

OMRON®

MANUEL D'INSTRUCTIONS

# MONITEUR DE PERTE D'ADIPOSITÉ

Modèle **HBF-306CAN**



FRANÇAIS

# TABLE DES MATIÈRES

## Avant d'utiliser le moniteur

Introduction .....	F3
Remarques importantes sur la sécurité .....	F4

## Information utile

Impédance bioélectrique .....	F5
Pourcentage d'adiposité .....	F5
Indice de masse corporelle .....	F5
Intervalles d'adiposité recommandée .....	F6
Variations du pourcentage d'adiposité .....	F6
Heures de mesure recommandées .....	F7
Calculez votre indice de forme physique .....	F8

## Instructions de fonctionnement

Apprenez à connaître votre appareil .....	F10
Affichage de l'appareil .....	F11
Installation des piles .....	F12
Réglage du mode SI/US .....	F13
Réglage des données personnelles	
Mode NORMAL/ATHLÈTE .....	F14
Taille, Poids, âge .....	F15
Sexe .....	F16
Modifier un profil personnel .....	F16
Supprimer des profils personnels .....	F16
Prise de mesure .....	F17

## Entretien et nettoyage

Entretien de votre moniteur .....	F19
Indicateurs d'erreur et conseils de dépannage .....	F20
Déclaration de la FCC .....	F21
Information concernant la garantie .....	F22
Spécifications .....	F23

# INTRODUCTION

Nous vous remercions d'avoir acheté le moniteur de perte d'adiposité Omron® HBF-306CAN.

*À remplir à titre de référence ultérieure*

DATE D'ACHAT : \_\_\_\_\_

NUMÉRO DE SÉRIE : \_\_\_\_\_

*Agrafez votre talon d'achat ici.*

Le moniteur de perte d'adiposité est un excellent outil pour mesurer rapidement le pourcentage d'adiposité de votre corps et votre indice de masse corporelle. Rentrez vos données personnelles. Le moniteur affiche la valeur estimée du pourcentage d'adiposité en utilisant la méthode d'impédance bioélectrique et indique votre indice de masse corporelle dans quatre intervalles, bas, normal, élevé et très élevé. Informations importantes dont vous avez besoin pour surveiller votre perte de poids ou votre programme. L'emballage du HBF-306CAN comprend les composants suivants :

- Appareil
- Manuel d'instructions
- 2 piles « AAA »

Lisez toute l'information figurant dans le livret d'instructions avant d'utiliser l'appareil

## **AVERTISSEMENT !**

*Ce moniteur ne peut pas être utilisé avec un stimulateur cardiaque ou toute autre prothèse. Consultez le fabricant de la prothèse et votre médecin avant d'utiliser ce moniteur.*

## CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

# REMARQUES IMPORTANTES SUR LA SÉCURITÉ

En vue d'assurer l'utilisation correcte de l'appareil, des consignes de sécurité élémentaires doivent toujours être respectées, en particulier les précautions énumérées ci-dessous :

- ☑ Lisez toute l'information figurant dans le livret d'instructions et toute autre information qui accompagne l'appareil, avant de l'utiliser.
- ☑ Consultez votre médecin ou votre prestataire de soins de santé avant de commencer un programme d'exercice physique ou de réduction de poids.
- ☑ En cas de grossesse, consultez le médecin avant d'utiliser ce moniteur.
- ☑ N'utilisez l'appareil que pour l'usage prévu. Ne l'utilisez pas pour autre chose.
- ☑ Évacuez la pile usée selon les réglementations en vigueur. Ne jetez pas la pile dans le feu. La pile pourrait exploser.
- ☑ Ne démontez pas et ne modifiez pas l'appareil. Les modifications non approuvées par Omron Healthcare annuleront la garantie de l'utilisateur.

# INFORMATION UTILE

Le moniteur de perte d'adiposité affiche la valeur estimée de pourcentage d'adiposité par la méthode d'impédance bioélectrique et indique l'intervalle d'indice de masse corporelle avec la barre de classification.

## Méthode de l'impédance bioélectrique

Les muscles, les vaisseaux sanguins et les os sont des tissus à teneur en eau élevée qui conduisent facilement l'électricité.

Le tissu adipeux présente une conductivité électrique inférieure. Le moniteur de perte d'adiposité envoie dans votre corps un courant électrique de niveau extrêmement faible de 50 kHz et de 500 µA pour déterminer la quantité de graisse. Ce courant électrique faible est sans danger et n'est pas ressenti lors de l'utilisation du moniteur de perte d'adiposité.

Poids corporel

% d'adiposité

Masse maigre

- Os
- Sang
- Muscles
- Eau

## Pourcentage d'adiposité

Le pourcentage d'adiposité est le rapport de la masse adipeuse au poids corporel total exprimé en pourcentage.

**Pourcentage d'adiposité (%) =**

**(Masse adipeuse en livres / poids corporel en lbs) x 100**

## Pourcentage d'adiposité estimé

L'hydrodensitométrie, ou pesée sous l'eau, est la méthode éprouvée d'évaluation précise de la composition du corps. Omron a utilisé des informations de recherche auprès de plusieurs centaines de personnes utilisant la méthode de pesée sous l'eau pour développer la formule de fonctionnement du moniteur de perte d'adiposité. La masse adipeuse et le pourcentage d'adiposité sont calculés par une formule qui prend cinq facteurs en considération : la résistance électrique, la taille, le poids, l'âge et le sexe.

## Indice de masse corporelle

L'indice de masse corporelle est un indice international montrant la composition corporelle en déterminant l'équilibre entre la taille et le poids. Formule d'indice de masse corporelle

US - calculé à partir du poids en livres et de la taille en pouces avec l'équation suivante :  
(poids en lbs x 703) / taille en pouces / taille en pouces

SI - calculé en utilisant les kilogrammes et les mètres : poids en kilogrammes / taille en mètres / taille en mètres

# INFORMATION UTILE

## Indice de masse corporelle et intervalles d'adiposité recommandés

Élevé	Âge	Faible (Indice de masse corporelle < 18,5)	Recommandé (Indice de masse corporelle)	Élevé (Indice de masse corporelle 25 à 29,5)	Très élevé (Indice de masse corporelle > 30)
Femme	20-39	5-20	21-33	34-38	> 38
	40-59	5-22	23-34	35-40	> 40
	60-79	5-23	24-36	37-41	> 41
Homme	20-39	5-7	8-20	21-25	> 24
	40-59	5-10	11-21	22-27	> 27
	60-79	5-12	13-25	26-30	> 30

En fonction des directives NIH/OMS pour l'indice de masse corporelle

Basé sur Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol.72, Sept. 2000

Indice de masse corporelle	Indice de masse corporelle (Désignation de l'OMS)
inférieure à 18,5	FAIBLE
18,5 ou plus et inférieure à 25	NORMAL
25 ou plus et inférieure à 30	ÉLEVÉ
30 ou plus	TRÈS ÉLEVÉ

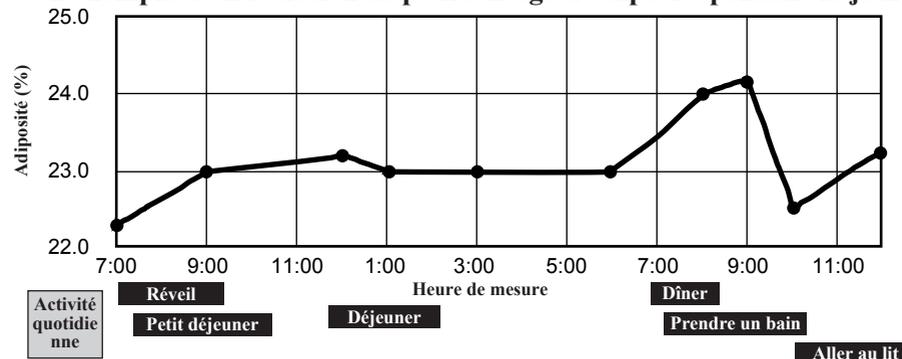
Les indices mentionnés ci-dessus se rapportent aux valeurs d'évaluation d'obésité proposées par l'OMS, l'Organisation Mondiale de la Santé.

## Variations du pourcentage d'adiposité

Le niveau d'hydratation d'une personne et sa circulation sanguine peuvent avoir un effet sur la mesure d'adiposité.

Le diagramme ci-dessous est un exemple de variations de pourcentage d'adiposité au cours de la journée causées par la variation de teneur en eau du corps. Le motif de variations du pourcentage d'adiposité est différent pour chaque personne.

### Un exemple de fluctuation de pourcentage d'adiposité pendant la journée



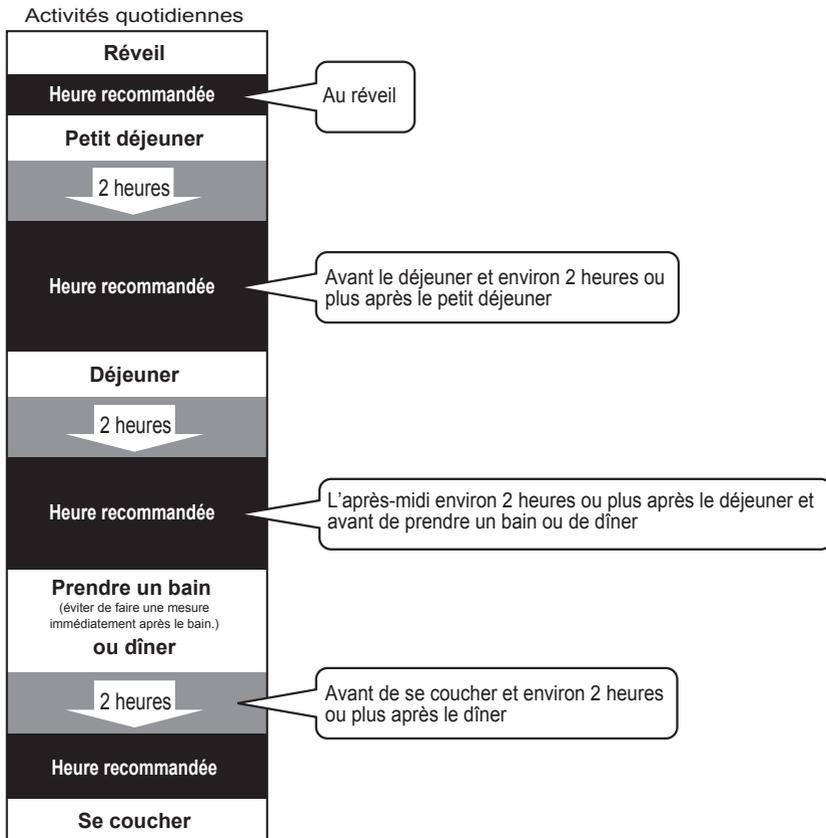
**REMARQUE :** Le pourcentage d'adiposité mesuré par cet appareil peut être très différent du pourcentage d'adiposité réel dans les situations suivantes :

- Enfants en cours de croissance
- Femmes enceintes
- Personnes âgées
- Femmes après la ménopause
- Personnes ayant de la fièvre
- Personnes ayant un œdème
- Athlètes professionnels ou culturistes
- Patients sous dialyse
- Patients atteints d'ostéoporose ayant une très faible densité osseuse

# HEURES DE MESURE RECOMMANDÉES

## Heures recommandées pour prendre une mesure

Comprendre les variations normales de votre pourcentage d'adiposité peut vous aider à éviter ou à réduire l'obésité. Savoir à quel moment le pourcentage d'adiposité se décale dans votre propre calendrier quotidien vous aidera à obtenir une tendance précise de votre adiposité. Il est recommandé d'utiliser le moniteur de perte d'adiposité dans le même environnement et les mêmes circonstances quotidiennes pour chaque mesure. (Reportez-vous au tableau)



## Quand faut-il éviter de prendre une mesure

Si une mesure est faite dans les conditions physiques suivantes, le pourcentage d'adiposité mesuré peut être fortement différent de la valeur réelle en raison des variations de teneur en eau du corps.

- Après avoir bu une grande quantité d'eau ou après un repas (1 à 2 heures)
- Après avoir bu de l'alcool
- Immédiatement après un exercice vigoureux
- Immédiatement après un bain ou un sauna

# CALCUL DE L'INDICE DE FORME PHYSIQUE

Le moniteur de perte d'adiposité peut être réglé sur le mode NORMAL ou ATHLÈTE. La composition de votre corps varie en fonction de votre indice de forme physique.

Calculez votre indice de forme physique en utilisant la formule suivante.

$$\text{Indice de forme physique} = \text{Fréquence} \times \text{Intensité} \times \text{Durée}$$

En fonction de votre indice de forme physique, utilisez le mode suivant lors du réglage de vos données personnelles.

NORMAL      Indice de forme physique < 60

ATHLÈTE     Indice de forme physique ≥ 60

EXEMPLE : Course 5 fois par semaine pendant 30 minutes.

$$75 = 5 \times 5 \times 3$$

Indice de forme physique    Fréquence    Intensité    Durée  
Indice de forme physique ≥ 60, mode ATHLÈTE

Numéro	Fréquence d'exercice
5	Quotidienne ou presque quotidienne
4	3 ou 4 fois par semaine
3	1 ou 2 fois par semaine
2	Quelques fois par mois
1	Moins d'une fois par

Intensité	Exercice de mise en condition	Sports
5	Vélo - >à 19 km/h	Basket-ball - de compétition
	Haltérophilie - vigoureuse dynamophilie ou culturisme	Boxe
	Aviron - modéré ou vigoureux	Football américain - de compétition
	Machine à ramer — effort modéré à vigoureux	Hand-ball, racquetball, ou squash
	Danse aérobique - à fort impact	Hockey sur glace
	Aérobic sur marchepied	Karaté ou kickboxing
	Course à pied - >à 8 km/h	Varappe
	Saut à la corde	Rugby
	Patin à roulettes (patin à roulettes alignées)	Football - de compétition
	Ski en salle	Tennis
	Escalade	Natation - de compétition ou longueurs de bassin
	Vélo stationnaire — effort modéré à vigoureux	Patinage de vitesse - de compétition
	Ski - de randonnée Ski - course de descente	

# CALCUL DE VOTRE INDICE DE FORME PHYSIQUE

Intensité	Exercice de mise en condition	Sports
5	Vélo - >à 19 km/h	Tir à l'arc
	Haltérophilie — effort modéré	Basket-ball — faire des paniers
	Vélo stationnaire — effort léger	Bowling
	Aviron — effort léger	Escrime
	Callisthénie	Golf
	Assouplissement / Yoga	Gymnastique
	Machine à ramer - effort léger	Équitation
	Aérobic dans l'eau ou exercices dans l'eau	Base-ball
	Danse aérobique - à faible impact	Softball
	Course - <à 8 km/h	Tai Chi
	Marche - >à 4 km/h	Volley-ball - de compétition
	Natation - de loisirs	Lutte - de compétition
	Patin à roulettes - de loisirs	Patin à glace - <à 8 km/h

Temps	Durée
4	45 minutes ou plus
3	30 à 44 minutes
2	15 à 29 minutes
1	Moins de 15 minutes

# APPRENEZ À CONNAÎTRE VOTRE APPAREIL

## Corps de l'appareil

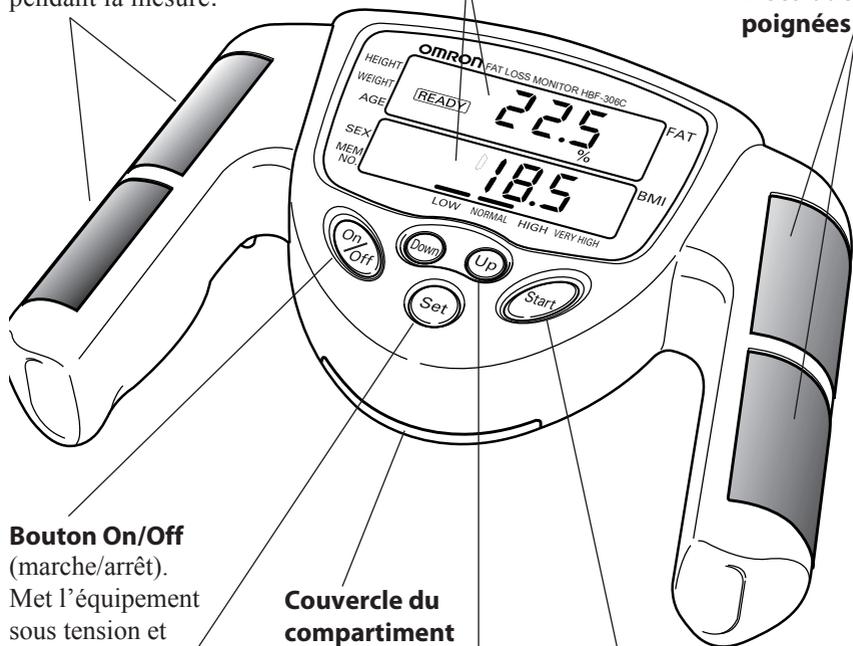
### Électrodes de poignées

Un courant électrique extrêmement faible est envoyé depuis ces points pendant la mesure.

### Affichage

Affiche les valeurs réglées et les résultats mesurés.

### Électrodes de poignées



### Bouton On/Off

(marche/arrêt).  
Met l'équipement sous tension et hors tension.

### Couvercle du compartiment de piles

### Bouton Set (réglage)

Règle le numéro personnel et les données personnelles.

### Bouton Start (Démarrer)

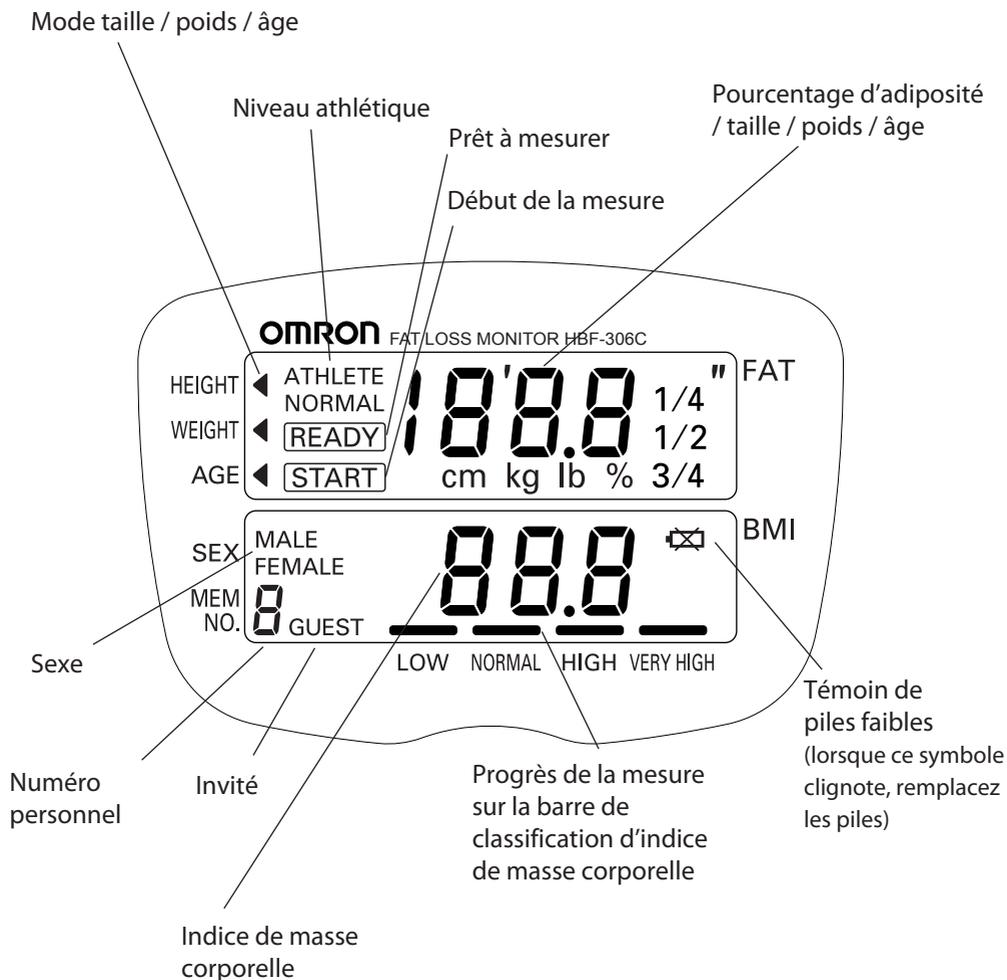
Appuyez sur le bouton pour lancer la mesure.

### Bouton Down/Up (diminuer/augmenter)

Règle les valeurs numériques pour les informations personnelles, y compris la taille, le poids, l'âge et le sexe. Ce bouton permet également de régler les numéros personnels de 1 à 9.

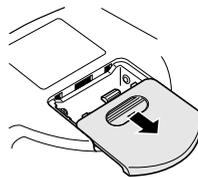
# AFFICHAGE DE L'APPAREIL

## Affichage

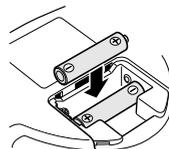


# INSTALLATION DES PILES

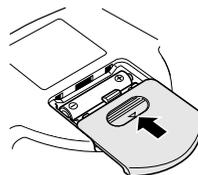
1. Appuyez sur le symbole  sur le couvercle du compartiment de piles et faites glisser le couvercle dans le sens de la flèche.



2. Installez deux piles « AAA » de façon à ce que les polarités + (positive) et – (négative) correspondent aux polarités indiquées dans le compartiment de piles.



3. Remettez soigneusement en place le couvercle du compartiment de piles.



## REPLACEMENT DES PILES

Toutes les données personnelles configurées à l'aide d'un numéro de profil personnel sont stockées dans la mémoire pendant le remplacement des piles.



Indicateur de piles faibles

Lorsque l'indicateur de piles faibles s'affiche à l'écran, retirez les deux piles usées. Remplacez-les par deux piles neuves en même temps. Des piles alcalines longue durée sont recommandées.

# SÉLECTION DU MODE SI/US

Le moniteur de perte d'adiposité peut être réglé pour fonctionner en unités US ou SI.  
Le moniteur est pré-réglé pour afficher les données personnelles en mode SI.

**REMARQUE :** Lors du passage entre les modes SI et US, toutes les données personnelles sont supprimées.

## SÉLECTION DU MODE US

1. Le moniteur doit être en position d'arrêt. Appuyez sur le bouton ON/OFF (marche/arrêt) pour éteindre le moniteur.
2. Appuyez sur le bouton Start (Démarrer), sur le bouton Up (Augmenter) et sur le bouton On/Off (marche/arrêt) dans cet ordre et maintenez-les appuyés. Relâchez tous les boutons en même temps. La tension est mise et le bas de l'écran doit afficher « CA ».

**REMARQUE :** Si l'écran affiche « Guest », mettez l'appareil hors tension. Essayez encore de tenir tous les boutons appuyés quelques secondes de plus.

3. Appuyez sur le bouton SET (RÉGLAGE) pour confirmer la modification. Le symbole « CAI » s'affiche à l'écran.
4. Appuyez de nouveau sur le bouton (Réglage) et maintenez-le appuyé pendant 3 à 4 secondes jusqu'à ce que la partie supérieure de l'écran affiche Le symbole « USI ».
5. Appuyez sur le bouton ON/OFF (marche/arrêt) pour mettre l'appareil hors tension.

## RETOUR AU MODE SI

Répétez les mêmes étapes que pour régler le mode US. Les symboles suivants s'affichent à l'écran.

Étape 2. La partie inférieure de l'écran affiche « USA ».

Étape 3. L'écran affiche le symbole « USI ».

Étape 4. La partie supérieure de l'écran affiche le symbole « CAI ».

**REMARQUE :** Lors du passage entre les modes SI et US, le moniteur ne s'éteint pas automatiquement.

# RÉGLAGE DES DONNÉES PERSONNELLES

Le moniteur de perte d'adiposité présente deux options pour entrer vos données personnelles.

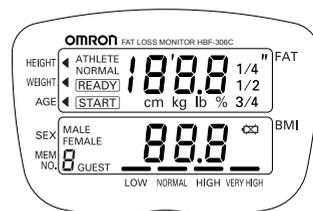
- Sélectionnez **GUEST** (invité) si vous ne voulez pas que vos données personnelles soient stockées en mémoire. Lorsque vous sélectionnez le mode GUEST (Invité) vous devrez entrer vos données personnelles avant de prendre chaque mesure.
- Sélectionnez un numéro de profil personnel pour enregistrer vos données personnelles. Le moniteur peut stocker des profils personnels en mémoire. Sélectionnez un numéro de 1 à 9. Utilisez ce numéro pour entrer vos données personnelles et lors d'une prise de mesure.

**REMARQUE :** L'affichage revient aux valeurs par défaut si le bouton de réglage n'est pas appuyé dans la minute qui suit. L'appareil se coupe automatiquement au bout d'une minute.

## 1. Appuyez sur le bouton ON/OFF (marche/arrêt).

Tous les symboles d'affichage apparaissent pendant environ une seconde.

Les symboles d'affichage disparaissent et le symbole GUEST (Invité) commence à clignoter.



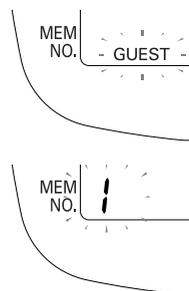
## 2. Sélectionnez l'option Données personnelles.

**2a. Appuyez sur le bouton SET (Régler) pour le mode GUEST (invité).** Le symbole NORMAL clignote à l'écran.

**2b. Appuyez sur le bouton Up (Augmenter) ou sur le bouton Down (Diminuer) pour sélectionner le numéro de votre profil personnel de 1 à 9.**

**Appuyez sur le bouton SET (réglage).**

Le symbole NORMAL clignote à l'écran.



## SÉLECTION DU MODE NORMAL/ATHLÈTE

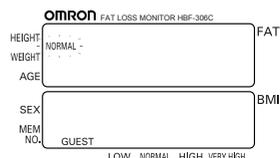
Sélectionnez NORMAL ou ATHLETE en fonction de votre indice de forme physique. Reportez-vous à la page 8 pour calculer votre indice de forme physique.

**1. Appuyez sur le bouton Up (Augmenter) ou sur le bouton Down (Diminuer) pour sélectionner NORMAL OU ATHLETE.**

**2. Appuyez sur le bouton SET (réglage).**

L'icône **HEIGHT** (taille) est indiquée.

La valeur par défaut de 170 cm.



# RÉGLAGE DES DONNÉES PERSONNELLES

## RÉGLAGE DE LA TAILLE

Réglez la taille entre 100,0 cm à 199,5 cm.

1. Appuyez sur le bouton Up (Augmenter) ou sur le bouton Down (Diminuer) pour modifier la taille.



La valeur change par pas de 0,5 cm. Appuyez sur le bouton et maintenez-le appuyé pour avancer plus rapidement.

**REMARQUE :** Appuyez sur le bouton Down (Diminuer) et sur le bouton Up (Augmenter) en même temps pour réinitialiser la taille à la valeur par défaut.

2. Appuyez sur le bouton SET (réglage).

L'icône WEIGHT ◀ (Poids) est indiquée.

La valeur par défaut de 60 kg clignote à l'écran.

## RÉGLAGE DU POIDS

Réglez le poids entre 10 kg et 199,8 kg.

1. Appuyez sur le bouton Up (Augmenter) ou sur le bouton Down (Diminuer) pour modifier le poids.



La valeur change par pas de lb.

Appuyez sur le bouton et maintenez-le appuyé pour avancer plus rapidement.

**REMARQUE :** Appuyez sur le bouton Down (Diminuer) et sur le bouton Up (Augmenter) en même temps pour réinitialiser le poids à la valeur par défaut.

2. Appuyez sur le bouton SET (réglage).

L'icône AGE ◀ est indiquée.

La valeur par défaut 40 clignote à l'écran.

## RÉGLAGE DE L'ÂGE

Réglez l'âge entre 10 et 80 dans le mode NORMAL,  
et entre 18 et 60 dans le mode ATHLETE.

1. Appuyez sur le bouton Up (Augmenter) ou sur le bouton Down (Diminuer) pour modifier l'âge.



La valeur change par pas de 1 an.

Appuyez sur le bouton et maintenez-le appuyé pour avancer plus rapidement.

**REMARQUE :** Appuyez sur le bouton Down (Diminuer) et sur le bouton Up (Augmenter) en même temps pour réinitialiser l'âge à la valeur par défaut.

2. Appuyez sur le bouton SET (réglage).

La valeur par défaut MALE clignote à l'écran.

# RÉGLAGE DES DONNÉES PERSONNELLES

## SÉLECTION DU MODE NORMAL/ATHLÈTE

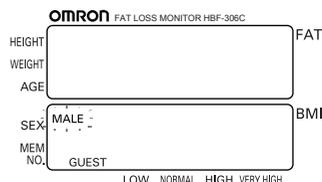
Sélectionnez **MALE (Homme)** OU **FEMALE (Femme)**.

1. Appuyez sur le bouton **Up (Augmenter)** ou sur le bouton **Down (Diminuer)** pour sélectionner **MALE OU FEMALE**.

2. Appuyez sur le bouton **SET (réglage)**.

Toutes les données personnelles sont définies.

L'indicateur **READY** s'affiche à l'écran.



## MODIFIER UN PROFIL PERSONNEL

Lorsque la taille, le poids ou l'âge est modifié, réinitialisez votre profil personnel.

1. Appuyez sur le bouton **ON/OFF (marche/arrêt)**.
2. Appuyez sur le bouton **Up (Augmenter)** ou sur le bouton **Down (Diminuer)** pour sélectionner le numéro de profil personnel que vous voulez modifier.
3. Appuyez sur le bouton **SET** pour faire défiler les réglages. Arrêtez-vous au réglage que vous voulez modifier.
4. Appuyez sur le bouton **Up (Augmenter)** ou sur le bouton **Down (Diminuer)** pour modifier le réglage.
5. Appuyez sur le bouton **SET (réglage)**.
6. Entrez la modification suivante ou appuyez sur le bouton de réglage pour continuer.
7. Appuyez sur le bouton de réglage si aucun changement n'est nécessaire jusqu'à ce que vous ayez fait défiler tous les réglages de données personnelles.

**REMARQUE :** Si vous appuyez sur le bouton **On/Off (marche/arrêt)** avant d'avoir terminé tous les réglages, les données ne seront pas sauvegardées.

8. Appuyez sur le bouton **ON/OFF (marche/arrêt)**.

**REMARQUE :** Si votre indice de forme physique est modifié, réinitialisez votre profil personnel. Toutes les données personnelles retournent aux valeurs par défaut.

## SUPPRIMER UN PROFIL PERSONNEL

Tous les profils personnels, 1 à 9, stockés en mémoire seront supprimés. Vous ne pouvez pas supprimer un profil à la fois.

1. Appuyez sur le bouton **ON/OFF (marche/arrêt)**.
2. Appuyez sur le bouton **Up (Augmenter)** pour sélectionner le numéro 1 de profil personnel.
3. Appuyez sur le bouton **Set (Réglage)** pendant environ 2 secondes.

Tous les symboles d'affichage apparaissent pendant environ une seconde.

Les symboles d'affichage disparaissent et le symbole **GUEST (invité)** commence à clignoter.

# PRISE DE MESURE

Avant d'effectuer une mesure, vos données personnelles doivent être entrées.  
Si GUEST (invité) est utilisé, vous devez entrer vos données personnelles avant d'effectuer la mesure. Reportez-vous à la page 14, Réglage des données personnelles.

## 1. Appuyez sur le bouton ON/OFF (marche/arrêt).

Tous les symboles d'affichage apparaissent pendant environ une seconde. Les symboles d'affichage disparaissent et le symbole GUEST (invité) commence à clignoter.

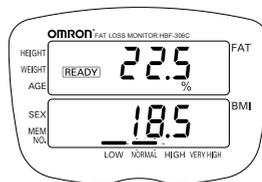
## 2. Sélectionnez l'option de données personnelles.

### 5a. Appuyez sur le bouton SET (réglage) pour l'invité.

Entrez vos données personnelles.

### 5b. Appuyez sur le bouton Up (Augmenter) pour sélectionner le numéro de profil personnel.

L'indicateur **READY** s'affiche à l'écran.



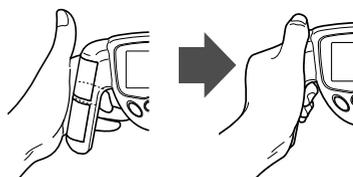
## 3. Tenez-vous debout en écartant légèrement les pieds.

## 4. Placez les deux mains sur le moniteur en tenant les électrodes de poignées.

Entourez de votre index la rainure de la poignée.

Placez la paume de votre main sur les électrodes du

dessus et du dessous. Relevez les pouces, en les appuyant contre le dessus du moniteur comme illustré.



**REMARQUE :** La résistance électrique peut ne pas être mesurée correctement dans les cas suivants.

Vos doigts sont écartés des poignées



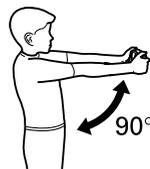
Vos mains ne sont pas uniformément positionnées vers le haut ou le bas des électrodes.



# PRISE DE MESURE

## 5. Tenez vos bras droits à un angle de 90° par rapport à votre corps.

**REMARQUE :** Ne bougez pas pendant la mesure.



## Une mesure prise dans les positions suivantes peut ne pas donner de résultats précis :

Les coudes sont pliés



Mouvement des bras ou du corps pendant la mesure



Mesure assis ou couché



Les bras sont positionnés vers le haut ou vers le bas par rapport à l'angle de 90° désiré.



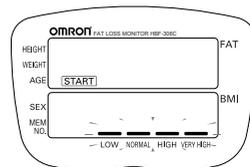
## 6. Appuyez sur le bouton START (Démarrer)

L'indicateur **START** s'affiche à l'écran.

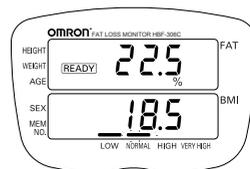


## 7. Tenez bien les électrodes des deux mains.

Le moniteur commence automatiquement la mesure  
La barre de classification d'indice de masse corporelle s'affiche à l'écran.



La classification d'indice de masse corporelle, le pourcentage d'adiposité, et l'indice de masse corporelle sont affichés.



**REMARQUE :** Vous pouvez effectuer une autre mesure lorsque l'indicateur **READY** s'affiche à l'écran.

## 8. Appuyez sur le bouton ON/OFF (marche/arrêt).

**REMARQUE :** Si vous oubliez de mettre le moniteur hors tension, il s'éteint automatiquement en environ 3 minutes après avoir affiché les résultats de la mesure.

# ENTRETIEN DU MONITEUR

Pour garder votre moniteur de perte d'adiposité dans le meilleur état de marche possible et bien le protéger, suivez les instructions ci-dessous :

**Nettoyez l'appareil avec un chiffon doux et sec.** N'utilisez pas d'abrasif ni de produit de nettoyage volatile. L'appareil n'est pas étanche à l'eau, ne l'immergez pas dans l'eau.

**Rangez l'appareil dans un lieu sûr et sec.** Gardez le moniteur à l'abri des températures extrêmes, de l'humidité et de l'ensoleillement direct. Essuyez toujours soigneusement l'humidité présente sur les composants avant de ranger l'appareil.

**Gardez l'appareil à l'abri de choc violent, évitez de le faire tomber sur le sol.**  
Ne marchez pas sur l'appareil.

**Retirez les piles** si l'appareil ne doit pas servir pendant au moins trois mois.

**Utilisez l'appareil conformément aux instructions de ce manuel.**

# INDICATEURS D'ERREUR

NUMÉRO	CAUSE	CORRECTION
<b>E 1</b>	Les électrodes n'ont pas été fermement saisies.	Saisissez correctement les électrodes. Reportez-vous à la page 17, numéro 4 sous « Prise de mesure ».
<b>E 3</b>	Les mains sont sèches.	Humidifiez légèrement les mains avec une serviette mouillée.
<b>E 4</b>	Les valeurs de pourcentage d'adiposité et d'indice de masse corporelle sont en dehors de l'intervalle de mesures.	Vérifiez que vos données personnelles sont correctes. Reportez-vous à la page 14, « Réglages des données personnelles »
<b>E 5 E 6</b>	Fonctionnement irrégulier	Mettez l'appareil hors-tension., puis sous tension. Effectuez une autre mesure. Si l'erreur se produit de nouveau, veuillez contacter le service à la clientèle au 800-234-4350.

# CONSEILS DE DÉPANNAGE

PROBLÈME	CAUSE COMMUNE	CORRECTION
Pas de tension	Les piles sont ou sont incorrectement insérées.	Remettez les piles en place. Vérifiez le sens des polarités sur les piles et sur l'appareil. Reportez-vous à la page 12, « Installation des piles ».
Les valeurs mesurées sont très différentes	Variation de la teneur en eau du corps.	Utilisez le moniteur dans le même environnement et dans les mêmes circonstances pour mesurer des tendances précises. Reportez-vous à la page 7, « Heures de mesure recommandées ».
Le pourcentage d'adiposité est inhabituellement élevé ou bas	Posture incorrecte ou mouvement pendant la mesure.	Vérifiez la position des pieds, bras et mains. Reportez-vous à la page 17, « Prise de mesure ».

# DÉCLARATION DE LA FCC

## REMARQUE :

RISQUE DE PARASITES RADIO-TÉLÉVISION (pour les États-Unis uniquement).  
Ce produit a été testé et évalué conforme aux limites pour un appareil numérique de classe B, conformément à la partie 15 du règlement de la FCC.

Ces limites sont conçues pour assurer une protection raisonnable contre les parasites dans une installation résidentielle. Le produit génère, utilise et peut irradier une énergie radiofréquence, et s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer des parasites des communications radio. Toutefois, il n'y a pas de garantie que ces parasites ne se produiront pas dans une installation particulière. Si le produit perturbe les réceptions radio ou télévision, ce qui peut être déterminé en mettant le produit sous tension et hors tension, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger les parasites en adoptant une ou plusieurs des mesures suivantes : Réorienter ou repositionner l'antenne de réception

- Augmenter la séparation entre le produit et le récepteur.
- Brancher le produit dans une prise sur un circuit différent de celui auquel le récepteur est branché.
- Demander conseil au commerçant ou à un dépanneur radio/télévision qualifié.

RISQUE DE PARASITES RADIO-TÉLÉVISION (pour le Canada uniquement)

Cet appareil numérique respecte les limites de la classe B pour les émissions radio d'appareil numérique telles que définies dans la norme sur les équipements causant des parasites intitulée « Appareil numérique », ICES-003 du département canadien des communications.

Cet appareil numérique respecte les limites de bruits radioélectriques applicables aux appareils numériques de Classe B prescrites dans la norme sur le matériel brouilleur: « Appareils Numériques », ICES-003 édictée par le ministre des communications.

Les modifications non expressément approuvées par la partie responsable de la conformité peuvent annuler l'autorité de l'utilisateur à utiliser ce produit.

# INFORMATION CONCERNANT LA GARANTIE

## GARANTIES LIMITÉES

Le moniteur de perte d'adiposité HBF-306CAN, à l'exception des piles, est garanti comme étant exempt de tout vice de matériau et de fabrication qui pourrait apparaître dans la première année à compter de la date d'achat, lorsqu'il est utilisé conformément aux instructions qui accompagnent le moniteur. Les garanties ci-dessus ne sont accordées qu'à l'acheteur original. Nous réparerons ou remplacerons gratuitement, selon notre choix, le moniteur couvert par les garanties énoncées ci-dessus. La réparation ou le remplacement représente notre seule responsabilité et votre seul recours en vertu des garanties énoncées ci-dessus.

Si une réparation s'avère nécessaire pendant la période de garantie, retournez l'unité avec tous ses composants. Joignez le talon d'achat et 5,00 CND\$ pour les frais d'expédition et d'assurance. Envoyez l'unité en port prépayé et assuré à :

Omron Healthcare, Inc.  
Attn: Repair Department  
5500 North Service Road  
Burlington, Ontario, L7L 6W6, Canada

**TOUTES LES GARANTIES IMPLICITES, Y COMPRIS, MAIS SANS S'Y LIMITER, LES GARANTIES IMPLICITES DE COMMERCIALISABILITÉ OU D'ADAPTATION À UN USAGE PARTICULIER SONT LIMITÉES À LA DURÉE DE LA GARANTIE APPLICABLE ÉNONCÉE CI-DESSUS.** Certaines provinces n'autorisent pas les limitations de durée de garantie implicite, de sorte que la limitation ci-dessus peut ne pas vous concerner.

**OMRON NE SERA PAS RESPONSABLE DE LA PRIVATION D'UTILISATION, OU D'AUTRES DOMMAGES, DÉPENSES OU FRAIS ACCESSOIRES, INDIRECTS OU CIRCONSTANCIELS.** Certaines provinces n'autorisent pas l'exclusion ni la limitation des dommages accessoires ou indirects, de sorte que les exclusions ci-dessus peuvent ne pas vous concerner.

Cette garantie vous donne des droits spécifiques reconnus par la loi et vous pouvez bénéficier d'autres droits qui peuvent varier d'une province à l'autre.

### POUR LE SERVICE À LA CLIENTÈLE

Rendez-vous sur notre site web à :

[www.omronhealthcare.com](http://www.omronhealthcare.com)

Numéro à appel gratuit :

1-800-634-4350

# SPÉCIFICATIONS

Modèle :	<b>HBF-306CAN</b>
Description :	Moniteur de perte d'adiposité OMRON
Affichage :	Pourcentage d'adiposité (4,0 à 50,0%) Méthode IB Indice de masse corporelle (7,0 à 90,0) classification d'indice de masse corporelle (4 niveaux)
Intervalles de réglage :	Taille : Environ 100 cm à 195,5 cm (3 pi 4 po à 6 pi 6 po) Poids : 10 à 199,8 kg (23 à 440 1/2 lbs) Âge : NORMAL; 10 à 80 ans ATHLETE; 18 à 60 ans Sexe : Homme / Femme
Alimentation :	2 piles AAA (Vous pouvez utiliser 2 piles alcalines AAA)
Durée de vie de la pile :	Environ 1 an (varie selon l'utilisation et le stockage)
Température/humidité en fonctionnement :	10 à 40°C (50 à 104°F), humidité relative de 30 à 85%
Température/humidité de stockage :	-20 à 60°C (-4 à 140°F), humidité relative de 10 à 95%
Dimensions externes :	Environ. 197 x 128 x 49 mm (L x h x l) (8 x 5 x 2 po)
Poids :	Environ 230 g (sans les piles)
Contenu :	1 moniteur de perte d'adiposité, 2 piles AAA, 1 manuel d'instructions
Code CUP :	0 73796 30634 2

Les spécifications peuvent être changées sans préavis.

Fabriqué par : Omron

Distribué par :

**Omron Healthcare, Canada**

5500 North Service Road

Burlington, Ontario, L7L 6W6

[www.omronhealthcare.com](http://www.omronhealthcare.com)

Copyright © 2004 Omron Healthcare, Inc.

HBF-306CANINST Rév