med kravene i Rådets teleterminaldirektiv 93/42/EEC.**

## 16 Topcoms garanti

### 16.1 Garantiperiode

Der er 24 måneders garanti på Topcom-enhederne. Garantiperioden starter den dag, hvor den nye enhed købes. Forbrugsvarer og fejl, der har ubetydelig indvirkning på udstyrets funktion eller værdi, dækkes ikke. Garantien skal bevises ved fremlæggelse af den originale kvittering for købet, hvoraf købsdatoen for enhedsmodellen fremgår.

### 16.2 Håndtering af garantien

En defekt enhed skal returneres til et Topcom servicecenter med en gyldig kvittering. Hvis der forekommer en fejl i enheden i løbet af garantiperioden, vil Topcom eller dennes officielt udpegede servicecenter gratis reparere evt. fejl, der skyldes materiale- eller fremstillingsfejl.

Topcom vil efter eget skøn opfylde sine garantiforpligtelser enten ved at reparere eller udskifte den defekte enhed eller dele af den defekte enhed. I tilfælde af udskiftning kan farve og model være anderledes end den oprindeligt købte enhed. Den oprindelige købsdato forbliver starten på garantiperioden. Garantiperioden forlænges ikke, såfremt enheden udskiftes eller repareres af Topcom eller dennes udpegede servicecentre.

### 16.3 Undtagelser fra garantien

Skader og fejl, der skyldes forkert behandling eller betjening, og skader, der skyldes brug af uoriginale dele eller tilbehør, der ikke er anbefalet af Topcom, dækkes ikke af garantien.

Garantien dækker ikke skader, der skyldes eksterne faktorer såsom lynnedslag, vand og brand eller skader, der skyldes transport.

Der kan ikke ske anmeldelse i henhold til garantien, såfremt serienummeret på enheden er ændret, fjernet eller gjort ulæseligt.

# 1 Innledning

Gratulerer med kjøpet av Topcom BPM Wrist 5331. Denne helautomatiske håndleddsmonterte blodtrykksmonitoren er både enkel å bruke og ideell til daglige målinger. Det store displayet viser systolisk trykk, diastolisk trykk og puls, som alt vises tydelig ved hver fullført måling.

I tillegg kan du lagre opptil 30 målinger per minnesone, noe som er ideelt for brukere som ønsker å overvåke og spore blodtrykket sitt regelmessig. BPM Wrist 5331 er kompakt og bærbar slik at den er ideell for bruk hjemme og på reiser.



**Les denne håndboken nøye før bruk. Hvis du ønsker spesifikk informasjon om blodtrykket ditt, må du kontakte legen din. Legg bruksanvisningen på et trygt sted for framtidig bruk.**

## 2 Sikkerhetsinstruksjoner

1. Dette produktet er kun beregnet for privat bruk. Det er ikke ment å være en erstatning for legekonsultasjon.
2. Det er ikke sikkert produktet er egnet for brukere med arytmi (arterielle eller ventrikulære premature slag eller atrieflimmer), diabetes, dårlig blodsirkulasjon eller nyreproblemer, eller brukere som har hatt slag eller ikke er ved bevissthet. Kontakt legen hvis du er i tvil.
3. Produktet må ikke brukes av barn. Dette er for å unngå farlige situasjoner.
4. Produktet inneholder presisjonskomponenter. Det er derfor viktig å unngå ekstreme temperaturer, fuktighet og direkte sollys. Sørg for at produktet ikke faller i gulvet eller utsettes for kraftige støt, og beskytt det mot støv.
5. Batterier som lekker, kan skade produktet. Ta ut batteriene når produktet ikke skal brukes på en god stund.
6. Trykk ikke på START-tasten uten at mansjettten er plassert rundt håndleddet.
7. Demonter ikke hovedenheten eller mansjettten.
8. Hvis produktet oppbevares på et kaldt sted, må det akklimatiseres ved romtemperatur før bruk.
9. Rengjør selve blodtrykksmonitoren og mansjettten forsiktig med en lett fuktet, myk klut. Pass på å ikke trykke. Den forhåndsformede mansjettten må ikke vrenge. Mansjettten skal ikke vaskes eller utsettes for kjemiske rengjøringsmidler. Bruk aldri tynningsmidler, alkohol eller bensin som rengjøringsmiddel.



**For å unngå unøyaktige resultater som følge av elektromagnetiske forstyrrelser mellom elektrisk og elektronisk utstyr, bør apparatet ikke brukes i nærheten av en mobiltelefon eller en mikrobølgeovn.**

## 3 Nyttige tips

Her er noen nyttige tips som kan hjelpe deg til å oppnå mer nøyaktige målinger:

- Mål ikke blodtrykket like etter at du har inntatt et større måltid. Du bør vente én time for å oppnå en mer nøyaktige målinger.
- Unngå å røyke eller drikke alkohol før du måler blodtrykket.
- Du bør ikke være fysisk trett eller utmattet når målingen foretas.
- Det er viktig at du slapper av under målingen. Forsøk å hvile i 15 minutter på forhånd.
- Målinger skal ikke foretas hvis du er stresset eller anspent.
- Mål blodtrykket ved normal kroppstemperatur. Hvis du føler deg kald eller varm, skal du vente en stund.
- Hvis monitoren oppbevares ved svært lav temperatur (nær frysepunktet), skal du la den ligge på et varmt sted i minst én time før bruk.
- Vent ca. 5 minutter før neste måling foretas.

## 4 Avhending av produktet



Når produktet skal avhendes, må du ikke kaste det sammen med det vanlige husholdningsavfallet, men ta det med til et innsamlingspunkt for resirkulering. Symbolet på produktet, bruksanvisningen og/eller boksen angir dette.

Noen av produktets materialer kan brukes om igjen hvis du tar produktet med til et innsamlingspunkt for resirkulering. Ved å sørge for at deler eller råmateriale fra brukte produkter kan brukes om igjen, bidrar du til å ta vare på miljøet. Ta kontakt med de lokale myndighetene hvis du trenger mer informasjon om innsamlingspunkter i ditt område.

## 5 Blodtrykk

### 5.1 Hva er blodtrykk?

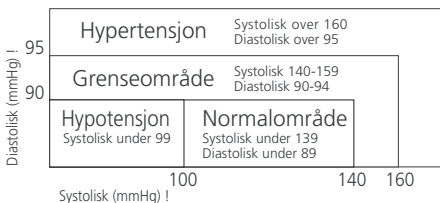
Blodtrykk er trykket som utøves på pulsåren mens blodet strømmer gjennom årene. Trykket som måles når hjertet trekker seg sammen og sender blod ut av hjertet, er systolisk (høyst). Trykket som måles når hjertet utvides og blod strømmer inn i hjertet, er diastolisk (lavest).

### 5.2 Hvorfor måle blodtrykket?

Blant alle de ulike helseproblemene i dagens befolkning, er problemer knyttet til høyt blodtrykk de langt vanligste. Den farlig nære sammenhengen mellom høyt blodtrykk og hjerte- og karsykdommer og høy morbiditet har gjort måling av blodtrykk nødvendig for å identifisere de som er i risikozonen.

## 5.3 Blodtrykksstandard

Verdens helseorganisasjon (WHO) og National High Blood Pressure Education Program har utviklet en blodtrykksstandard som brukes til å identifisere blodtrykk i lavrisiko- og høyrisikosonen. Denne standarden fungerer imidlertid mer som en generell retningslinje, ettersom blodtrykket varierer fra person til person, fra gruppe til gruppe, osv.



Det er viktig at du har regelmessige konsultasjoner med legen. Legen vil informere deg om hvilket blodtrykksområde som er normalt for deg, og på hvilket punkt du anses for å være i risikosonen.

## 5.4 Svingninger i blodtrykket

Blodtrykket svinger hele tiden!

Du må ikke bli bekymret hvis du oppdager to-tre høye målinger. Blodtrykket endrer seg i løpet av måneden, og til og med i løpet av dagen, avhengig av omstendighetene (sinnstilstand, temperatur, ...).

## 6 Sette inn batterier



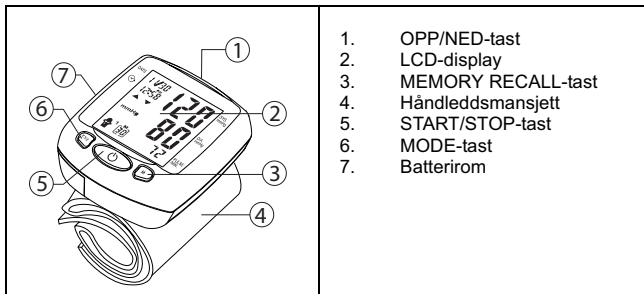
- Åpne batterirommet ved å trekke av dekslet.
- Sett inn to AAA-batterier. Følg polariteten som er angitt i batterirommet.
- Sett tilbake batteridekselet.



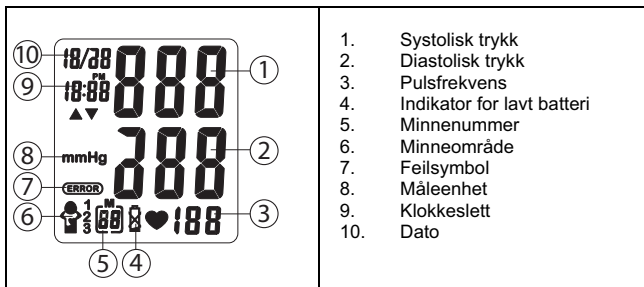
**Batteriene må ikke kortsluttes eller kastes på åpen flamme. Ta ut batteriene hvis blodtrykksmonitoren ikke skal brukes på en god stund.**



## 7 Taster

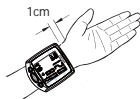


## 8 Display



## 9 Bruke mansjetten

1. Ta av armbåndsurs, smykker osv. før du fester blodtryksmonitoren til håndleddet. Du må rulle opp ermet og feste mansjetten direkte på huden for å få riktige målinger. Fest mansjetten på venstre håndledd med håndflaten vendt opp.
2. Sørg for at kanten på mansjetten er ca. 1 cm fra håndflaten. Dette er for å sikre nøyaktige målinger.
3. Fest borrelåsen rundt håndleddet slik at det ikke er noe mellomrom mellom mansjetten og håndleddet. Hvis mansjetten ikke sitter stramt nok, kan målingene bli feil.
4. Hvis legen har påvist dårlig sirkulasjon i den venstre armen, skal mansjetten festes på høyre håndledd.



## 10 Målestilling

1. Slapp av i hele kroppen, spesielt i området mellom albuen og fingrene. Plasser albuen på et bord slik at mansjetten befinner seg i samme høyde som hjertet.



**Hjertet befinner seg litt nedenfor armhulen.**

2. Hvis mansjetten ikke er i samme høyde som hjertet, eller hvis du ikke klarer å holde armen helt i ro under målingen, kan du støtte armen med en myk gjenstand, for eksempel et sammenbrettet håndkle.
3. La håndflaten være vendt oppover. Sitt rett i stolen, og pust dypt 5-6 ganger. Unngå å lene deg bakover når målingen foretas.



## 11 Måling

### 11.1 Viktig

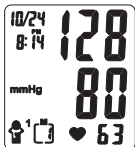
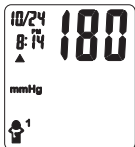
1. Denne blodtryksmonitoren slår seg automatisk av 1 minutt etter siste tastetrykk.
2. Du kan avbryte målingen ved å trykke på en hvilken som helst tast. Mansjetten tømmes umiddelbart for luft når du har trykt på en tast.
3. Under målingen må du ikke snakke eller bevege arm- eller håndmusklene.
4. Resultatet lagres automatisk i den valgte minnesonen. Velg minnesone før målingen utføres (se kapittel 12).

## 12 Prosedyre

1. Trykk START/STOP-knappen for å aktivere displayet.
2. Trykk Opp- eller Ned-knappen gjentatte ganger for å velge ønsket minneområde.
3. Trykk på START/STOP-tasten for å starte målingen. Mansjetten fylles med luft til riktig nivå for deg.
4. Når riktig nivå er nådd, slippes luften ut av mansjetten.

**Blodtrykksmonitoren fylles automatisk med luft til ca. 220 mmHg hvis systemet registrerer at kroppen din trenger mer trykk for å måle blodtrykket.**

5. Når målingen er fullført, vises systolisk trykk, diastolisk trykk og puls samtidig på LCD-displayet.
6. Hvis det registreres en feil under måling, vises et feilsymbol **ERROR** på displayet.



## 13 Minne

BPM 5331 har 3 minnesoner. Hver sone kan lagre opptil 30 målinger inkludert dato og tid.

Resultatet lagres automatisk i den valgte minnesonen etter måling.

Slik henter du frem måleresultater:

- Trykk START/STOP-knappen for å aktivere displayet.
- Trykk UP eller DOWN-knappen gjentatte ganger for å velge ønsket minneområde.
- Trykk på MEMORY CALL-knappen for å se et gjennomsnitt av alle måleresultater.
- Trykk Opp-knappen gjentatte ganger for å se på de tidligere lagrede måleresultatene.
- Når du er ferdig med å lese dataene, trykker du på START/STOP-tasten for å gå tilbake til normal tid.

Slik sletter du alle data fra en minnesone:

- Trykk START/STOP-knappen for å aktivere displayet.
- Trykk Opp- eller Ned-knappen gjentatte ganger for å velge ønsket minneområde.
- Trykk på MEMORY CALL-knappen for å se et gjennomsnitt av alle måleresultater.
- Trykk MODE og Ned samtidig for å slette alle data det valgte minneområdet.



## 14 Justere tiden


Slik justerer du dato og tid:

- Trykk START/STOP-knappen for å aktivere displayet.
- Trykk på MODE-tasten. Måneden blinker på displayet.
- Trykk på Opp- eller Ned-tasten flere ganger for å endre måneden.
- Trykk på MODE-tasten for å bekrefte måneden. Dagen blinker på displayet.
- Endre dagen, timene og minuttene som beskrevet ovenfor. Bruk Opp- eller Ned-tasten til å endre og MODE-tasten til å bekrefte hver innstilling.

Når du har stilt inn minuttene, er blodtryksmonitoren klar til bruk.



# 1 TEKNISKE SPESIFIKASJONER

Strømkilde	3V DC: To LR03 (AAA)-batterier
Målemetode	Oscillometrisk
Målesone	Trykk: 0 ~ 300 mmHg Puls: 40 ~ 199 slag/minutt
Nøyaktighet	Trykk: $\pm 3$ mmHg Puls: innenfor $\pm 5$ % av målingen
Trykkføler	Halvleder
Fylling av luft	Pumpedrevet
Tømming av luft	Automatisk trykkfrigjøringsventil
Minnekapasitet	3 Minnesoner med 30 minner hver
Automatisk avslåing	1 minutt etter siste trastetrykk
Driftsmiljø	+10 °C ~ + 40 °C < 85 % RH
Lagringsbetingelser	-20°C ~ +70°C < 85 % RH
Vekt	120 g (uten batterier)
Omkrets håndledd	135 ~ 195 mm
Pasientbegrensning	Over 18 år gammel
Dimensjoner	74(L) x 84(B) x 32(H) mm
K.B.	Kort tids drift 2 minutter
Klassifisering 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utstyr med intern strømforsyning</li> <li>• Klassifisering av typen BF (benyttet del)</li> <li>• IPX0</li> <li>• Ikke egnet for bruk i nærheten av brannfarlige anestetiske blandinger med luft eller med oksygen eller dinitrogenoksid.</li> <li>• Kontinuerlig drift med kortvarig belastning</li> </ul>

\*Spesifikasjoner kan endres uten varsel.

**CE-merkingen dokumenterer at apparatet er i samsvar med de grunnleggende kravene til EU-direktivet 93/42/EEC.**

## **15 Topcom-garanti**

### **15.1 Garantiperiode**

Alle Topcom-produkter leveres med 24 måneders garanti. Garantiperioden starter den dagen produktet blir kjøpt. Forbruksvarer eller feil som har ubetydelig innvirkning på driften eller verdien av utstyret, dekkes ikke.

Garantien forutsetter fremvisning av original kjøpskvittering der kjøpsdato og produktets modell fremgår.

### **15.2 Garantihåndtering**

Defekte produkter må returneres til et Topcom-servicesenter sammen med en gyldig kjøpskvittering. Hvis produktet utvikler en feil i løpet av garantiperioden, vil Topcom eller deres offisielle servicesenter gratis reparere eventuelle feil/mangler forårsaket av material- eller produksjonsfeil.

Topcom vil etter eget valg oppfylle sine garantiforpliktelser ved å reparere eller skifte ut defekte produkter eller deler på de defekte produktene. Ved utskifting kan farge og modell være forskjellig fra det opprinnelige produktet som ble kjøpt.

Den opprinnelige kjøpsdatoen vil fortsatt gjelde som start på garantiperioden.

Garantiperioden utvides ikke selv om produktet er skiftet ut eller reparert av Topcom eller deres servicesentre.

### **15.3 Ikke inkludert i garantien**

Feil eller mangler som skyldes feil håndtering eller bruk, og feil som skyldes bruk av uoriginale deler eller tilbehør som ikke er anbefalt av Topcom, dekkes ikke av garantien. Garantien dekker ikke skade forårsaket av eksterne faktorer, for eksempel lyn, vann og brann. Transportskader dekkes heller ikke.

Det kan ikke fremsettes garantikrav hvis serienummeret på produktet er forandret, fjernet eller uleselig.

# 1 Johdanto

Onnittelut Topcom BPM Wrist 5331 -verenpainemittarin hankinnasta. Tämä täysin automaattinen rannemittari on helppokäyttöinen ja sopii erinomaisesti päivittäiseen mittaukseen. Suurelta näytöltä näet selkeästi systolisen ja diastolisen verenpaineen ja pulssin jokaisen mittauksen jälkeen.

Jokaiselle muistialueelle voi lisäksi tallentaa jopa 30 mittaustulosta, joten laite sopii erinomaisesti henkilöille, jotka haluavat seurata verenpainettaan säännöllisesti. BPM wrist 5331 -verenpainemittari on pienikokoinen ja kannettava, joten sitä on helppo käyttää niin kotona kuin matkoillakin.



**Lue tämä käyttöopas huolellisesti ennen laitteen ottamista käyttöön. Ota yhteys lääkäriisi saadaksesi erityistietoja omasta verenpaineestasi. Säilytä käyttöopas turvallisessa paikassa myöhempää käyttöä varten.**

## 2 Turvaohjeet

- Mittari on tarkoitettu vain kotikäyttöön. Mittaria ei ole tarkoitettu korvaamaan lääkäriä tekemiä verenpainemittauksia.
- Laite ei sovi henkilöille, joilla on todettu yleinen rytmihäiriö (atriaalinen tai ventrikulaarinen lisäläyönti tai atriaalinen fibrillaatio), sokeritauti, huono verenkierto, munuaisvika, tai jos hänellä on ollut halvaus, eikä laitetta pidä käyttää, jos henkilö on tajuton. Epäselvissä tapauksissa ota yhteyttä lääkäriisi.
- Älä anna mittaria lasten käyttöön vaaratilanteiden välttämiseksi.
- Laite sisältää hyvin herkkiä osia. Älä sen vuoksi säilytä laitetta ääriämpötiloissa, kosteassa tai suorassa auringonvalossa. Vältä laitteen pudottamista tai sen voimakasta kolhimista, ja suojaa se pölyltä.
- Vuotavat paristot saattavat vaurioittaa laitetta. Poista paristot, jos laite on käyttämättä pidemmän aikaa.
- Älä paina START-painiketta, jos mansetti ei ole ranteen ympärillä.
- Älä pura laitetta tai mansettia.
- Jos laitetta säilytetään kylmässä paikassa, anna sen lämmetä huoneenlämmössä ennen käyttöönottoa.
- Puhdista verenpainemittarin näyttö ja mansetti huolellisesti hieman kostealla ja pehmeällä kankaalla. Älä paina voimakkaasti. Älä käännä valmiiksi muotoiltua mansettia toisinpäin. Älä pese mansettia äläkä puhdista sitä kemiallisella puhdistusaineella. Älä koskaan puhdista laitetta tinnerillä, alkoholilla tai polttoaineella (benssiini).



**Sähkö- ja elektroniikkalaitteiden välisistä sähkömagneettisista häiriöistä johtuvien epätarkkojen tulosten välttämiseksi laitetta ei saa käyttää matkapuhelimen tai mikroaaltouunin läheisyydessä.**

## 3 Hyödyllisiä vinkkejä

Tässä muutamia hyödyllisiä vinkkejä, joiden avulla saat tarkempia mittaustuloksia:

- Älä mittaa verenpainetta välittömästi raskaan aterian jälkeen. Jotta mittaustulokset olisivat mahdollisimman oikeat, odota tunti ennen mittausta.
- Älä tupakoi tai nauti alkoholia ennen verenpaineen mittausta.
- Älä mittaa verenpainetta, jos olet fyysisesti väsynyt.
- Muista olla rentona mittauksen aikana. Yritä levätä 15 minuuttia ennen mittausta.
- Älä mittaa verenpainetta, jos olet stressaantunut tai jännität.
- Älä mittaa verenpainetta kuumeessa. Jos sinua paleltaa tai sinulla on kuuma, odota hetki ennen mittausta.
- Jos mittaria säilytetään hyvin kylmässä (lähes jäätympisteessä), pidä mittaria lämpimässä ainakin tunti ennen käyttöönottamista.
- Pidä mittausten välillä noin 5 minuutin tauko.

## 4 Laitteen hävittäminen (ympäristöystävällisesti)



Kun et enää käytä laitetta, älä heitä sitä tavallisen kotitalousjätteen sekaan vaan vie se sähkö- ja elektroniikkalaitteiden kierrätystä varten perustettuun keräyspisteeseen. Tuotteessa, käyttöoppaassa ja/tai tuotepakkauksessa on tästä kertova merkki.

Jos viet laitteen kierrätyspisteeseen, joitakin sen osia voidaan käyttää uudelleen. Käyttämällä uudelleen tuotteen joitakin osia tai raaka-aineita teet arvokasta ympäristötyötä. Ota yhteyttä paikallisiin viranomaisiin, jos tarvitset lisätietoja alueellasi sijaitsevista keräyspisteistä.

## 5 Verenpaine

### 5.1 Mikä on verenpaine?

Verenpaine on paine, joka kohdistuu valtimosuonien seinämiin, kun veri virtaa suonissa. Painetta, joka mitataan sydämen supistumisen aikana ja jolla veri siirtyy sydäimestä suoniin, kutsutaan systoliseksi (yläpaine). Painetta, joka mitataan, kun sydän täyttyy keuhkoista palaavalla verellä, kutsutaan diastoliseksi (alapaine) verenpaineeksi.

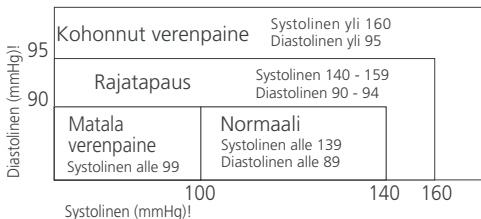
### 5.2 Miksi verenpaine pitää mitata?

Erilaisista nykyajan ihmisiä vaivaavista terveysongelmista yleisimpiä ovat korkean verenpaineen aiheuttamat sairaudet. Korkealla verenpaineella on erittäin selkeä yhteys sydän- ja verisuonisairauksiin ja korkeaan kuolleisuuteen, mikä on tehnyt verenpaineen mittauksesta välttämättömän riskiryhmään kuuluvien henkilöiden löytämiseksi.



### 5.3 Verenpaineen tavoitearvot

Matalan ja korkean verenpaineen tunnistamiseen liittyvät verenpaineen tavoitearvot on määritelty Maailman terveysjärjestön (WHO) ja National High Blood Pressure Education Program -ohjelman avulla. Nämä tavoitearvot ovat kuitenkin vain suuntaa-antavia, sillä verenpaine vaihtelee eri ihmisillä, eri ikäryhmissä jne.



On tärkeää, että käyt säännöllisesti lääkärisi vastaanotolla. Lääkärisi kertoo sinulle normaalin verenpaineesi sekä sen, milloin verenpaineesi on riskialueella.

### 5.4 Verenpaineen vaihtelu

Verenpaine vaihtelee koko ajan!

Sinun ei pidä huolestua, jos muutama mittaustulos on korkea. Verenpaine vaihtelee kuukauden ja jopa vuorokauden eri vaiheissa tilanteiden (mielen, kehon lämpötilan jne.) mukaan.

## 6 Paristojen asettaminen

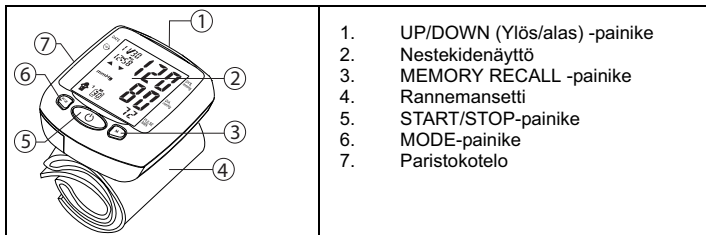


- Avaa paristokotelo työntämällä kantta ulospäin.
- Aseta koteloon 2 tavallista (AAA)-paristoa. Aseta paristot paristokoteloön napamerkintöjen mukaisesti.
- Laita paristolokeron kansi takaisin paikoilleen.

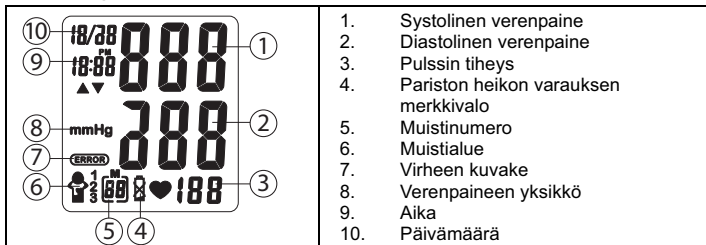


**Älä aiheuta oikosulkua tai heitä paristoja tuleen. Poista paristo, jos laite on käyttämättä pidemmän aikaa.**

## 7 Painikkeet

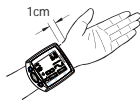


## 8 Näyttö



## 9 Mansetin käyttö

1. Poista kello, korut jne. ennen rannemittarin asettamista. Hihat on käärittävä ylös, ja mansetti on laitettava paljaalle iholle oikeiden mittaustulosten saamiseksi. Laita mansetti vasempaan ranteeseen ja pidä kämmen ylöspäin.
2. Varmista, että mansetin reuna on noin 1 cm:n etäisyydellä kämmenestä. Jotta saisit oikeat mittaustulokset:
3. Kiinnitä tarranauha tiukasti ranteesi ympärille, jottei mansetin ja ranteen väliin jäisi ilmaa. Jos mansettia ei ole kiinnitetty kunnolla, mittaustulokset ovat väärät.
4. Jos lääkäri on todennut, että vasemman kätesi verenkierto on heikentynyt, laita mansetti oikeaan ranteeseen.



## 10 Mittausasento

1. Rentouta koko kehosi, erityisesti kyynärpään ja sormien välinen osa. Aseta kyynärpäätä pöydälle siten, että mansetti on sydämesi tasolla.



**Sydämesi sijaitsee hieman kainalosi alapuolella.**

2. Jos mansetti ei ole sydämesi tasolla tai jos et voi pitää käsivarttasi täysin liikkumatta mittauksen aikana, tue kättäsi jollakin pehmeällä, kuten pyyhkeellä.
3. Käännä kämmenesi ylöspäin. Istu tuolilla suorassa ja vedä 5-6 kertaa syvään henkeä. Vältä nojaamista taaksepäin mittauksen aikana.



## 11 Mittaus

### 11.1 Tärkeää

1. Näyttö sammuu automaattisesti, kun mitään painiketta ei ole painettu minuuttiin.
2. Jos haluat keskeyttää mittauksen, paina jotakin painiketta. Mansetti tyhjenee välittömästi painikkeen painalluksen jälkeen.
3. Älä puhu tai liikuta käsivarttasi tai käden lihaksia mittauksen aikana.
4. Tulos tallentuu automaattisesti valitulle muistialueelle. Valitse haluamasi muistialue ennen verenpaineen mittausta (katso kohtaa 12).

## 12 Menettely

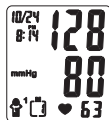
1. Paina START/STOP-painiketta näytön aktivoimiseksi.
2. Paina UP- tai DOWN-painiketta halutun muistialueen valitsemiseksi.
3. Aloita mittaus painamalla START/STOP-painiketta. Mansetti täyttyy ilmalla sopivan kireäksi sinulle.



4. Kun sopiva taso on saavutettu, mansetti tyhjenee.

**Mansetin paine korotetaan automaattisesti noin 220 mmHg:n tasolle, jos järjestelmä huomaa, että verenpaineesi mittaamiseen tarvittava paine ei ole riittävä.**

5. Kun mittaus on tehty, systolinen ja diastolinen paine sekä pulssi näkyvät yhtä aikaa nestekidenäytössä.  
6. Jos mittauksen aikana esiintyy virhe, näyttöön ilmestyy virheen kuvake **ERROR**.



## 13 Muisti

BPM 5331 -rannemittarissa on kolme muistialuetta. Jokaiseen mahtuu jopa 30 mittaustulosta sekä mittausta koskevat päivämäärä- ja kellonaikatiedot.

Tulos tallentuu automaattisesti valitulle muistialueelle mittauksen jälkeen.



Mittaustulosten katsominen:

- Paina START/STOP-painiketta näytön aktivoimiseksi.
- Paina UP- tai DOWN-painiketta halutun muistialueen valitsemiseksi.
- Paina MEMORY CALL -painiketta nähdäksesi kaikkien mittaustulosten keskiarvon.
- Paina UP-painiketta toistuvasti nähdäksesi aiemmin tallennetut mittaustulokset.
- Kun haluat lopettaa tietojen katsomisen, palaa normaaliaikaan painamalla START/STOP-painiketta.



Kaikkien tietojen poistaminen yhdeltä muistialueelta:

- Paina START/STOP-painiketta näytön aktivoimiseksi.
- Paina UP- tai DOWN-painiketta halutun muistialueen valitsemiseksi.
- Paina MEMORY CALL -painiketta nähdäksesi kaikkien mittaustulosten keskiarvon.
- Paina yhtä aikaa MODE- ja DOWN-painiketta kaiken tiedon poistamiseksi valitulta muistialueelta.



## 14 Ajan asetus

Päivämäärän ja kellonajan asettaminen:

- Paina START/STOP-painiketta näystön aktivoimiseksi.
- Paina MODE-painiketta, niin kuukausi alkaa vilkkua näytössä.
- Paina UP-/DOWN-painiketta useamman kerran muuttaaksesi kuukautta.
- Vahvasta kuukauden valinta painamalla MODE-painiketta. Päivämäärä vilkkuu näytössä.
- Muuta päivämäärää, tunteja ja minutteja edellä mainitulla tavalla, toisin sanoen muuta lukemia UP-/ DOWN-painikkeiden avulla ja vahvasta valinta MODE-painikkeella.

Minuuttien asetuksen jälkeen laite on käyttövalmis.


12/23  
12:58



12/23  
12:58



## 1 Tekniset tiedot

Virtalähde	3V DC: Kaksi LR03 (AAA) -paristoa
Mittaustapa	Oskillometrinen
Mittausalue	Paine: 0 ~ 300 mmHg
	Syke: 40 ~ 199 sykäystä/minuutti
Tarkkuus	Paine: ±3 mmHg
	Syke: ±5 % lukemasta
Painesensori	Puolijohde
Täytyminen	Pumppukäyttöinen
Tyhjentyminen	Automaattinen paineen tyhjennysventtiili
Muistin laajuus	30 muistipaikkaa jokaisella alueella
Automaattinen kytkeytyminen pois päältä	1 minuutti viimeisen painikkeen painamisen jälkeen
Käyttöympäristö	+10 °C ~ + 40 °C - < 85 % RH
Säilytysympäristö	-20 °C ~ +70 °C - < 85 % RH
Paino	120 g (ilman paristoja)
Ranteen ympärysmitta	135 ~ 195 mm
Käyttörajoitus	Yli 18-vuotiaille
Mitat	74 (pituus) x 84 (leveys) x 32 (korkeus) mm
Keskimääräinen käyttöaika	Lyhyt käyttöaika 2 minuuttia
Luokitus 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Omalla virtalähteellä varustettu laite</li> <li>• BF-tyyppin luokittelu (käytettävä osa)</li> <li>• IPX0</li> <li>• Ei saa käyttää, jos ympäristössä on helposti syttyvää anesteettista, ilmaa, happea tai typpioksidia sisältävää seosta.</li> <li>• Jatkuva käyttö lyhyellä latauksella</li> </ul>

\*Tiedot voivat muuttua.

**Laite noudattaa direktiivien 93/42/EEC vaatimuksia, mikä on vahvistettu CE-merkillä.**

## 15 Takuu

### 15.1 Takuu aika

Topcom-laitteilla on 24 kuukauden takuu. Takuu aika alkaa sinä päivänä, jolloin uusi laite ostetaan. Jos tarvikkeet tai viat aiheuttavat laitteelle vähäisiä toimintahäiriöitä tai laskevat hieman laitteen arvoa, takuu ei korvaa tällaisia menetyksiä. Takuu myönnetään alkuperäistä kuittia vastaan, jos kuitissa on mainittu ostopäivämäärä ja laitteen tyyppi.

### 15.2 Takuutoimet

Palauta viallinen laite Topcomin palvelukeskukseen ostokuitin kera. Jos laitteeseen tulee vika takuuajana, Topcom tai sen virallisesti nimetty palvelukeskus korjaa materiaali- tai valmistusvirheistä johtuvat viat maksutta.

Topcom voi täyttää takuuvastuunsa joko korjaamalla tai vaihtamalla viallisen laitteen tai viallisen laitteen osan. Jos laite vaihdetaan uuteen, tilalle annetun laitteen väri ja malli voivat poiketa alkuperäisen laitteen väristä ja mallista.

Alkuperäinen ostopäivämäärä määrää takuuajan alkamisajankohdan. Takuu aika ei pitene, jos Topcom tai sen nimetty palvelukeskus vaihtaa tai korjaa laitteen.

### 15.3 Takuehdot

Takuu ei korvaa vääränlaisesta käsittelystä tai käytöstä johtuvia vaurioita eikä vaurioita, jotka johtuvat muiden kuin Topcomin suosittelemien, ei-alkuperäisten osien tai lisälaitteiden käytöstä.

Takuu ei korvaa ulkopuolisten tekijöiden, kuten salama-, vesi- tai palovahinko, aiheuttamia vaurioita eikä kuljetuksen aikana aiheutuneita vaurioita.

Takuu ei ole voimassa, jos laitteen sarjanumero on muutettu, poistettu tai tehty lukukelvottomaksi.

**SERVICE RETURN CARD - RÜCKSENDEKARTE -**  
**CARTE DE RETOUR SERVICE - RETOURFICHE**

RETURN WITH YOUR DEFECT PRODUCT

Name/Vorname/Prénom/Naam:

Surname/Familiennaam/Nom/Familiennaam:

Street/Straße/Rue/Straat:

Nr./N°:

Box/Postfach/Boîte/Postbus:

Location/Ort./Lieu/Plaats:

Post code/Postleitzahl/Code Postal/Postcode:

Country/Land/Pays/Land:

Tel./Tél.:

E-mail:

Model name/Modellbezeichnung/Nom du modèle/Modelnaam:

Serial Nr./Seriennummer/N° série/Seriennummer:

Purchase date/Kaufdatum/Date d'achat/Aankoopdatum:

 (DD/MM/YYYY) - (TT/MM/JJJJ)

Fault description/Beschreibung des Defekts/Description de la panne/Beschrijving defect:

---

(Original Proof of Purchase has to be attached to this return card to be valid for warranty)

Model name/Modellbezeichnung/Nom du modèle/Modelnaam:

Serial Nr./Seriennummer/N° série/Seriennummer:

Purchase date/Kaufdatum/Date d'achat/Aankoopdatum:

 (DD/MM/YYYY) - (TT/MM/JJJJ)

Fault description/Beschreibung des Defekts/Description de la panne/Beschrijving defect:

---

# **TOPCOM<sup>®</sup>**

**BPM WRIST 5331**

visit our website  
**[www.topcom.net](http://www.topcom.net)**