

BF206-BT

Bluetooth[®] Body Composition Monitor

Intended Use

Medical Purpose

Dear customer,

Thank you for purchasing this high-quality OMRON Body Composition Monitor. The BF-206BT is intended to measure and display the following body composition:

- Body weight
- Body Fat (in %)
- Skeletal Muscle (in %)
- Visceral Fat (up to 30 levels)
- Body Mass Index (BMI)
- Body Age

In addition, the calculation of the Resting Metabolism Rate (in kcal) determines the daily calorie requirement and can act as a reference for weight reduction programme.

The unique OMRON 4-sensor technology provides one of the most accurate methods of body measurements.

Suitable Users

The BF206-BT is intended to measure the people matching the following conditions.

- Height: 100.0 to 199.5 cm
- Weight: 150 kg or less
- Age: All users*

* The age range is different according to the measurement parameter.

Please refer to "Setting Items" in the Technical Data Section.

Precautions for Use



Please read this instruction manual carefully before use and for further information on the individual functions.

Contents

Before using the unit

Notes on Safety	2
Information on Body Composition	3

Operating instructions

1. Know Your Unit	5
2. Inserting and Replacing the Batteries	5
3. Setting the Date and Time	6
4. Setting and Storing Personal Data	7
5. Taking a Measurement	9
6. Measuring Weight Only	12
7. Viewing the Last Measurement Results	13
8. Transferring the Data	14
9. About the Wireless Communications Function	16




Care and maintenance

10. How to Take Care of and Store the Unit	16
11. Error Displays	17
12. Troubleshooting	17
13. Technical Data	18

EN

Notes on Safety

Symbols and definitions are as follows:

 Danger:	Improper use may cause danger resulting in death or serious injury.
 Warning:	Improper use may result in possible death or serious injury.
 Caution:	Improper use may result in injury or property damage.

Danger:

- Never use this unit in combination with medical electronic devices such as:
 - (1) Medical electronic implants such as pacemakers.
 - (2) Electronic life support systems such as an artificial heart/lung.
 - (3) Portable electronic medical devices such as an electrocardiograph.



This unit could cause these devices to malfunction, posing a considerable health risk to users of these devices.

Warning:

- Do not begin a weight reduction or exercise program without consulting a doctor or healthcare provider first. Self-diagnosis could damage your health.
- Do not use the unit on slippery surfaces, such as a wet floor.
- Keep the unit out of the reach of young children.
- Do not jump onto the unit, or hop up and down on the unit.
- Do not use this unit when your body and/or feet are wet, such as after taking a bath.
- Stand on the unit bare-footed. Attempting to stand on it with socks on may cause you to slip and result in injury.
- Do not step on the edge or display area of the unit.
- People with disabilities, or who are physically frail, should always be assisted by another person when using this unit. Use a handrail or so when stepping on the unit.
- If battery fluid should get in your eyes, immediately rinse with plenty of clean water. Consult a doctor immediately.

Caution:

- This unit is intended for home use only. It is not intended for professional use in hospitals or other medical facilities. This unit does not support the standards required for professional use.
- Do not disassemble, repair, or remodel the unit.
- Do not use mobile phones near the unit except for wireless communications.
- Do not use batteries not specified for this unit. Do not insert the batteries with the polarities in the wrong direction.
- Replace worn batteries with new ones immediately.
- Do not dispose of batteries in fire.
- If battery fluid should get on your skin or clothing, immediately rinse with plenty of clean water.

- Remove the batteries from this unit when you are not going to use it for a long period of time (approximately three months or more).
- Do not use different types of batteries together.
- Do not use new and worn batteries together.
- Always wash your feet before using the unit if you are suffering from a foot infection or other skin disease. Failure to do so could infect others. When the unit will be used by several people, wipe the unit with a damp cloth moistened with mild detergent after using it. Then wipe it dry.

General Advice:

- Do not place this unit on a cushioned floor surface such as on a carpet or a mat. Correct measurement may not be possible.
- Do not place this unit in highly humid environments and protect it from splashing water.
- Do not place this unit near heat sources or below air conditioners and avoid direct sunlight.
- Do not step on the display or buttons of this unit.
- Do not use this unit for purposes other than described in this manual.
- As this unit is a precision instrument, do not drop, vibrate, or apply strong shock.
- Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries.
- Do not wash the unit with water.
- Do not wipe the unit with benzene, gasoline, paint thinner, alcohol, or other volatile solvents.
- Do not place this unit where it will be exposed to chemicals or corrosive vapors.

Read and follow the "Important information regarding Electro Magnetic Compatibility (EMC)" in the Technical Data Section.

Information on Body Composition

Principle of body composition calculation

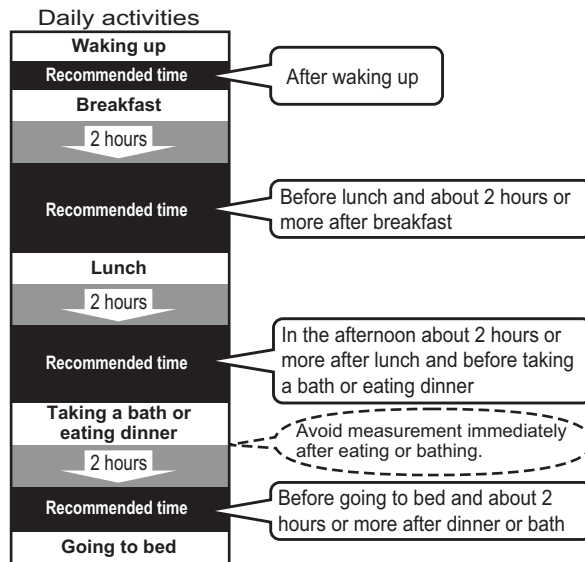
Body fat has low electric conductivity

The BF206-BT measures the body fat percentage by the Bioelectrical Impedance (BI) method. Muscles, blood vessels and bones are body tissues with a high water content that conducts electricity easily. Body fat is tissue that has little electric conductivity. The BF206-BT sends an extremely weak electrical current of 50 kHz and less than 500 µA through your body to determine the amount of fat tissue. This weak electrical current is not felt while operating the BF206-BT.

In order for the scale to determine body composition, it uses the electrical impedance, along with your height, weight, age and gender information to generate results based on OMRON's data of body composition.

Recommended measurement times

Understanding the normal changes in your body fat percentage can help you in preventing or reducing obesity. Being aware of the times when the body fat percentages shift within your own daily schedule will assist you in obtaining an accurate trending of your body fat. It is recommended to use this unit in the same environment and daily circumstances. (See chart)



Avoid Taking Measurements Under the Following Conditions:

- Immediately after vigorous exercise, after a bath or sauna.
- After drinking alcohol or a large amount of water, after a meal (about 2 hours).

If a measurement is taken under these physical conditions, the calculated body composition may differ significantly from the actual one because the water content in the body is changing.

What is BMI (Body Mass Index)?

BMI uses the following simple formula to indicate the ratio between weight and height of a person.

$$\text{BMI} = \text{weight (kg)} / \text{height (m)} / \text{height (m)}$$

The OMRON BF206-BT uses the height information stored in your personal profile number or when entering information in the Guest Mode to calculate your BMI classification.

If the fat level revealed by BMI is higher than the international standard, there is an increased likelihood of common diseases. However, not all types of fat can be revealed by BMI.

Information on Body Composition

What is Body Fat Percentage?

Body fat percentage refers to the amount of body fat mass in regards to the total body weight expressed as a percentage.

$$\text{Body fat percentage (\%)} = \{\text{Body fat mass (kg)} / \text{Body weight (kg)}\} \times 100$$

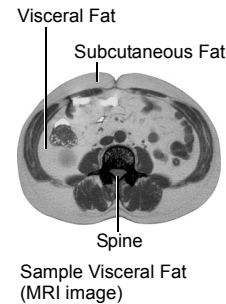
The device uses BI method to estimate your body fat percentage.

Depending on where fat is distributed in the body, it is classified as visceral fat or subcutaneous fat.

What is Visceral Fat Level?

Visceral fat = fat surrounding internal organs

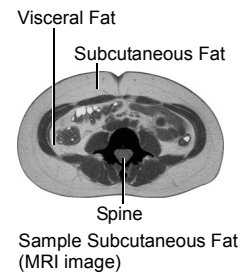
Too much visceral fat is thought to be closely linked to increased levels of fat in the bloodstream, which can lead to common diseases such as hyperlipidemia and diabetes, which impairs the ability of insulin to transfer energy from the bloodstream and using it in cells. In order to prevent or improve conditions of common diseases, it is important to try and reduce visceral fat levels to an acceptable level. People with high visceral fat levels tend to have large stomachs. However, this is not always the case and high visceral fat levels can lead to metabolically obese. Metabolically obese (visceral obesity with normal weight) represents fat levels that are higher than average, even if a person's weight is at or below the standard for their height.



What is Subcutaneous Fat?

Subcutaneous fat = fat below the skin

Subcutaneous fat not only accumulates around the stomach but also around the upper arms, hips and thighs, and can cause a distortion of the body's proportions. Although not directly linked to increased risk of disease, it is thought to increase pressure on the heart and other complications. Subcutaneous fat is not displayed in this unit, but is included in the body fat percentage.



What is Skeletal Muscle?

Muscle is divided into two types, muscle in internal organs, such as the heart, and skeletal muscle attached to bones that is used to move the body. Skeletal muscle can be increased through exercise and other activity. Increasing the ratio of skeletal muscle means that body can burn energy more easily, which means that it is less likely to turn to fat, and makes it easier to lead an energetic lifestyle.

What is Resting Metabolism?

Regardless of your activity level, a minimum level of caloric intake is required to sustain the body's everyday functions. Known as the resting metabolism, this indicates how many calories you need to ingest in order to provide enough energy for your body to function.

What is Body Age?

Body age is based on your resting metabolism. Body age is calculated by using your weight, body fat percentage and skeletal muscle percentage to produce a guide to judge whether your body age is above or below the average for your actual age. To know your body age is useful to improve your health condition.

The reason calculated results may differ from actual body fat percentage

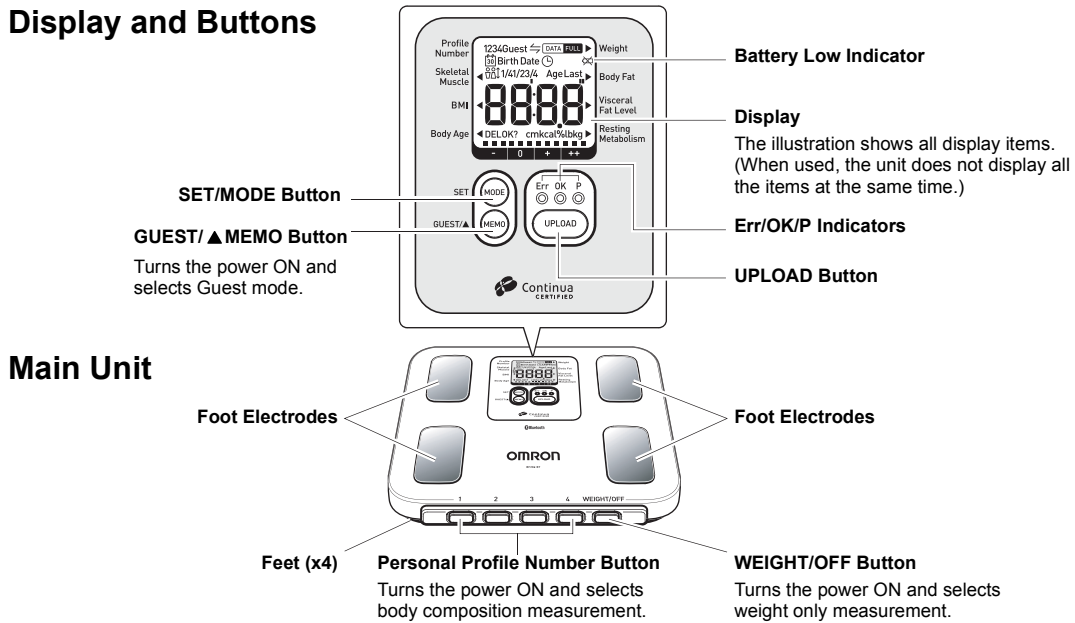
The body fat percentage measured by this unit may significantly differ from the actual body fat percentage in the following situations:

Elderly people (over 81 years old) / People with a fever / Body builders or highly trained athletes / Patients undergoing dialysis / Patients with osteoporosis who have very low bone density / Pregnant women / People with swelling

These differences may be related to changing ratios of body fluid and/or body composition.

1. Know Your Unit

Display and Buttons



About the Alarm

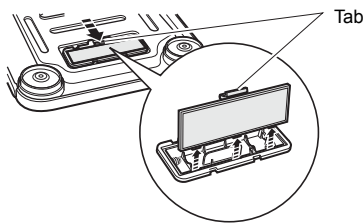
The alarm will beep under the following conditions:

- When the power is turned on: Blip!
- When 0.0 kg is displayed and the unit is ready to take a measurement: Blip! Blip!
- When a measurement is completed: Blip!
- When an error message "Err" appears: Blip! Blip! Blip! Blip! Blip! (A rapid series of short beeps.)
- When data has been sent successfully: Blip! Blip!
- When data failed to be sent: Beep! Beep! Beep! (A series of three long beeps.)

2. Inserting and Replacing the Batteries

1. Open the battery cover on the back of the unit.

- 1) Press the tab on the battery cover in the direction of the arrow to release the cover as illustrated.
- 2) Pull the tab of the cover upwards.




2. Install the batteries in correct polarity as marked inside the battery compartment.



3. Close the battery cover.

Battery Life and Replacement

When the battery low indicator () appears, replace all four batteries with new ones.

Items stored in memory are retained even if the batteries are removed.

- Replace the batteries after turning off the power.
- Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries.
- Four AA alkaline batteries will last approximately six months (when measurements and data transfers are made four times a day).
- Because the supplied batteries are for trial use only, they may have a shorter life.

3. Setting the Date and Time

When the power is turned on for the first time, it is necessary to set the date and time.

- 1) Press the WEIGHT/OFF button to turn on the power.

When the power is turned on for the first time, the year digits blink.

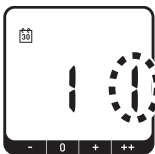
2. [TO SET THE YEAR]

- 1) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the year and press the SET/MODE button to confirm.
 - Setting range: 2010 to 2030
 - Press continuously to rapidly advance in increments of 10.



3. [TO SET THE MONTH AND DAY]

- 1) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the month and press the SET/MODE button to confirm.



- 2) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the day and press the SET/MODE button to confirm.
 - Press continuously to rapidly advance in increments of 10.



4. [TO SET THE HOUR AND MINUTE]

- 1) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the hour and press the SET/MODE button to confirm.
 - This is the 24-hour clock.



- 2) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the minute and press the SET/MODE button to confirm.
 - Press continuously to rapidly advance in increments of 10.

The current settings for the year, month and day, hour and minute appear in this sequence on the display. The power is automatically turned off.

This completes the setting.

Notes:

- If you need to correct while you are making settings: Press the WEIGHT/OFF button to turn the power off and on again. The year digits blink, proceed from step 2 of the procedure.
- If the power goes off while you are making settings: The power is automatically turned off if no information is entered for 3 minutes when setting the date and time. Press the WEIGHT/OFF button to turn the power off and on again.
- If you have to correct the date and time you have set: Press the WEIGHT/OFF button, and press the SET/MODE button for 2 seconds or longer after "0.0 kg" appears on the display. The year digits blink, proceed from step 2 of the procedure.

Power Switch

The power will automatically switch off in the following conditions:

1. If the monitor is not used within one minute of "0.0 kg" appearing on the display.
2. If no information is entered for 3 minutes when setting the date and time.
3. If no information is entered for 3 minutes when entering personal data.
4. If the monitor is not used for 3 minutes after the measurement results or last (previous) measurement results are displayed.
5. 30 seconds after the result is displayed when measuring weight only.
6. 10 seconds after "Err" appears on the display.

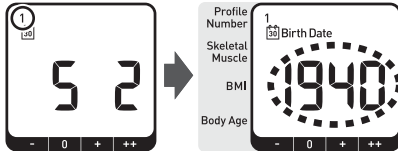
Note: "OFF" appears on the display when the power is turned off.

4. Setting and Storing Personal Data

For the correct measurement of body composition, it is necessary to set your personal data (birth date, gender, height). The monitor saves up to four personal profiles.

- 1) Press the Personal Profile Number button to select your personal profile number.

The current date appears on the display, then the display changes to the birth date (1940).



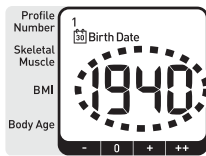
Note: When the date of birth, rather than current date, is displayed, the settings for that personal profile number are finished. Please use a different number or delete your personal profile information. Refer to Section 4, Deleting the Personal Data to delete the personal data.

2. [TO SET THE BIRTH DATE]

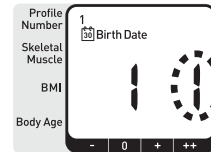
Setting range: 1900 to 2030

Press continuously to rapidly advance in increments of 10.

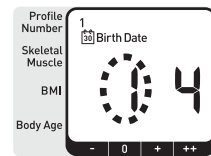
- 1) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the birth year and press the SET/MODE button to confirm.



- 2) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the birth month and press the SET/MODE button to confirm.

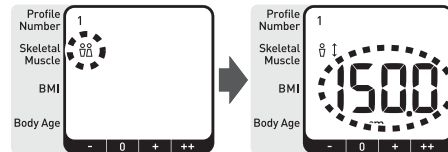


- 3) Press the GUEST/▲MEMO button to adjust the birth day and press the SET/MODE button to confirm.



3. [TO SET THE GENDER AND HEIGHT]

Set the gender ♂ (MALE) or ♀ (FEMALE) and height in the same way.



After all the settings are displayed for your confirmation, "0.0 kg" appears on the display.

This completes the setting.

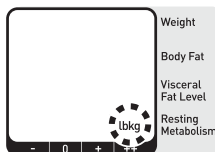
You can now take measurements of your body composition.

EN

Selecting Measurement Unit

You can change the measurement units used for the height and weight settings.

1. Press the WEIGHT/OFF button to turn on the power.
The current date appears on the display, then the display changes to "0.0 kg".
2. Keep the GUEST/▲MEMO button pressed for 2 seconds until "lb" and "kg" blink on the display.



3. Press the GUEST/▲MEMO button to select "kg" or "lb".
This will also automatically change "cm" and "inch".
4. Press the SET/MODE button to confirm.

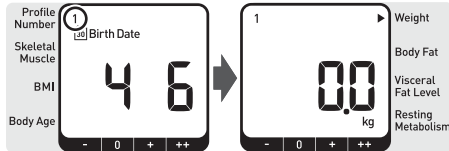
All height and weight measurements are displayed using the new measurement units. The change remains in effect until you change it again.

4. Setting and Storing Personal Data

Changing the Personal Data

1. Press the Personal Profile Number button to select your personal profile number.

The birth date appears on the display, then the display changes to "0.0 kg".
Wait until "0.0 kg" appears on the display.



2. Change the personal data.

- 1) While "0.0 kg" is displayed, press the SET/MODE button.

The birth year blinks on the display.



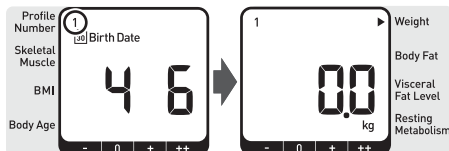
- 2) Refer to step 2 and 3 in Section 4, Setting and Storing Personal Data to change the personal data.

3. Press the WEIGHT/OFF button to turn off the power or take a measurement. (Refer to section 5 "Taking a Measurement".)

Deleting the Personal Data

1. Press the Personal Profile Number button to select the personal profile number you want to delete.

The birth date appears on the display, then the display changes to "0.0 kg".
Wait until "0.0 kg" appears on the display.



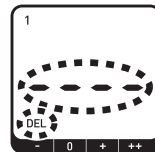
2. Delete the personal data.

- 1) While "0.0 kg" is displayed, press the SET/MODE button.

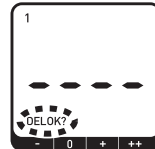
The birth year blinks on the display.



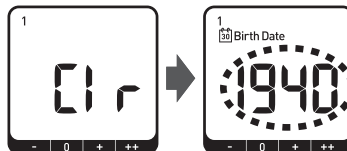
- 2) Press and hold the GUEST/▲MEMO button until "- - - -" and "DEL" blink on the display.



- 3) Press the SET/MODE button.
"DEL OK?" blinks on the display.



- 4) Press the SET/MODE button.
"Clr" appears on the display and the birth year setting appears on the display.



Note: To cancel deleting, press the GUEST/▲MEMO button.

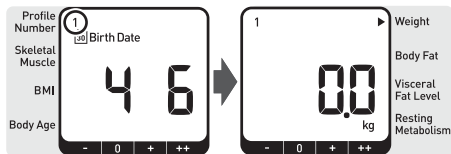
3. Press the WEIGHT/OFF button to turn off the power.

5. Taking a Measurement

Measurement should be taken on a level and hard surface.

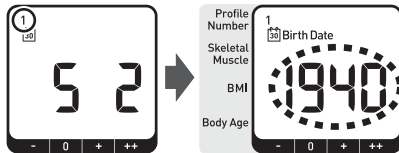
1. Press the Personal Profile Number button to turn on the power.

The birth date appears on the display, then the display changes to "0.0 kg".



Note: If you step onto the unit before "0.0 kg" appears on the display, an error message "Err" will appear.

If the following display is indicated:



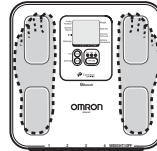
Your personal data is not stored in the personal profile number you have selected. Please see Section 4 to store personal data.

If you do not have personal data stored on the unit (GUEST mode):

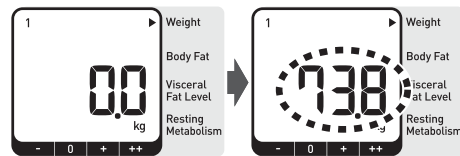
- 1) Press the GUEST/▲MEMO button to turn on the power. The current date appears on the display, then "GUEST" appears and the birth year (1940) blinks on the display.
- 2) Set the birth date, gender and height. Read steps 2 and 3 in Section 4, Setting and Storing Personal Data.

2. Start measurement.

- 1) Step on the unit bare-footed and place your feet on the foot electrodes with your weight evenly distributed.

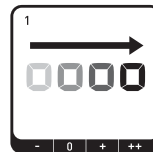


The display will show your weight and then the weight result will blink twice.



The unit will then start to measure your body composition.

- 2) During body composition measurement, "0" moves to show the measurement is progressing.



- 3) After the measurement is complete, your weight is displayed again. At this point you may step off the unit.



EN

Postures to Avoid During Measurement

Incorrect posture may result in inaccurate measurement of body composition.



Standing on edge of the unit



Knees bent



Crouching

5. Taking a Measurement

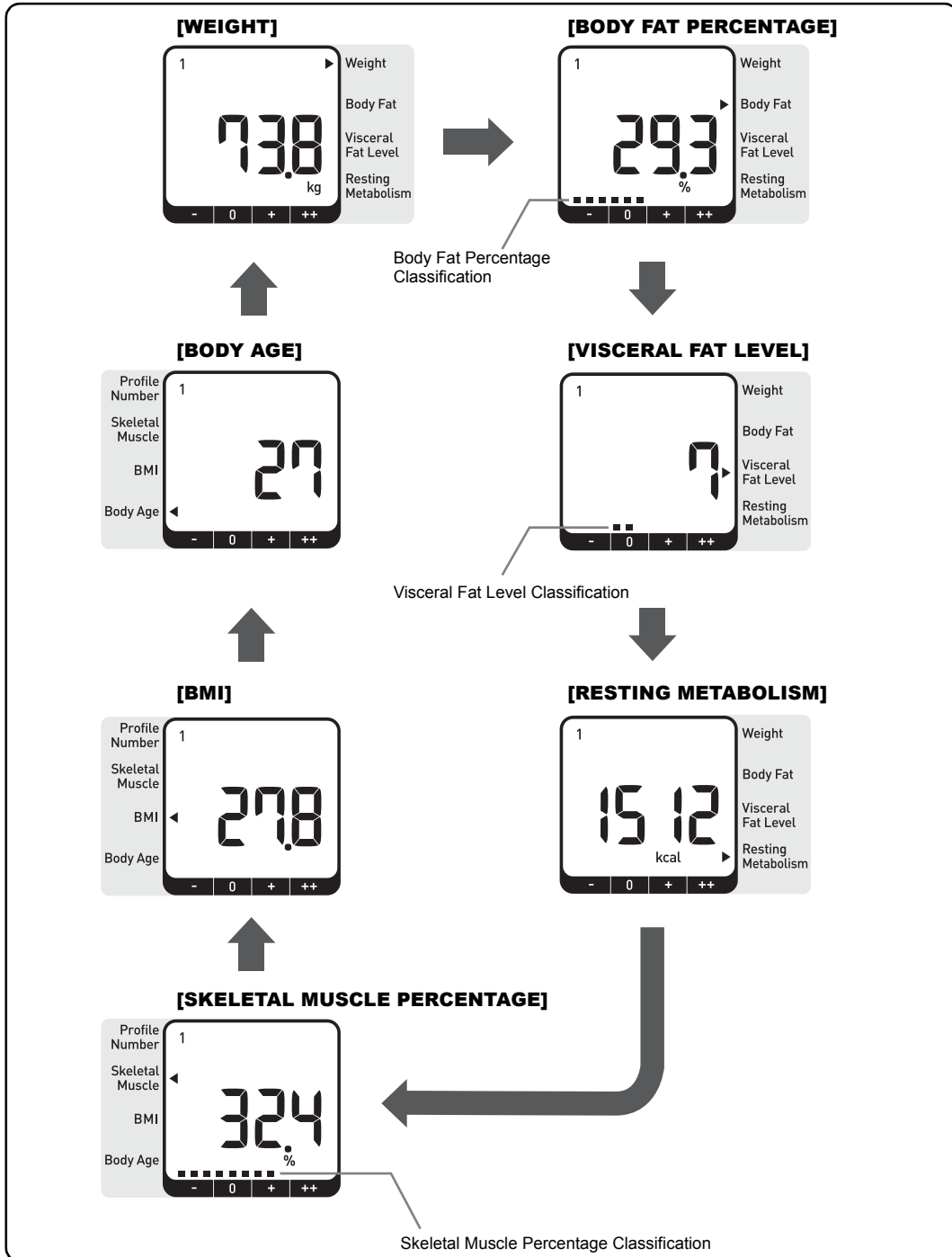
3. Check the measurement results.

The results display rotates automatically.

To stop the automatic rotation of results, or to view other measurement values, press the SET/MODE button.

The display changes with each press of the SET/MODE button, as shown below.

Note: Use the bar indicator as a guide to measurement.



Interpreting the Body Fat Percentage Result

Gender	Age	- (Low)	0 (Normal)	+ (High)	++ (Very High)
Female	20-39	< 21.0%	21.0 - 32.9%	33.0 - 38.9%	≥ 39.0%
	40-59	< 23.0%	23.0 - 33.9%	34.0 - 39.9%	≥ 40.0%
	60-80	< 24.0%	24.0 - 35.9%	36.0 - 41.9%	≥ 42.0%
Male	20-39	< 8.0%	8.0 - 19.9%	20.0 - 24.9%	≥ 25.0%
	40-59	< 11.0%	11.0 - 21.9%	22.0 - 27.9%	≥ 28.0%
	60-80	< 13.0%	13.0 - 24.9%	25.0 - 29.9%	≥ 30.0%

Based on NIH/WHO guidelines for BMI
 Based on Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol.72, Sept. 2000

Interpreting the Visceral Fat Level Result

Visceral Fat Level	Level Classification
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (High)
15 - 30	++ (Very High)

According to OMRON HEALTHCARE figures

Interpreting the BMI Result

BMI	BMI (Designation by the WHO)
BMI < 18.5	Underweight
18.5 ≤ BMI < 25	Normal
25 ≤ BMI < 30	Overweight
30 ≤ BMI	Obese

The above-mentioned indices refer to the values for obesity judgment proposed by WHO, the World Health Organization.

Interpreting the Skeletal Muscle Percentage Result (for adults)

Gender	Age	- (Low)	0 (Normal)	+ (High)	++ (Very High)
Female	18-39	< 24.3%	24.3 - 30.3%	30.4 - 35.3%	≥ 35.4%
	40-59	< 24.1%	24.1 - 30.1%	30.2 - 35.1%	≥ 35.2%
	60-80	< 23.9%	23.9 - 29.9%	30.0 - 34.9%	≥ 35.0%
Male	18-39	< 33.3%	33.3 - 39.3%	39.4 - 44.0%	≥ 44.1%
	40-59	< 33.1%	33.1 - 39.1%	39.2 - 43.8%	≥ 43.9%
	60-80	< 32.9%	32.9 - 38.9%	39.0 - 43.6%	≥ 43.7%

According to OMRON HEALTHCARE figures

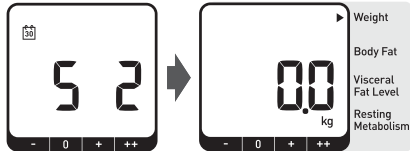
EN

4. Press the WEIGHT/OFF button to turn off the power.

6. Measuring Weight Only

1. Press the WEIGHT/OFF button to turn on the power.

The current date appears on the display, then the display changes to "0.0 kg".



Note: If you step onto the unit before "0.0 kg" appears on the display, an error message "Err" will appear.

2. When the "0.0 kg" is displayed, step onto the unit.

3. Check the measurement result.

Your weight is displayed and blinks twice to indicate that measurement is completed.

4. When the measurement is completed, step down from the unit and turn off the power.

7. Viewing the Last Measurement Results

Up to 30 measurement results are automatically stored for each personal profile number and the last (previous) measurement results can be displayed for this unit.

Note: When using the Guest mode, measurement results are not stored.

1. Press the Personal Profile Number button to turn on the power.

2. Take a measurement.

If you want to compare the results with the last (previous) values, measure your body composition.

3. Press GUEST/▲MEMO button.

The last weight value is displayed.

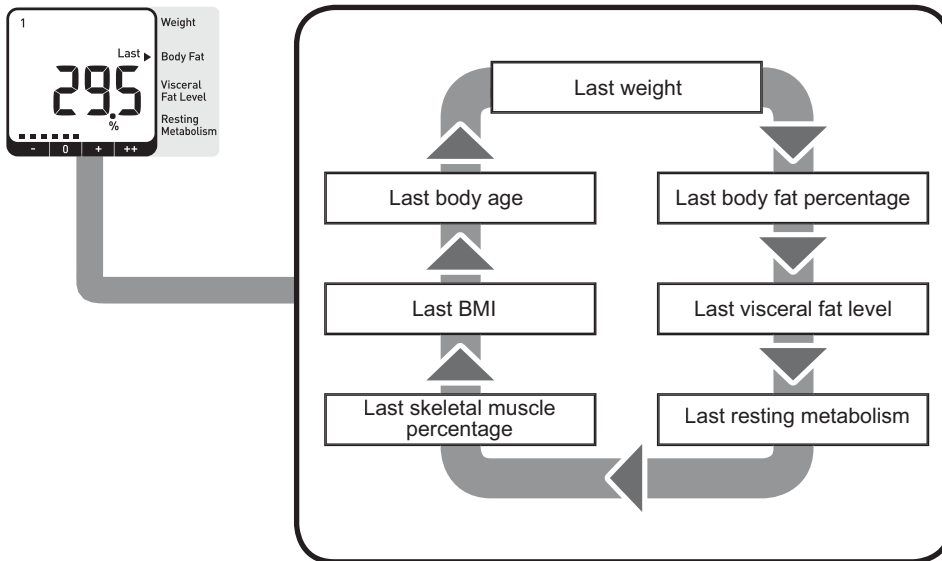


If you have measured your body composition in step 2, each press of the GUEST/▲MEMO button alternates between the current measurement result and the last (previous) result.

Notes:

- If there are no results for the last measurement, “- - - -” is displayed.
- If you have not measured your body composition in step 2, current measurement results cannot be displayed even if you press the GUEST/▲MEMO button.

4. Press the SET/MODE button to cycle through the other measurement values.



Note: Refer to Section 8 if you want to transfer the data.

5. Press the WEIGHT/OFF button to turn off the power.

8. Transferring the Data

You can transfer measurement data to a *Bluetooth*® wireless technology device. You can transfer up to 30 sets of stored measurement results for each personal profile number. The content and display for the measurement results may vary depending on the application used to view them. For details, refer to the manual provided with the application you are using.

Registering the Unit with the Destination Device (Pairing)

What is Pairing:

This refers to the procedure for registering the unit with the device so that it can be used to transfer data. Pairing is required when a device is connected to the unit for the first time, or if the same device is used to transfer data for a different personal profile number. Follow the procedure below to pair the unit with the destination device.

Refer to “Transferring the Data” for information about transferring the data with a device that has already been paired with the unit.

1. Display the measurement results.



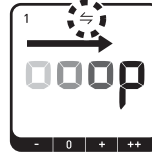
- Pairing (Registration) after taking a measurement:
Follow the steps in Section 5, to display the measurement results.
- Pairing (Registration) without taking a measurement:
Follow the steps in Section 7, to display the results for the last measurement.
- Pairing (Registration) when using GUEST mode:
You can also register a device after taking a measurement using GUEST mode. Follow the steps in Section 5, to display the measurement results.

2. Enable pairing (registration) on the device.

Set the application on the device ready for pairing.

For details, refer to the manual provided with the application you are using.

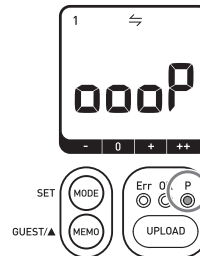
3. Press the UPLOAD button for 2seconds or longer.



Use the application to pair the unit with the device. For details, refer to the manual provided with the application you are using.

Note: If you press the UPLOAD button while pairing, pairing will be stopped and the display will revert to the previous screen.

If the pairing completes successfully, the “P” indicator lights and the alarm will beep (Blip! Blip!).



Notes:

- If the pairing process does not complete within approximately one minute, it will end without pairing the unit with the device.
- If the pairing process does not complete successfully, then the “Err” indicator lights and the alarm will beep three times (Beep! Beep! Beep!). Check the application on the connected device, then repeat the procedure from step 2 to try again.

Transferring the Data

1. Display the measurement results.



- Transferring data after taking a measurement:
Follow the steps in Section 5, to display the measurement results.
- Transferring data without taking a measurement:
Follow the steps in Section 7, to display the results for the last measurement.
- Transferring data when using GUEST mode:
You can also register a device after taking a measurement using GUEST mode.
Follow the steps in Section 5, to display the measurement results.

Note: When using GUEST mode, you cannot send results stored on the unit, you can only send the measurement results for the current measurement.

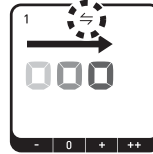
2. Enable data transfers.

Set the application on the destination device to transfer mode.
For details, refer to the manual provided with the application you are using.

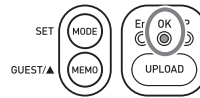
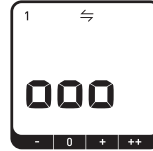
3. Press the UPLOAD button.

The display changes to the data transmission screen, and the unit starts transferring the data.

Note: If you press the UPLOAD button while the data is being transferred, the transfer will be stopped and the display will revert to the previous screen.



If the data is sent successfully, the "OK" indicator lights and the alarm will beep (Blip! Blip!).



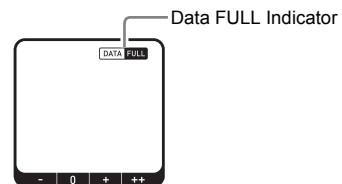
Note: If the data transmission fails, then the "Err" indicator lights and the alarm will beep three times (Beep! Beep! Beep!).
Check the application on the connected device, then repeat the procedure from step 2 to try again.

The screen will return to the screen displayed before data transmission started after 10 seconds.

4. Press the WEIGHT/OFF button to turn off the power.

About Data FULL Indicator

Up to 30 sets of measurement results can be stored for each personal profile number.
If the number exceeds 30, the oldest results are deleted.
If the Data FULL indicator blinks or remains lit, transfer data to a device as soon as possible to avoid losing measurement results.



DATA FULL blinks: 24-29 sets of measurement results have been stored.

DATA FULL lit: 30 sets of measurement results have been stored.

Note: The Data FULL indicator is not displayed when only 0 to 23 measurements results are stored.

EN

9. About the Wireless Communications Function

CE0197

Hereby, OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd, declares that this Body Composition Monitor is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 1999/5/EC. The declaration of conformity may be consulted at www.omron-healthcare.com.



This Product operates in the unlicensed ISM band at 2.4GHz. In case this Product is used around the other wireless devices including microwave oven and wireless LAN, which operate same frequency band of this Product, there is a possibility that interference occurs between this Product and such other devices. If such interference occurs, please stop the operation of other devices or relocate this Product before using this Product or do not use this Product around the other wireless devices.



The *Bluetooth*® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd. is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.



Look for the Continua Certified logo. It's your assurance that a device will reliably communicate and exchange information with similarly certified products, to help you better manage your health and wellness.

10. How to Take Care of and Store the Unit

This *Bluetooth*® Body Composition Monitor does not require any maintenance.

How to Clean the Unit

- Always keep the unit clean before use.
- Wipe the unit with a soft dry cloth.
 - If necessary, use a cloth moistened with water or detergent and squeeze it well before wiping the unit, then wipe dry with a dry cloth.
- You can use cleaning alcohol to clean the electrodes, but do not use it on other parts of the unit.
- Do not use benzene or thinner, to clean the unit.

Care and Storage

- Do not store the unit in the following conditions:
 - Humidity, where moisture or water may get into the unit
 - High temperatures, direct sunlight or dusty places
 - Places with the risk of sudden shocks or vibrations
 - In places where chemicals are stored or where corrosive gas is present.
- Do not carry out repairs of any kind yourself. If a defect occurs, consult the OMRON distributor or Customer Services as mentioned on the packaging.

11. Error Displays

Error Display	Cause	Correction
Err 1	Your soles are not in firm contact with the electrodes.	Press your soles firmly to the electrodes, then measure. (Refer to Section 5.)
Err 2	The posture for measurement is wrong or the soles are not in firm contact with the electrodes.	Measure without moving the soles. (Refer to Section 5.)
Err 3	The soles are too dry.	Moisten the soles with a wet towel, then repeat measurement.
Err 5	Device error.	Insert the batteries again and repeat measurement. If this error still occurs, consult your OMRON service representative.
Err	You stepped on or moved the unit before the display indicated "0.0 kg".	Step on the unit after the display indicates "0.0 kg".
	You moved your body while measuring body weight.	Do not move while measuring body weight.
	Your weight is more than 150 kg (330.0 lb).	Body weight of more than 150 kg (330.0 lb) is out of the measuring range of this unit. You cannot use this unit.

12. Troubleshooting

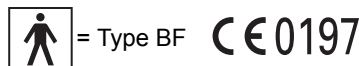
Problem	Cause	Correction
The displayed value of body composition is abnormally high or low.	Refer to "Information on Body Composition".	
"- - -" is displayed for some items of the measurement results.	Values of body composition are out of measurable range.	<ul style="list-style-type: none"> • Please ensure that birth date, gender and height settings stored as personal data are correct. (Refer to Setting Items in Section 13.) • The unit cannot measure body composition outside its measurement range, even if the settings are correct.
The power turns off after the body weight is confirmed and before your body fat percentage, visceral fat level, skeletal muscle percentage, BMI and resting metabolism is measured.	You did not select the correct personal profile number or the GUEST mode. (The personal profile number or "GUEST" is not displayed on the display unit.)	Select the correct personal profile number or the GUEST mode. (Refer to Section 5.)
Nothing is displayed when the power is turned on.	Batteries are not inserted.	Insert the batteries.
	The polarities of batteries are not aligned correctly.	Insert the batteries in correct alignment.
	The batteries are worn out.	Replace all four batteries with new ones. (Refer to Section 2.)
Data cannot be sent. ("Err" indicator lights.)	The destination device for the data is too far away.	After checking that there are no sources of interference nearby, move the device to a distance within 5 m of the unit.
	Pairing (registering) has not been completed.	Perform pairing (registration). (Refer to Section 8.)
	The application on the connected device is not ready.	Check the application then try sending the data again. If the "Err" indicator still lights after checking the application, contact the service (support) center of the application provider.

EN

13. Technical Data

Product	<i>Bluetooth</i> [®] Body Composition Monitor	
Model	BF206-BT (HBF-206IT-E)	
Display	Body Weight:	0 to 150 kg with an increment of 0.1 kg (0.0 to 330.0 lb with an increment of 0.2 lb)
	Body Fat percentage:	5.0 to 60.0% with an increment of 0.1%
	Skeletal Muscle percentage:	5.0 to 50.0% with an increment of 0.1%
	BMI:	7.0 to 90.0 with an increment of 0.1
	Resting Metabolism:	385 to 3999 kcal with an increment of 1 kcal
	Body Age:	18 to 80 years old with an increment of 1 year
	Visceral Fat Level:	30 levels with an increment of 1 level
	Body fat percentage and Skeletal muscle percentage classification:	- (Low) / 0 (Normal) / + (High) / ++ (Very High) 4 levels with 3 sublevels each
	Visceral fat level classification:	0 (Normal) / + (High) / ++ (Very High) 3 levels with 3 sublevels each
Memory	Display memory:	Last (previous) measurement results
	Unit stored memory:	Up to 30 sets
Transmission Protocol	<i>Bluetooth</i> [®] wireless technology Version 2.1 + EDR Class 2	
Setting Items	Personal data information:	The following information for up to 4 people can be stored.
	Height:	100.0 to 199.5 cm (3' 4" to 6' 6 3/4")
	Birth Date:	1st January, 1900 to 31st December, 2030
	Gender:	Male/Female
	* Measurement Units: kg (cm) / lb (feet+inch)	
	* The age range for the Body Fat percentage is 10 to 80 years old.	
	* The age range for the Skeletal Muscle percentage, Skeletal Muscle percentage classification, Resting Metabolism rate, Visceral Fat level, Visceral Fat level classification and Body age is 18 to 80 years old.	
	* The age range for the Body Fat percentage classification is 20 to 80 years old.	
Weight Accuracy	0.0 kg to 40.0 kg: ± 0.4 kg (0.0 lb to 88.2 lb: ± 0.88 lb)	
	40.0 kg to 150.0 kg: ± 1% (88.2 lb to 330.0 lb: ± 1%)	
Accuracy (S.E.E.)	Body Fat percentage:	3.5%
	Skeletal Muscle percentage:	3.5%
	Visceral Fat Level:	3 levels
Power Supply	4 AA alkaline batteries (LR6)	
Battery Life	Approximately six months (When AA alkaline batteries are used with four measurements and data transfers a day at a room temperature of 23°C.)	
Operating Temperature / Humidity	+10°C to +40°C, 30% to 85% RH	
Storage Temperature/ Humidity/Air Pressure	-20°C to +60°C, 10% to 95% RH, 700 hPa - 1060 hPa	
Weight	Approximately 1.8 kg (3.97 lb) (including batteries)	
External Dimensions	Approx. 300 (W) × 38 (H) × 290 mm (D) (Approx. 11 3/4" (W) × 1 1/2" (H) × 11 3/8" (D))	
Package Contents	<i>Bluetooth</i> [®] Body Composition Monitor, 4 AA alkaline batteries (LR6), instruction manual, Guarantee Card	

Note: Subject to technical modification without prior notice.



This device fulfills the provisions of the EC directive 93/42/EEC (Medical Device Directive).



**Correct Disposal of this Product
(Waste Electrical & Electronic Equipment)**

This marking shown on the product or its literature, indicates that it should not be disposed with other household wastes at the end of its working life. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, please separate this from other types of wastes and recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources.

Household users should contact either the retailer where they purchased this product, or their local government office, for details of where and how they can take this item for environmentally safe recycling.

Business users should contact their supplier and check the terms and conditions of the purchase contract. This product should not be mixed with other commercial wastes for disposal.

This product does not contain any hazardous substances.

Disposal of used batteries should be carried out in accordance with the national regulations for the disposal of batteries.

Important information regarding Electro Magnetic Compatibility (EMC)

With the increased number of electronic devices such as PCs and mobile (cellular) telephones, medical devices in use may be susceptible to electromagnetic interference from other devices.

Electromagnetic interference may result in incorrect operation of the medical device and create a potentially unsafe situation.

Medical devices should also not interfere with other devices.

In order to regulate the requirements for EMC (Electro Magnetic Compatibility) with the aim of preventing unsafe product situations, the EN60601-1-2 standard has been implemented. This standard defines the levels of immunity to electromagnetic interferences as well as maximum levels of electromagnetic emissions for medical devices.

This medical device manufactured by OMRON HEALTHCARE conforms to this EN60601-1-2:2007 standard for both immunity and emissions.

Nevertheless, special precautions need to be observed:


Do not use mobile (cellular) telephones and other devices, which generate strong electrical or electromagnetic fields, near the medical device. This may result in incorrect operation of the unit and create a potentially unsafe situation. Recommendation is to keep a minimum distance of 7 m.

Verify correct operation of the device in case the distance is shorter.

Further documentation in accordance with EN60601-1-2:2007 is available at OMRON HEALTHCARE EUROPE at the address mentioned in this instruction manual.

Documentation is also available at www.omron-healthcare.com.

EN

	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084, Japan</p>		
<p>EU-representative</p> <table border="1" data-bbox="272 1608 456 1682"> <tr> <td data-bbox="272 1608 363 1682">EC</td> <td data-bbox="363 1608 456 1682">REP</td> </tr> </table>	EC	REP	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, The Netherlands www.omron-healthcare.com</p>
EC	REP		
<p>Subsidiary</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, United Kingdom</p>		
	<p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Germany www.omron-medizintechnik.de</p>		
	<p>OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, France</p>		

Made in China

BF206-BT

Moniteur de composition corporelle *Bluetooth*[®]

Domaine d'utilisation

Objectif médical

Cher client,
Merci d'avoir acheté ce moniteur de composition corporelle de haute qualité OMRON. Le moniteur de composition corporelle BF-206BT est conçu pour mesurer et afficher les valeurs de composition corporelle suivantes :

- Poids corporel
- Graisse corporelle (en %)
- Muscle squelettique (en %)
- Graisse viscérale (jusqu'à 30 niveaux)
- Indice de masse corporelle (IMC)
- Âge corporel

De plus, le calcul du taux de métabolisme au repos (en kcal) détermine les calories requises par jour et peut servir de référence pour un programme de réduction du poids.

La technologie unique d'OMRON à 4 capteurs offre l'une des méthodes les plus exactes de mesure corporelle.

Utilisateurs visés

Le moniteur de composition corporelle BF206-BT est destiné à mesurer les personnes répondant aux conditions suivantes.

- Taille : 100,0 à 199,5 cm
- Poids : 150 kg maximum
- Âge : Tous les utilisateurs*

* La tranche d'âge diffère selon le paramètre de mesure.

Reportez-vous à la rubrique « Réglage des éléments » à la section Données techniques

Précautions d'utilisation



Lisez attentivement le présent mode d'emploi avant d'utiliser l'unité, vous y trouverez également des informations complémentaires sur chaque fonction.

Table des matières

Avant d'utiliser l'unité

Remarques sur la sécurité	22
Informations sur la composition corporelle	23

Mode d'emploi

1. Familiarisation avec l'unité	25
2. Insertion et remplacement des piles	25
3. Réglage de la date et de l'heure	26
4. Réglage et stockage des données personnelles	27
5. Réalisation d'une mesure	29
6. Mesure du poids uniquement	32
7. Visualisation des derniers résultats de mesure	33
8. Transfert des données	34
9. À propos de la fonction de communication sans fil	36




Entretien et maintenance

10. Entretien et rangement de l'unité	36
11. Affichage des erreurs	37
12. Dépannage	37
13. Données techniques	38

FR

Remarques sur la sécurité

Les symboles et leurs définitions sont présentés ci-dessous :

 Danger :	Une utilisation incorrecte peut mettre l'utilisateur en danger et provoquer la mort ou des blessures graves.
 Avertissement :	Une utilisation incorrecte de l'unité peut provoquer la mort ou des blessures graves.
 Attention :	Une utilisation incorrecte de l'unité peut provoquer des blessures ou endommager les équipements.

Danger :

- N'utilisez jamais cette unité avec des appareils électroniques médicaux tels que :
 - (1) Des implants électroniques médicaux (stimulateurs cardiaques, par exemple).
 - (2) Des systèmes électroniques d'entretien artificiel de la vie (coeur/poumon artificiels, par exemple).
 - (3) Des appareils médicaux électroniques portables (électrocardiographe, par exemple).



Cette unité peut perturber le fonctionnement de ces appareils et ainsi poser un risque considérable pour la santé de leurs utilisateurs.

Avertissement :

- Ne commencez pas un programme de réduction du poids ou d'exercice sans consulter au préalable un médecin ou un prestataire de santé. Un auto-diagnostic risquerait de nuire à votre santé.
- N'utilisez pas l'unité sur des surfaces glissantes (sol mouillé, par exemple).
- Conservez l'unité hors de portée des jeunes enfants.
- Ne sautez pas sur l'unité et ne sautillez pas dessus.
- N'utilisez pas cette unité lorsque votre corps et/ou vos pieds sont mouillés (après avoir pris un bain, par exemple).
- Montez pieds nus sur l'unité. Le port de chaussettes risque de vous faire glisser et vous pourriez vous blesser.
- Ne montez pas sur le bord ou sur la zone d'affichage de l'unité.
- Les personnes handicapées ou physiquement fragiles doivent toujours demander l'assistance d'une autre personne lorsqu'elles utilisent cette unité. Utilisez une barre d'appui ou un autre soutien pour monter sur l'unité.
- Si vous recevez dans les yeux du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure. Consultez immédiatement un médecin.

Attention :

- Cette unité est destinée à un usage domestique. Elle n'est pas destinée à un usage professionnel dans les hôpitaux ou autres établissements médicaux. Cette unité ne prend pas en charge les normes requises pour un usage professionnel.
- Ne démontez pas, ne réparez pas et ne remaniez pas l'unité.
- N'utilisez pas de téléphones mobiles à proximité de l'unité, excepté pour les communications sans fil importantes.
- N'utilisez pas des piles non recommandées pour cette unité. N'introduisez pas les piles en inversant les polarités.
- Remplacez immédiatement les piles usagées par des piles neuves.
- Ne jetez pas les piles au feu.

- Si vous recevez sur la peau ou les vêtements du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure.
- Retirez les piles de cette unité lorsque vous prévoyez de ne pas l'utiliser pendant une longue période (environ trois mois ou plus).
- N'utilisez pas différents types de pile simultanément.
- N'utilisez pas des piles neuves et usagées en même temps.
- Lavez-vous systématiquement les pieds avant d'utiliser l'unité si vous souffrez d'une infection des pieds ou d'une autre maladie de la peau. Sinon, vous pourriez infecter d'autres utilisateurs. Lorsque l'unité est utilisée par plusieurs personnes, essuyez-la avec un chiffon humide humidifié avec un détergent doux après utilisation. Ensuite, séchez-la.

Conseil général :

- Ne placez pas cette unité sur un sol recouvert de moquette ou d'un tapis. Cela risquerait de fausser la mesure.
- Ne placez pas cette unité dans des environnements extrêmement humides et protégez-la des éclaboussures.
- Ne placez pas cette unité à proximité de sources de chaleur ou sous des climatiseurs, et évitez la lumière directe du soleil.
- Ne montez pas sur l'affichage ou sur les boutons de cette unité.
- N'utilisez pas cette unité à des fins autres que celles décrites dans ce manuel.
- Cette unité étant un instrument de précision, ne la laissez pas tomber et ne la soumettez pas à des vibrations ni à des chocs importants.
- La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.
- Ne lavez pas l'unité avec de l'eau.
- N'essuyez pas l'unité avec du benzène, de l'essence, de diluant, de l'alcool ou tout autre solvant volatil.
- Ne placez pas cette unité dans un endroit où elle sera exposée à des produits chimiques ou à des vapeurs corrosives.

Lisez attentivement et observez les « Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM) » de la section Données techniques.

Informations sur la composition corporelle

Principe du calcul de la composition corporelle

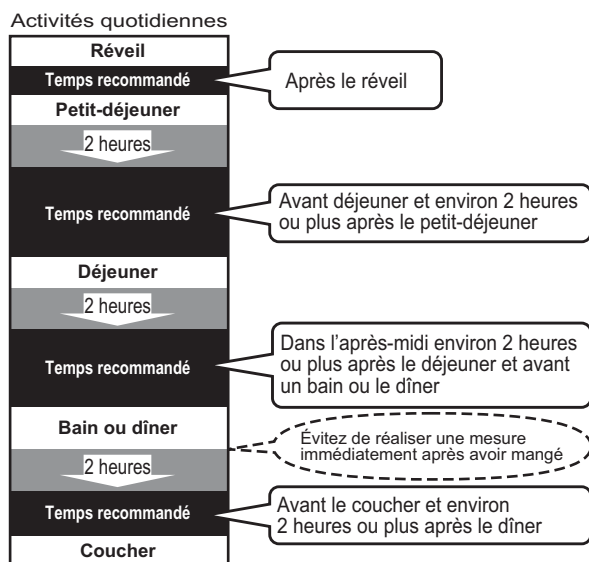
La graisse corporelle a une faible conductivité électrique

Le moniteur de composition corporelle BF206-BT mesure le pourcentage de graisse corporelle par la méthode de l'impédance bioélectrique (IB). Les muscles, les vaisseaux sanguins et les os sont des tissus corporels à forte teneur en eau, conduisant facilement l'électricité. La graisse corporelle est un tissu dont la conductivité électrique est faible. Le moniteur de composition corporelle BF206-BT envoie un courant électrique extrêmement faible de 50 kHz et moins de 500 µA dans votre corps afin de déterminer la quantité de tissu grasseux. Vous ne ressentirez pas ce faible courant électrique lorsque vous utiliserez le moniteur de composition corporelle BF206-BT.

Pour déterminer la composition corporelle, la balance utilise l'impédance électrique ainsi que vos informations de taille, de poids, d'âge et de sexe pour générer des résultats basés sur les données d'OMRON relatives à la composition corporelle.

Périodes de mesure recommandées

Comprendre les changements normaux de votre pourcentage de graisse corporelle peut vous aider à prévenir ou à réduire l'obésité. Connaître les périodes où les pourcentages de graisse corporelle évoluent dans votre activité quotidienne vous permettra de suivre avec précision l'évolution de votre graisse corporelle. Il est recommandé d'utiliser cette unité dans le même environnement et dans les mêmes conditions quotidiennes. (Voir le tableau)



Évitez de réaliser des mesures dans les conditions suivantes :

- Immédiatement après un exercice intense, un bain ou une séance de sauna.
- Après l'absorption d'alcool ou d'une grande quantité d'eau, ou après un repas (environ 2 heures).

Si une mesure est réalisée dans ces conditions physiques, la composition corporelle calculée peut différer considérablement de la composition corporelle réelle en raison de la modification de la teneur en eau dans le corps.

Qu'est-ce que l'IMC (indice de masse corporelle) ?

L'IMC utilise la formule simple suivante pour indiquer le rapport entre le poids et la taille d'une personne.

$$\text{IMC} = \text{poids (kg)} / \text{taille (m)} / \text{taille (m)}$$

Le moniteur de composition corporelle OMRON BF206-BT utilise les informations relatives à la taille qui sont stockées dans votre numéro de profil personnel ou lors de la saisie d'informations en mode Invité afin de calculer votre classification IMC.

Si le niveau de graisse révélé par l'IMC est supérieur à la norme internationale, la probabilité que vous contractiez des maladies communes est plus élevée. L'IMC ne révèle toutefois pas tous les types de graisse.

Informations sur la composition corporelle

Qu'est-ce que le pourcentage de graisse corporelle ?

Le pourcentage de graisse corporelle est la quantité de masse graisseuse corporelle rapportée au poids corporel total, exprimée sous forme de pourcentage.

$$\text{Pourcentage de graisse corporelle (\%)} = \frac{\text{masse graisseuse corporelle (kg)}}{\text{poids corporel (kg)}} \times 100$$

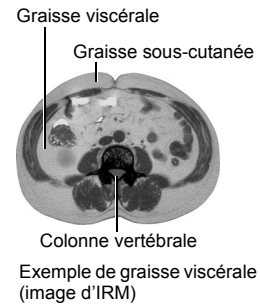
L'appareil utilise la méthode IB pour estimer votre pourcentage de graisse corporelle.

Selon les endroits où elle se loge dans le corps, la graisse est classée comme graisse viscérale ou comme graisse sous-cutanée.

Qu'est-ce que le niveau de graisse viscérale ?

Graisse viscérale = graisse entourant les organes internes

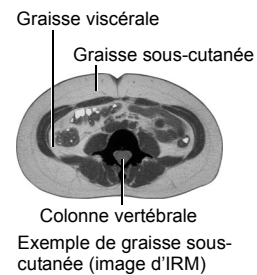
Il est estimé qu'une trop grande quantité de graisse viscérale est étroitement liée à des niveaux accrus de graisse dans le flux sanguin, qui peut être cause de maladies communes telles que l'hyperlipidémie et le diabète, qui affectent la capacité de l'insuline à transférer l'énergie depuis le flux sanguin et à l'utiliser dans les cellules. Pour prévenir ou améliorer les conditions des maladies communes, il est important de réduire à un niveau acceptable les niveaux de graisse viscérale. Les personnes présentant des niveaux élevés de graisse viscérale ont souvent un ventre proéminent. Ceci n'est toutefois pas toujours le cas et des niveaux élevés de graisse viscérale peuvent donner naissance à une obésité métabolique. L'obésité métabolique (obésité viscérale avec un poids normal) correspond à des niveaux de graisse plus élevés que la moyenne, même si le poids d'une personne est inférieur ou égal au poids normal pour sa taille.



Qu'est-ce que la graisse sous-cutanée ?

Graisse sous-cutanée = graisse située sous la peau

La graisse sous-cutanée ne s'accumule pas seulement autour de l'estomac, mais aussi au niveau des bras, des hanches et des cuisses, et peut altérer les proportions du corps. Bien qu'elle ne soit pas directement liée à une augmentation du risque de maladie, il est estimé qu'elle augmente la pression sur le cœur et qu'elle est source d'autres complications. La graisse sous-cutanée n'est pas affichée par cette unité, mais elle est incluse dans le pourcentage de graisse corporelle.



Qu'est-ce que le muscle squelettique ?

Le muscle est divisé en deux types : le muscle des organes internes, comme le cœur, et le muscle squelettique fixé aux os servant à mouvoir le corps. Il est possible d'augmenter le muscle squelettique par l'exercice et d'autres activités.

L'augmentation du taux de muscle squelettique signifie que le corps peut brûler de l'énergie plus facilement, diminuant ainsi la probabilité qu'elle se transforme en graisse et facilitant par là même un mode de vie énergique.

Qu'est-ce que le métabolisme au repos ?

Quel que soit votre niveau d'activité, un niveau minimum d'apport calorique est requis pour subvenir aux fonctions quotidiennes du corps. Connu sous le nom de métabolisme au repos, ce niveau indique le nombre de calories que vous devez ingérer afin d'apporter l'énergie suffisante à votre corps pour fonctionner.

Qu'est-ce que l'âge corporel ?

L'âge corporel est basé sur votre métabolisme au repos. Il est calculé d'après le poids, le pourcentage de graisse corporelle et le pourcentage de muscle squelettique afin de fournir une indication permettant de déterminer si votre âge corporel est supérieur ou inférieur à la moyenne pour votre âge réel. Il est utile de connaître votre âge corporel pour améliorer votre état de santé.

Raison pour laquelle les résultats calculés peuvent différer du pourcentage de graisse corporelle réel

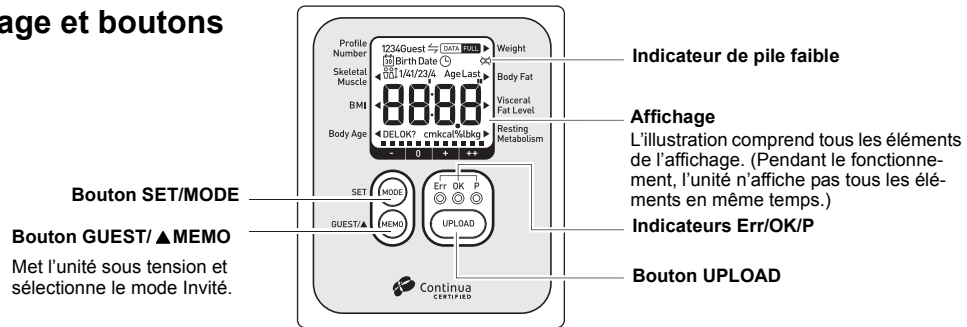
Le pourcentage de graisse corporelle mesuré par cette unité peut différer considérablement du pourcentage de graisse corporelle réel dans les cas suivants :

Personnes âgées (de plus de 81 ans)/Personnes fiévreuses/Culturistes ou sportifs de haut niveau/Patients sous dialyse/Patients souffrant d'ostéoporose dont la densité osseuse est très basse/Femmes enceintes/Personnes présentant un gonflement

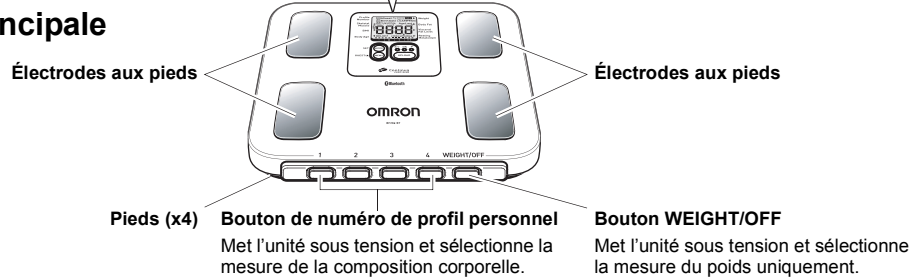
Ces différences peuvent être liées à des changements des rapports entre le liquide corporel et/ou la composition corporelle.

1. Familiarisation avec l'unité

Affichage et boutons



Unité principale



À propos de l'alarme

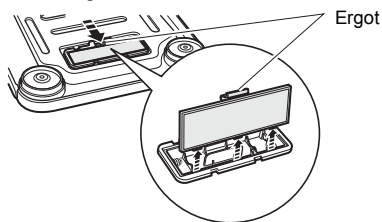
L'alarme émet un bip dans les conditions suivantes :

- Lorsque l'unité est mise sous tension : Blip !
- Lorsque 0,0 kg s'affiche et que l'unité est prête à réaliser une mesure : Blip ! Blip !
- Lorsqu'une mesure est terminée : Blip, Bip !
- Lorsqu'un message d'erreur « Err » s'affiche : Blip ! Blip ! Blip ! Blip ! Blip ! (Une série rapide de bips courts.)
- Lorsque des données ont été correctement envoyées : Blip ! Blip !
- Lorsque l'envoi des données n'a pas abouti : Bip ! Bip ! Bip ! (Une série de trois bips longs.)

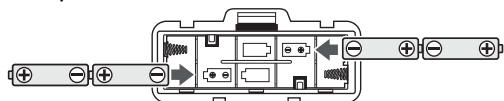
2. Insertion et remplacement des piles

1. Ouvrez le couvercle du logement des piles situé au dos de l'unité.

- 1) Pour dégager le couvercle, appuyez sur l'ergot du couvercle du logement des piles dans le sens de la flèche (voir l'illustration).
- 2) Tirez l'ergot du couvercle vers le haut.



2. Installez les piles avec la polarité appropriée en suivant les indications inscrites à l'intérieur du logement des piles.



3. Fermez le couvercle du logement des piles.

Durée de vie et remplacement des piles

Lorsque l'indicateur de pile faible (~~✗~~) s'allume, remplacez les quatre piles par des piles neuves. Les éléments en mémoire sont conservés même si les piles sont enlevées.

- Mettez l'unité hors tension avant de remplacer les piles.
- La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.
- Quatre piles alcalines AA durent environ six mois (lorsque des mesures et des transferts de données sont effectués quatre fois par jour).
- Comme les piles fournies sont utilisées uniquement à titre d'essai, leur durée de vie peut être plus courte.

FR

3. Réglage de la date et de l'heure

Lors de la première mise sous tension de l'unité, il est nécessaire de régler la date et l'heure.

- 1) Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité sous tension.

Lors de la première mise sous tension de l'unité, les chiffres de l'année clignotent.

2. [POUR RÉGLER L'ANNEE]

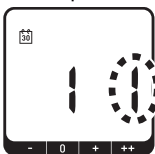
- 1) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler l'année, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.

- Plage de réglage : 2010 à 2030
- Appuyez en continu pour avancer rapidement par incréments de 10.



3. [POUR RÉGLER LE MOIS ET LE JOUR]

- 1) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler le mois, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.



- 2) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler le jour, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.

- Appuyez en continu pour avancer rapidement par incréments de 10.



4. [POUR RÉGLER L'HEURE ET LES MINUTES]

- 1) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler l'heure, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.

- Cette horloge utilise le format 24 heures.



- 2) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler les minutes, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.

- Appuyez en continu pour avancer rapidement par incréments de 10.

Les réglages actuels pour l'année, le mois et le jour, l'heure et les minutes apparaissent dans l'ordre sur l'affichage. L'unité se met automatiquement hors tension.

La procédure de réglage est alors terminée.

Remarques :

- Si vous devez effectuer des corrections pendant que vous procédez à des réglages : Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité hors puis à nouveau sous tension. Les chiffres de l'année clignotent, passez à l'étape 2 de la procédure.
- Si l'unité s'arrête pendant que vous effectuez des réglages : L'unité se met automatiquement hors tension si aucune information n'est saisie dans les 3 minutes au cours du réglage de la date et de l'heure. Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité hors puis à nouveau sous tension.
- Si vous devez corriger la date et l'heure que vous avez réglées : Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF, puis sur le bouton SET/MODE pendant 2 secondes ou plus après l'apparition de « 0,0 kg » sur l'affichage. Les chiffres de l'année clignotent, passez à l'étape 2 de la procédure.

Interrupteur

L'unité s'éteint automatiquement dans les conditions suivantes :

1. Si le moniteur n'est pas utilisé dans la minute qui suit l'apparition de « 0,0 kg » sur l'affichage.
2. Si aucune information n'est saisie dans les 3 minutes au cours du réglage de la date et de l'heure.
3. Si aucune information n'est saisie dans les 3 minutes lors de la saisie des données personnelles.
4. Si le moniteur n'est pas utilisé pendant 3 minutes après l'affichage des résultats de mesure ou des derniers (précédents) résultats de mesure.
5. 30 secondes après l'affichage du résultat lors de la mesure du poids uniquement.
6. 10 secondes après, « Err » apparaît sur l'affichage.

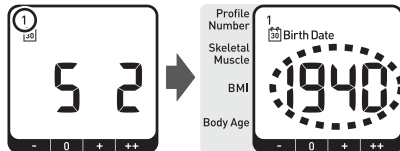
Remarque : « OFF » apparaît sur l'affichage lorsque l'unité est mise hors tension.

4. Réglage et stockage des données personnelles

Pour mesurer correctement la composition corporelle, vous devez régler vos données personnelles (date de naissance, sexe et taille). Le moniteur peut enregistrer jusqu'à quatre profils personnels.

1. Appuyez sur le bouton de numéro de profil personnel pour sélectionner votre numéro de profil personnel.

La date actuelle apparaît sur l'affichage, puis celui-ci passe à la date de naissance (1940).



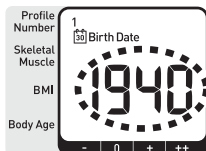
Remarque : Lorsque la date de naissance est affichée au lieu de la date actuelle, les réglages correspondant à ce numéro de profil personnel sont terminés. Utilisez un autre numéro ou supprimez les informations de votre profil personnel. Reportez-vous à la section 4, Suppression des données personnelles pour supprimer les données personnelles.

2. [POUR RÉGLER LA DATE DE NAISSANCE]

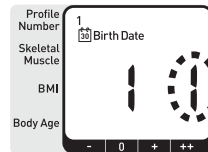
Plage de réglage : 1900 à 2030

Appuyez en continu pour avancer rapidement par incréments de 10.

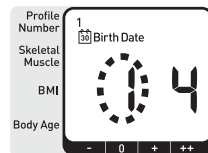
- 1) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler la date de naissance, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.



- 2) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler le mois de naissance, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.

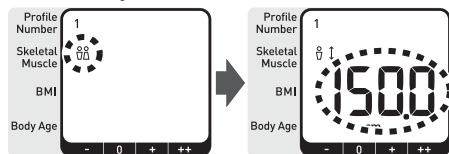


- 3) Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour régler le jour de naissance, puis sur le bouton SET/MODE pour confirmer.



3. [POUR RÉGLER LE SEXE ET LA TAILLE]

Réglez le sexe ♂ (MALE, homme) ou ♀ (FEMALE, femme) et la taille en procédant de la même façon.



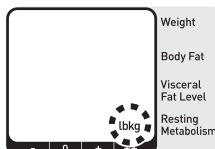
Lorsque tous les réglages sont affichés afin que vous les confirmiez, « 0,0 kg » apparaît sur l'affichage.

La procédure de réglage est alors terminée. Vous pouvez maintenant mesurer votre composition corporelle.

Sélection de l'unité de mesure

Vous pouvez changer les unités de mesure utilisées pour les réglages de taille et de poids.

1. Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité sous tension.
La date actuelle apparaît sur l'affichage, puis celui-ci passe à « 0,0 kg ».
2. Maintenez le bouton GUEST/▲MEMO enfoncé pendant 2 secondes jusqu'à ce que « lb » et « kg » clignotent sur l'affichage.



3. Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour sélectionner « kg » ou « lb ».

Cette opération modifie également « cm » et « inch » automatiquement.

4. Appuyez sur le bouton SET/MODE pour confirmer.

Toutes les mesures de taille et de poids s'affichent avec les nouvelles unités de mesure. La modification restera effective jusqu'à ce que vous la modifiez à nouveau.

FR

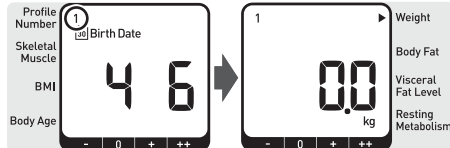
4. Réglage et stockage des données personnelles

Modification des données personnelles

- Appuyez sur le bouton de numéro de profil personnel pour sélectionner votre numéro de profil personnel.

La date de naissance apparaît sur l'affichage, puis celui-ci passe à « 0,0 kg ».

Attendez que « 0,0 kg » apparaisse sur l'affichage.



- Modifiez les données personnelles.

- Pendant que « 0,0 kg » est affiché, appuyez sur le bouton SET/MODE.

L'année de naissance clignote sur l'affichage.



- Reportez-vous aux étapes 2 et 3 de la section 4, Réglage et stockage des données personnelles pour modifier les données personnelles.

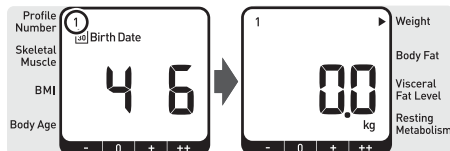
- Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité hors tension ou pour prendre une mesure. (Reportez-vous à la section 5 « Réalisation d'une mesure ».)

Suppression des données personnelles

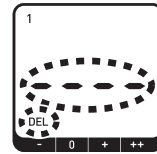
- Appuyez sur le bouton de numéro de profil personnel pour sélectionner le numéro de profil personnel que vous souhaitez supprimer.

La date de naissance apparaît sur l'affichage, puis celui-ci passe à « 0,0 kg ».

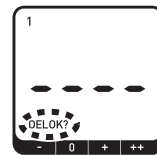
Attendez que « 0,0 kg » apparaisse sur l'affichage.



- Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO et maintenez-le enfoncé jusqu'à ce que « - - - - » et « SUPPR » clignotent sur l'affichage.



- Appuyez sur le bouton SET/MODE. « DEL OK? » clignote sur l'affichage.



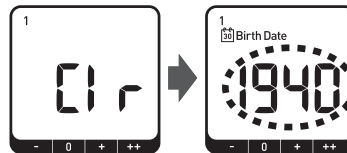
- Supprimez les données personnelles.

- Pendant que « 0,0 kg » est affiché, appuyez sur le bouton SET/MODE.

L'année de naissance clignote sur l'affichage.



- Appuyez sur le bouton SET/MODE. « Clr » apparaît sur l'affichage et le réglage de l'année de naissance apparaît sur l'affichage.



Remarque : Pour annuler la suppression, appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO.

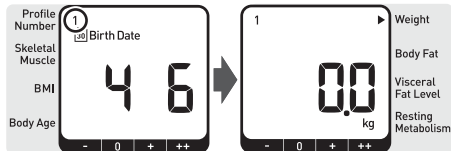
- Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité hors tension.

5. Réalisation d'une mesure

La mesure doit s'effectuer sur une surface horizontale et dure.

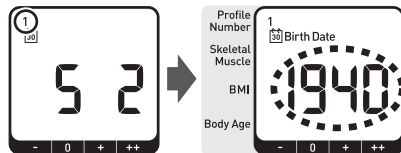
- Appuyez sur le bouton de numéro de profil personnel pour mettre l'unité sous tension.

La date de naissance apparaît sur l'affichage, puis celui-ci passe à « 0,0 kg ».



Remarque : Si vous montez sur l'unité avant que « 0,0 kg » n'apparaisse sur l'affichage, un message d'erreur « Err » s'affiche.

Si l'affichage suivant apparaît :



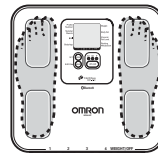
Vos données personnelles ne sont pas stockées sous le numéro de profil personnel que vous avez sélectionné. Reportez-vous à la section 4 pour l'enregistrement des données personnelles.

Si vos données personnelles ne sont pas stockées sur l'unité (mode INVITÉ) :

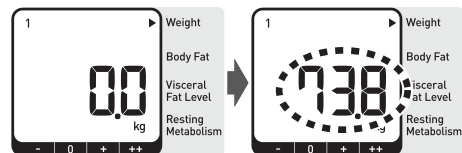
- Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO pour mettre l'unité sous tension. La date actuelle apparaît sur l'affichage, puis « GUEST » s'affiche et la date de naissance (1940) clignote sur l'affichage.
- Réglez la date de naissance, le sexe et la taille. Lisez les étapes 2 et 3 de la section 4, Réglage et stockage des données personnelles.

- Commencez la mesure.

- Montez sur l'unité pieds nus et placez les pieds sur les électrodes aux pieds, en répartissant votre poids de manière homogène.

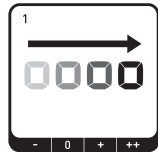


L'affichage indique votre poids puis le résultat du poids clignote deux fois.



L'unité commence alors à mesurer votre composition corporelle.

- Lors de la mesure de la composition corporelle, « 0 » se déplace pour montrer la progression de la mesure.



- À la fin de la mesure, votre poids est de nouveau affiché. Vous pouvez maintenant descendre de l'unité.



FR

Positions à éviter au cours d'une mesure

Une mauvaise position peut fausser la mesure de la composition corporelle.



Debout sur le bord de l'unité



Genoux pliés



Accroupi

5. Réalisation d'une mesure

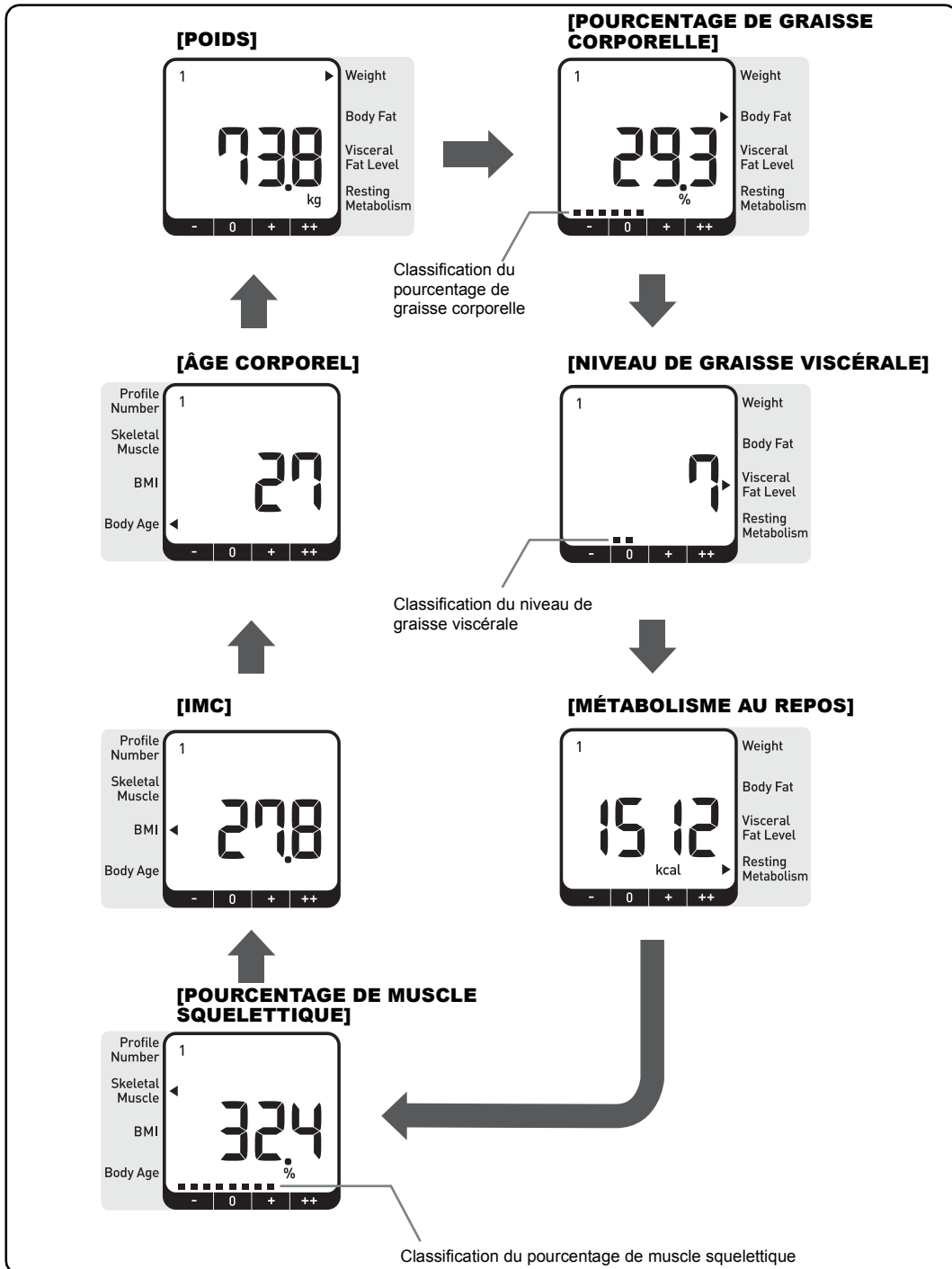
3. Contrôlez les résultats de mesure.

L'affichage des résultats pivote automatiquement.

Pour arrêter la rotation automatique des résultats ou pour visualiser d'autres valeurs de mesure, appuyez sur le bouton SET/MODE.

L'affichage change à chaque pression sur le bouton SET/MODE, comme illustré ci-dessous.

Remarque : Servez-vous de l'indicateur à barres comme d'un guide pour la mesure.



Interprétation du résultat du pourcentage de graisse corporelle

Sexe	Âge	- (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	20-39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≥ 39,0%
	40-59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≥ 40,0%
	60-80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≥ 42,0%
Homme	20-39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≥ 25,0%
	40-59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≥ 28,0%
	60-80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≥ 30,0%

D'après les directives de l'INS/OMS relativement à l'IMC
 D'après Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000

Interprétation du résultat du niveau de graisse viscérale

Niveau de graisse viscérale	Classification du niveau
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Élevé)
15 - 30	++ (Très élevé)

D'après les chiffres obtenus par OMRON HEALTHCARE

Interprétation du résultat de l'IMC

IMC	IMC (désignation selon l'OMS)
IMC < 18,5	Poids insuffisant
18,5 ≤ IMC < 25	Normal
25 ≤ IMC < 30	Excédent de poids
30 ≤ IMC	Obésité

Les indices susmentionnés font référence aux valeurs correspondant à l'évaluation de l'obésité proposées par l'OMS, l'Organisation mondiale de la santé.

Interprétation du résultat du pourcentage de muscle squelettique (pour les adultes)

Sexe	Âge	- (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≥ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≥ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≥ 35,0%
Homme	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≥ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≥ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≥ 43,7%

D'après les chiffres obtenus par OMRON HEALTHCARE

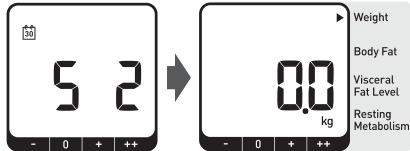
FR

- Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité hors tension.

6. Mesure du poids uniquement

1. Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité sous tension.

La date actuelle apparaît sur l'affichage, puis celui-ci passe à « 0,0 kg ».



Remarque : Si vous montez sur l'unité avant que « 0,0 kg » n'apparaisse sur l'affichage, un message d'erreur « Err » s'affiche.

2. Lorsque « 0,0 kg » s'affiche, montez sur l'unité.

3. Contrôlez le résultat de mesure.

Votre poids est affiché et clignote deux fois pour indiquer la fin de la mesure.

4. Une fois la mesure terminée, descendez de l'unité et mettez-la hors tension.

7. Visualisation des derniers résultats de mesure

Jusqu'à 30 résultats de mesure sont automatiquement stockés pour chaque numéro de profil personnel et les derniers (précédents) résultats de mesure peuvent être affichés pour cette unité.

Remarque : Lorsque le mode Invité est utilisé, les résultats de mesure ne sont pas stockés.

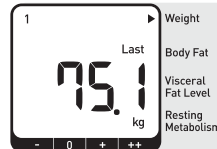
1. Appuyez sur le bouton de numéro de profil personnel pour mettre l'unité sous tension.

2. Réalisez une mesure.

Si vous souhaitez comparer les résultats aux dernières (précédentes) valeurs, mesurez votre composition corporelle.

3. Appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO.

La dernière valeur du poids est affichée.

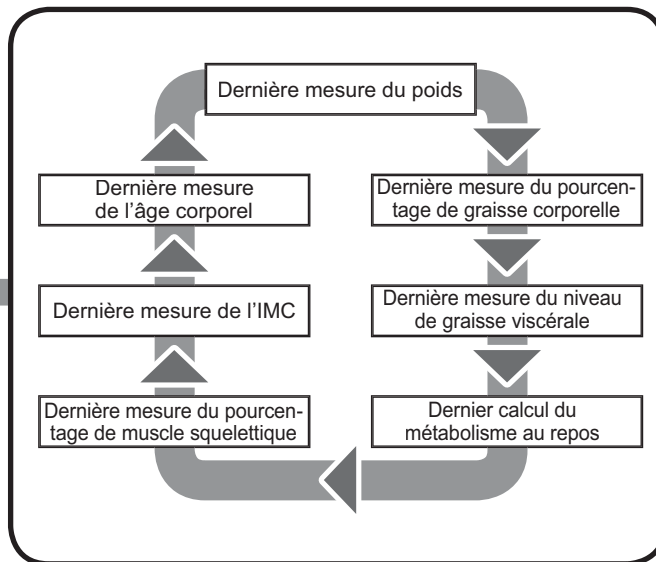


Si vous avez mesuré votre composition corporelle à l'étape 2, chaque pression sur le bouton GUEST/▲MEMO affiche tour à tour le résultat de mesure actuel et le dernier (précédent) résultat.

Remarques :

- Si la dernière mesure ne comporte aucun résultat, « - - - » est affiché.
- Si vous n'avez pas mesuré votre composition corporelle à l'étape 2, les résultats de mesure actuels ne peuvent pas être affichés si vous appuyez sur le bouton GUEST/▲MEMO.

4. Appuyez sur le bouton SET/MODE pour passer en revue les autres valeurs de mesure.



Remarque : Reportez-vous à la section 8 si vous souhaitez transférer les données.

5. Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité hors tension.

FR

8. Transfert des données

Vous pouvez transférer les données de mesure vers un appareil équipé de la technologie sans fil *Bluetooth*®. Vous pouvez transférer jusqu'à 30 jeux de résultats de mesure stockés pour chaque numéro de profil personnel. Le contenu et l'affichage des résultats de mesure peuvent varier en fonction de l'application utilisée pour les visualiser.

Pour plus de détails, consultez le manuel fourni avec l'application utilisée.

Enregistrement de l'unité avec l'appareil de destination (appariement)

Qu'est-ce que l'appariement :

Ce terme fait référence à la procédure d'enregistrement de l'unité avec l'appareil afin que celui-ci puisse être utilisé pour transférer des données.

L'appariement est nécessaire lorsqu'un appareil est connecté à l'unité pour la première fois ou lorsque le même appareil est utilisé pour transférer des données pour un numéro de profil personnel différent.

Procédez comme suit pour appairier l'unité avec l'appareil de destination.

Reportez-vous à la section « Transfert des données » pour des informations sur le transfert des données avec un appareil déjà apparié avec l'unité.

1. Affichez les résultats de mesure.



- Appariement (enregistrement) après une mesure :
Effectuez les étapes de la section 5 pour afficher les résultats de mesure.
- Appariement (enregistrement) sans mesure :
Effectuez les étapes de la section 7 pour afficher les résultats de la dernière mesure.
- Appariement (enregistrement) en mode INVITÉ :
Vous pouvez également enregistrer un appareil après une mesure en mode INVITÉ.
Effectuez les étapes de la section 5 pour afficher les résultats de mesure.

2. Activez l'appariement (enregistrement) sur l'appareil.

Réglez l'application sur l'appareil prêt pour l'appariement.

Pour plus de détails, consultez le manuel fourni avec l'application utilisée.

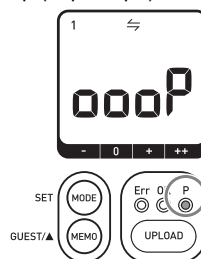
3. Appuyez sur le bouton UPLOAD pendant 2 secondes ou plus.



Utilisez l'application pour appairier l'unité avec l'appareil.
Pour plus de détails, consultez le manuel fourni avec l'application utilisée.

Remarque : Si vous appuyez sur le bouton UPLOAD pendant l'appariement, la procédure s'interrompt et l'affichage reviendra à l'écran précédent.

Si l'appariement est effectué correctement, l'indicateur « P » s'allume et l'alarme émet un bip (Blip ! Blip !).



Remarques :

- Si le processus d'appariement n'aboutit pas en une minute environ, il se termine sans que l'unité ait été appariée avec l'appareil.
- Si le processus d'appariement n'est pas effectué correctement, l'indicateur « Err » s'allume et l'alarme émet un bip trois fois (Bip ! Bip ! Bip !).
Contrôlez l'application sur l'appareil connecté, puis répétez la procédure à partir de l'étape 2.

Transfert des données

1. Affichez les résultats de mesure.



- Transfert des données après une mesure : Effectuez les étapes de la section 5 pour afficher les résultats de mesure.
- Transfert des données sans mesure : Effectuez les étapes de la section 7 pour afficher les résultats de la dernière mesure.
- Transfert des données en mode INVITÉ : Vous pouvez également enregistrer un appareil après une mesure en mode INVITÉ. Effectuez les étapes de la section 5 pour afficher les résultats de mesure.

Remarque : Le mode INVITÉ ne vous permet pas d'envoyer les résultats stockés sur l'unité, mais uniquement d'envoyer les résultats de mesure de la mesure actuelle.

2. Activez les transferts de données.

Réglez l'application sur l'appareil de destination sur le mode transfert.

Pour plus de détails, consultez le manuel fourni avec l'application utilisée.

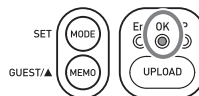
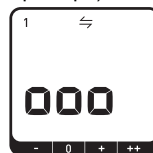
3. Appuyez sur le bouton UPLOAD.

L'affichage passe à l'écran de transmission des données et l'unité commence le transfert des données.

Remarque : Si vous appuyez sur le bouton UPLOAD pendant le transfert des données, le transfert s'interrompt et l'affichage revient à l'écran précédent.



Si les données sont envoyées correctement, l'indicateur « OK » s'allume et l'alarme émet un bip (Blip ! Blip !).



Remarque : Si la transmission des données échoue, l'indicateur « Err » s'allume et l'alarme émet un bip trois fois (Bip ! Bip !). Contrôlez l'application sur l'appareil connecté, puis répétez la procédure à partir de l'étape 2.

L'écran revient à celui affiché avant le début de la transmission des données après 10 secondes.

4. Appuyez sur le bouton WEIGHT/OFF pour mettre l'unité hors tension.

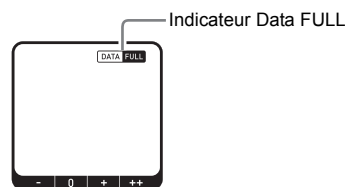
FR

À propos de l'indicateur Data FULL

Jusqu'à 30 jeux de résultats de mesure peuvent être stockés pour chaque numéro de profil personnel.

Si le nombre excède 30, les plus anciens résultats sont supprimés.

Si l'indicateur Data FULL clignote ou reste allumé, transférez les données vers un appareil dès que possible pour éviter de perdre des résultats de mesure.



DATA FULL clignote : entre 24 et 29 jeux de résultats de mesure ont été stockés.

DATA FULL allumé : 30 jeux de résultats de mesure ont été stockés.

Remarque : L'indicateur Data FULL n'apparaît pas lorsque seulement 0 à 23 résultats de mesure sont stockés.

9. À propos de la fonction de communication sans fil

CE 0197

OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd, déclare par la présente que ce moniteur de composition corporelle est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions appropriées de la Directive 1999/5/CE. Vous pouvez consulter la déclaration de conformité sur le site Web www.omron-healthcare.com.



Ce Produit fonctionne dans la bande ISM sans licence à 2,4 GHz. Au cas où ce Produit serait utilisé dans le voisinage des autres appareils sans fil, notamment les fours à micro-ondes et le réseau local sans fil, qui utilisent la même bande de fréquence que ce Produit, il est possible que des interférences se produisent entre ce Produit et ces autres appareils. Dans ce cas-là, cessez d'utiliser les autres appareils ou déplacez ce Produit avant de l'utiliser ou ne l'utilisez pas à proximité des autres appareils sans fil.



La marque verbale et les logos *Bluetooth*[®] sont des marques déposées de Bluetooth SIG, Inc. et toute utilisation de ces marques par OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd. se fait sous licence. Les autres marques commerciales et noms de commerce sont ceux de leurs propriétaires respectifs.



Cherchez le logo Continua Certified. Il garantit qu'un appareil communiquera et échangera des informations de manière fiable avec des produits répondant à une certification similaire afin de vous permettre de mieux gérer votre santé et votre bien-être.

10. Entretien et rangement de l'unité

Ce moniteur de composition corporelle *Bluetooth*[®] ne nécessite aucune maintenance.

Nettoyage de l'unité

- Veillez à la propreté de l'unité avant utilisation.
- Essuyez l'unité à l'aide d'un chiffon doux et sec.
Si nécessaire, utilisez un chiffon humecté d'eau ou de détergent et essorez-le bien avant d'essuyer l'unité, puis séchez cette dernière à l'aide d'un chiffon sec.
- Vous pouvez utiliser de l'alcool de nettoyage pour nettoyer les électrodes, mais vous ne devez pas vous en servir sur les autres parties de l'unité.
- N'utilisez pas de benzène ou de diluant pour nettoyer l'unité.

Entretien et rangement

- Ne rangez pas l'unité dans les conditions suivantes :
 - Humidité, avec risque de pénétration d'humidité ou d'eau dans l'unité
 - Températures élevées, exposition directe au soleil ou endroits poussiéreux
 - Endroits présentant un risque de chocs soudains ou de vibrations
 - Endroits où sont rangés des produits chimiques ou dans lesquels des gaz corrosifs sont présents
- N'effectuez de réparations de quelque nature que ce soit par vous-même. En cas de panne, consultez le distributeur ou les services après-vente OMRON comme indiqué sur l'emballage.

11. Affichage des erreurs

Affichage des erreurs	Cause	Solution
Err 1	Vos plantes de pieds ne sont pas bien en contact avec les électrodes.	Appuyez fermement vos plantes de pieds sur les électrodes, puis effectuez la mesure. (Reportez-vous à la section 5.)
Err 2	La position pour la mesure n'est pas correcte ou les plantes des pieds ne sont pas bien en contact avec les électrodes.	Effectuez la mesure sans bouger les plantes des pieds. (Reportez-vous à la section 5.)
Err 3	Les plantes des pieds sont trop sèches.	Humidifiez les plantes des pieds à l'aide d'une serviette humide, puis répétez la mesure.
Err 5	Erreur liée à l'appareil.	Réinsérez les piles et répétez la mesure. Si cette erreur persiste, consultez votre représentant technique OMRON.
Err	Vous êtes monté sur l'unité ou vous l'avez déplacée avant que l'affichage n'indique « 0,0 kg ».	Montez sur l'unité après que l'affichage indique « 0,0 kg ».
	Vous avez bougé pendant la mesure du poids corporel.	Ne bougez pas pendant la mesure du poids corporel.
	Votre poids dépasse 150 kg (330,0 lb).	Un poids corporel supérieur à 150 kg (330,0 lb) se situe hors de la plage de mesure de cette unité. Vous ne pouvez pas utiliser cette unité.

12. Dépannage

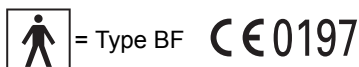
Problème	Cause	Solution
La valeur de composition corporelle affichée est anormalement élevée ou basse.	Référez-vous à la section « Informations sur la composition corporelle ».	
« - - - » s'affiche pour certains éléments des résultats de mesure.	Les valeurs de la composition corporelle se situent hors de la plage de mesure.	<ul style="list-style-type: none"> Vérifiez que les réglages de date de naissance, de sexe et de taille stockés comme données personnelles sont corrects. (Reportez-vous à la rubrique Réglage des éléments à la section 13.) L'unité ne peut pas mesurer la composition corporelle en dehors de sa plage de mesure, même si les réglages sont corrects.
L'unité se met hors tension après la confirmation du poids corporel et avant que votre pourcentage de graisse corporelle, votre niveau de graisse viscérale, votre pourcentage de muscle squelettique, votre IMC et votre métabolisme au repos n'aient été mesurés.	Vous n'avez pas sélectionné le numéro de profil personnel approprié ou le mode INVITÉ. (Le numéro de profil personnel ou « GUEST » n'apparaît pas sur l'unité d'affichage.)	Sélectionnez le numéro de profil personnel approprié ou le mode INVITÉ. (Reportez-vous à la section 5.)
Rien n'apparaît sur l'affichage lorsque l'unité est mise sous tension.	Les piles ne sont pas insérées.	Insérez les piles.
	Les polarités des piles ne sont pas respectées.	Insérez les piles correctement.
	Les piles sont épuisées.	Remplacez les quatre piles par des piles neuves. (Reportez-vous à la section 2.)
Impossible d'envoyer les données. (L'indicateur « Err » s'allume.)	L'appareil de destination des données est trop éloigné.	Après avoir vérifié l'absence de sources d'interférence proches, déplacez l'appareil à une distance maximale de 5 m par rapport à l'unité.
	L'appariement (enregistrement) n'a pas été achevé.	Procédez à l'appariement (enregistrement). (Reportez-vous à la section 8.)
	L'application sur l'appareil connecté n'est pas prête.	Contrôlez l'application, puis réessayez d'envoyer les données. Si l'indicateur « Err » s'allume encore après le contrôle de l'application, contactez le centre technique (d'assistance) du fournisseur de l'application.

FR

13. Données techniques

Produit	Moniteur de composition corporelle <i>Bluetooth</i> [®]
Modèle	BF206-BT (HBF-206IT-E)
Affichage	<p>Poids corporel : 0 à 150 kg par incréments de 0,1 kg (0,0 à 330,0 lb par incréments de 0,2 lb)</p> <p>Pourcentage de graisse corporelle : 5,0 à 60,0 % par incréments de 0,1 %</p> <p>Pourcentage de muscle squelettique : 5,0 à 50,0 % par incréments de 0,1 %</p> <p>IMC : 7,0 à 90,0 par incréments de 0,1</p> <p>Métabolisme au repos : 385 à 3 999 kcal par incréments de 1 kcal</p> <p>Âge corporel : 18 à 80 ans par incréments de 1 an</p> <p>Niveau de graisse viscérale : 30 niveaux par incréments de 1 niveau</p> <p>Classification du pourcentage de graisse corporelle et du pourcentage de muscle squelettique : – (Faible) / 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 4 niveaux comportant chacun 3 sous-niveaux</p> <p>Classification du niveau de graisse viscérale : 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 3 niveaux comportant chacun 3 sous-niveaux</p>
Mémoire	<p>Mémoire d'affichage : Derniers (précédents) résultats de mesure</p> <p>Mémoire interne de l'unité : Jusqu'à 30 jeux</p>
Protocole de transmission	Technologie sans fil <i>Bluetooth</i> [®] version 2.1 + EDR Classe 2
Réglage des éléments	<p>Informations sur les données personnelles : Il est possible de stocker les informations suivantes pour 4 personnes maximum.</p> <p>Taille : 100,0 à 199,5 cm (3' 4" à 6' 6 3/4")</p> <p>Date de naissance : 1er janvier 1900 au 31 décembre 2030</p> <p>Sexe : Homme/Femme</p> <p>* Unités de mesure : kg (cm) / lb (pied•pouce)</p> <p>* La tranche d'âge pour le pourcentage de graisse corporelle est de 10 à 80 ans.</p> <p>* La tranche d'âge pour le pourcentage de muscle squelettique, la classification du pourcentage de muscle squelettique, le taux de métabolisme au repos, le niveau de graisse viscérale, la classification du niveau de graisse viscérale et l'âge corporel est comprise entre 18 et 80 ans.</p> <p>* La tranche d'âge pour la classification du pourcentage de graisse corporelle est comprise entre 20 et 80 ans.</p>
Précision du poids	<p>0,0 kg à 40,0 kg : ± 0,4 kg (0,0 lb à 88,2 lb : ± 0,88 lb)</p> <p>40,0 kg à 150,0 kg : ± 1 % (88,2 lb à 330,0 lb : ± 1 %)</p>
Précision (S.E.E.)	<p>Pourcentage de graisse corporelle : 3,5 %</p> <p>Pourcentage de muscle squelettique : 3,5 %</p> <p>Niveau de graisse viscérale : 3 niveaux</p>
Alimentation électrique	4 piles alcalines AA (LR6)
Durée de vie des piles	Environ six mois (Lorsque des piles alcalines AA sont utilisées à raison de quatre mesures et transferts de données par jour à une température ambiante de 23 °C.)
Température/Humidité de fonctionnement	+10 °C à +40 °C, 30 % à 85 % HR
Température/Humidité/Pression atmosphérique de rangement	-20 °C à +60 °C, 10 % à 95 % HR, 700 hPa - 1 060 hPa
Poids	Environ 1,8 kg (3,97 lb) (avec les piles)
Dimensions externes	Environ 300 (L) × 38 (H) × 290 mm (P) (Environ 11 3/4" (L) × 1 1/2" (H) × 11 3/8" (P))
Contenu de l'emballage	Moniteur de composition corporelle <i>Bluetooth</i> [®] , 4 piles alcalines AA (LR6), mode d'emploi, carte de garantie

Remarque : Soumis à des modifications techniques sans préavis.



Cet appareil répond aux dispositions de la directive CE 93/42/CEE (directive relative aux appareils médicaux).



Comment éliminer ce produit (déchets d'équipements électriques et électroniques)

Ce symbole sur le produit ou sa documentation indique qu'il ne doit pas être éliminé en fin de vie avec les autres déchets ménagers. L'élimination incontrôlée des déchets pouvant porter préjudice à l'environnement ou à la santé humaine, veuillez le séparer des autres types de déchets et le recycler de façon responsable. Vous favoriserez ainsi la réutilisation durable des ressources matérielles.

Les particuliers sont invités à contacter le distributeur leur ayant vendu le produit ou à se renseigner auprès de leur mairie pour savoir où et comment ils peuvent se débarrasser de ce produit afin qu'il soit recyclé en respectant l'environnement.

Les entreprises sont invitées à contacter leurs fournisseurs et à consulter les conditions de leur contrat de vente. Ce produit ne doit pas être éliminé avec les autres déchets commerciaux.

Ce produit ne contient aucune substance dangereuse.

La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.

Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM)

Avec l'accroissement du nombre d'appareils électroniques comme les PC et les téléphones mobiles (cellulaires), les appareils médicaux utilisés peuvent être soumis aux interférences électromagnétiques dégagées par d'autres appareils. Les interférences électromagnétiques peuvent perturber le fonctionnement de l'appareil médical et créer une situation potentiellement dangereuse.

Les appareils médicaux ne doivent pas non plus interférer avec d'autres appareils.

Afin de réglementer les exigences relatives à la CEM (compatibilité électromagnétique) dans le but de prévenir toute situation dangereuse causée par le produit, la norme EN 60601-1-2:2007 a été mise en œuvre. Cette norme définit les niveaux d'immunité aux interférences électromagnétiques ainsi que les niveaux maximum d'émissions électromagnétiques pour les appareils médicaux.

Cet appareil médical fabriqué par OMRON Healthcare est conforme à cette norme EN 60601-1-2:2007 tant pour l'immunité que pour les émissions.


Il importe toutefois d'observer des précautions spéciales :

N'utilisez pas des téléphones mobiles (cellulaires) et autres appareils générant des champs électriques ou électromagnétiques puissants à proximité de l'appareil. Cela risquerait de perturber le fonctionnement de l'appareil et de créer une situation potentiellement dangereuse. Il est recommandé de maintenir une distance minimum de 7 m. Vérifiez le bon fonctionnement de l'appareil si la distance est inférieure.

Une documentation complémentaire conforme à la norme EN 60601-1-2:2007 est disponible auprès de OMRON Healthcare Europe à l'adresse mentionnée dans le présent mode d'emploi.

Une documentation est également disponible sur le site www.omron-healthcare.com.

FR

	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084, Japon</p>
<p>Mandataire dans l'UE</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> <p>EC REP</p> </div>	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, Pays-Bas www.omron-healthcare.com</p>
<p>Succursale</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, Royaume-Uni</p>
	<p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Allemagne www.omron-medizintechnik.de</p>
	<p>OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, France</p>

Fabriqué en Chine

BF206-BT

Bluetooth® Körperanalyse-Monitor

Verwendungszweck

Medizinischer Verwendungszweck

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,
 Vielen Dank, dass Sie sich für den qualitativ hochwertigen OMRON Körperanalyse-Monitor entschieden haben.
 Der BF206-BT dient zur Messung und Anzeige der folgenden Körperzusammensetzungen:

- Körpergewicht
- Körperfettanteil (in %)
- Skelettmuskelanteil (in %)
- Viszeraler Fettanteil (bis zu 30 Stufen)
- Body Mass Index (BMI)
- Biologisches Alter

Zusätzlich bestimmt die Berechnung des Ruhemetabolismus (in kcal) den täglichen Kalorienbedarf und kann als Referenz für Ihr Programm zur Gewichtsreduzierung dienen.

Die einzigartige Technologie von OMRON mit 4 Sensoren ist eine der genauesten Methoden zur Messung der Körperwerte.

Benutzungsvoraussetzungen


Der BF206-BT ist zur Messung von Personen mit folgenden körperlichen Voraussetzungen vorgesehen.

- Größe: 100,0 bis 199,5 cm
- Gewicht: 150 kg oder weniger
- Alter: Alle Benutzer*

* Der Altersbereich ist abhängig vom Messparameter.

Weitere Informationen finden Sie unter „Einstellbare Werte“ im Abschnitt Technische Daten.

Vorsichtsmaßnahmen bei der Verwendung

 Lesen Sie diese Anleitung vor Gebrauch sorgfältig durch. Darin finden Sie weitere Informationen zu den einzelnen Funktionen.

Inhalt

Vor der Verwendung des Geräts

Hinweise zur Sicherheit.....	42
Informationen zur Körperzusammensetzung.....	43

Gebrauchsanweisung

1. Übersicht über Ihr Gerät	45
2. Einsetzen und Austauschen der Batterien.....	45
3. Einstellen von Datum und Uhrzeit	46
4. Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten.....	47
5. Durchführung einer Messung.....	49
6. Messung nur des Gewichts	52
7. Anzeige der letzten Messergebnisse	53
8. Datenübertragung.....	54
9. Hinweise zur Funktion für drahtlose Kommunikation	56




Pflege und Instandhaltung

10. Pflege und Aufbewahrung des Geräts.....	56
11. Fehleranzeigen.....	57
12. Fehlersuche und -behebung.....	57
13. Technische Daten	58

DE

Hinweise zur Sicherheit

Folgende Symbole und Definitionen werden verwendet:

 Gefahr:	Die unsachgemäße Verwendung kann Gefahren hervorrufen, die zum Tod oder zu schweren Verletzungen führen.
 Warnung:	Die unsachgemäße Verwendung kann in bestimmten Situationen zum Tod oder zu schweren Verletzungen führen.
 Vorsicht:	Die unsachgemäße Verwendung kann zu Verletzungen oder zu Sachschäden führen.

Gefahr:

• Verwenden Sie dieses Gerät niemals zusammen mit elektronischen medizinischen Geräten wie z. B.

- (1) elektronischen medizinischen Implantaten wie z. B. Herzschrittmachern,
- (2) elektronischen Lebenserhaltungssystemen wie z. B. Herz-Lungen-Maschinen,
- (3) tragbaren elektronischen medizinischen Geräten wie z. B. Elektrokardiographen.



Der Körperanalyse-Monitor könnte eine Fehlfunktion solcher Geräte verursachen, was ein wesentliches Gesundheitsrisiko für die Anwender dieser Geräte darstellt.

Warnung:

- Beginnen Sie ein Gewichtsreduzierungs- oder Trainingsprogramm nicht ohne vorher einen Arzt oder Gesundheitsberater konsultiert zu haben. Selbstdiagnose kann zu gesundheitlichen Schäden führen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht auf rutschigen Oberflächen wie z. B. einem nassen Fußboden.
- Halten Sie das Gerät von kleinen Kindern fern.
- Springen Sie nicht auf das Gerät oder auf dem Gerät umher.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Ihr Körper und/oder Ihre Füße nass sind, z. B. nach einem Bad.
- Stellen Sie sich barfuß auf das Gerät. Wenn Sie die Socken oder Strümpfe anbehalten, so laufen Sie Gefahr auszurutschen, was zu Verletzungen führen kann.
- Treten Sie nicht auf die Kante oder den Anzeigebereich des Geräts.
- Behinderte oder gebrechliche Personen müssen bei der Verwendung dieses Geräts immer von einer anderen Person unterstützt werden. Verwenden Sie eine Griffstange oder Ähnliches, wenn Sie auf das Gerät steigen.
- Wenn Batteriesäure in Ihre Augen gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser aus. Suchen Sie sofort einen Arzt auf.

Vorsicht:

- Dieses Gerät ist nur für den Heimgebrauch ausgelegt. Es sollte nicht in Krankenhäusern oder anderen medizinischen Einrichtungen verwendet werden. Dieses Gerät erfüllt nicht die Standards, die für den professionellen Gebrauch erforderlich sind.
- Nehmen Sie das Gerät nicht auseinander, reparieren Sie es nicht und bauen Sie es nicht um.
- Verwenden Sie keine Mobiltelefone in der Nähe des Geräts, ausgenommen für drahtlose Kommunikation.
- Verwenden Sie nur die für dieses Gerät vorgeschriebenen Batterien. Setzen Sie Batterien nicht in falscher Polrichtung ein.
- Ersetzen Sie verbrauchte Batterien sofort durch neue.
- Werfen Sie Batterien nicht ins Feuer.

- Wenn Batteriesäure auf Ihre Haut oder Ihre Kleidung gelangt, spülen Sie diese sofort mit reichlich klarem Wasser ab.
- Nehmen Sie die Batterien aus dem Gerät heraus, wenn Sie das Gerät für längere Zeit (ca. drei Monate oder länger) nicht verwenden werden.
- Verwenden Sie keine unterschiedlichen Batterien zusammen.
- Verwenden Sie neue und gebrauchte Batterien nicht gemeinsam.
- Waschen Sie vor Verwendung des Gerätes stets Ihre Füße, falls Sie an einer Fußkrankung oder einer anderen Hauterkrankung leiden. Anderenfalls können sich andere Personen infizieren. Wird das Gerät von mehreren Personen benutzt, wischen Sie es nach der Verwendung mit einem Tuch, das mit Wasser oder mildem Reinigungsmittel befeuchtet wurde, ab. Wischen Sie es anschließend trocken.

Allgemeine Empfehlung:

- Stellen Sie dieses Gerät nicht auf einer gepolsterten Oberfläche auf, wie zum Beispiel einem Teppich oder einer Matratze. Dadurch kann die Genauigkeit der Messung beeinträchtigt werden.
- Stellen Sie das Gerät nicht in feuchter Umgebung auf und schützen Sie es vor Spritzwasser.
- Halten Sie das Gerät fern von Wärmequellen oder Klimaanlage und vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.
- Treten Sie nicht auf die Anzeige oder die Tasten des Gerätes.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht zu anderen als in dieser Anweisung angegebenen Zwecken.
- Dieses Gerät ist ein Präzisionsgerät. Lassen Sie es nicht fallen und setzen Sie es keinen Erschütterungen oder starken Stößen aus.
- Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.
- Waschen Sie das Gerät nicht mit Wasser.
- Reinigen Sie das Gerät nicht mit Benzol, Benzin, Lackverdünner, Alkohol oder anderen flüchtigen Lösungsmitteln.
- Stellen Sie das Gerät nicht in einer Umgebung auf, in der es Chemikalien oder ätzenden Dämpfen ausgesetzt ist.

Lesen und befolgen Sie den Punkt „Wichtige Informationen zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV)“ im Abschnitt Technische Daten.

Informationen zur Körperzusammensetzung

Prinzip der Berechnung der Körperzusammensetzung

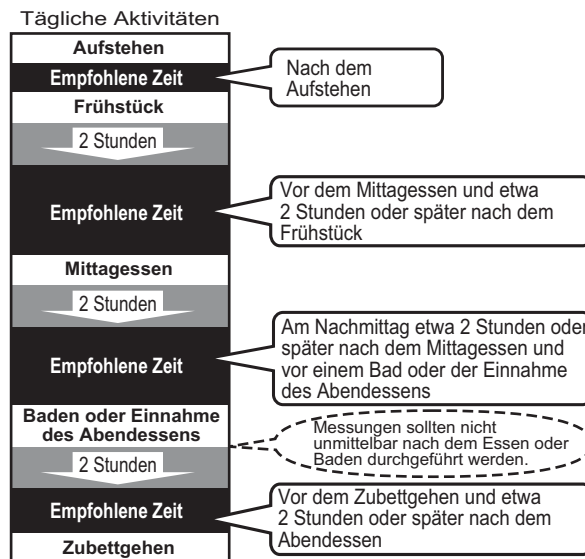
Körperfett hat eine geringe elektrische Leitfähigkeit

Der BF206-BT ermittelt den Körperfettanteil mithilfe der bioelektrischen Impedanzanalyse (BIA). Muskeln, Blutgefäße und Knochen sind Körpergewebe mit einem hohen Wassergehalt, die Strom gut leiten. Körperfett ist ein Gewebe mit einer geringen elektrischen Leitfähigkeit. Der BF206-BT sendet einen sehr schwachen elektrischen Strom von 50 kHz und weniger als 500 µA durch Ihren Körper, um den Anteil des Fettgewebes zu bestimmen. Diesen schwachen elektrischen Strom beim Betrieb des BF206-BT nehmen Sie nicht wahr.

Die Waage bestimmt die Körperzusammensetzung über den elektrischen Widerstand, zusammen mit Größe, Gewicht, Alter und Geschlecht. Die Ergebnisse werden basierend auf den Daten von OMRON zur Körperzusammensetzung ermittelt.

Empfohlene Messzeiten

Damit Sie Übergewicht vorbeugen oder dieses reduzieren können, sollten Sie die normalen Veränderungen Ihres Körperfettanteils verstehen. Die Trends Ihres Körperfetts schätzen Sie richtig ab, wenn Sie wissen, zu welchen Zeiten sich der Körperfettanteil in Ihrem Tagesrhythmus ändert. Es empfiehlt sich, dieses Gerät immer in derselben Umgebung und unter denselben Alltagsbedingungen zu verwenden. (Siehe Diagramm)



Nehmen Sie keine Messungen unter folgenden Bedingungen vor:

- Unmittelbar nach starker körperlicher Betätigung, nach dem Baden oder einem Saunagang.
- Nach dem Genuss von Alkohol oder dem Trinken einer großen Menge an Wasser, nach einer Mahlzeit (ca. 2 Stunden).

Wenn unter den nachfolgend genannten physikalischen Bedingungen eine Messung durchgeführt wird, kann die ermittelte Körperzusammensetzung erheblich vom tatsächlichen Wert abweichen, weil der Wassergehalt im Körper verändert ist.

Was bedeutet BMI (Body Mass Index)?

Der BMI gibt mithilfe der folgenden einfachen Formel das Verhältnis zwischen Gewicht und Körpergröße eines Menschen an.

$$\text{BMI} = \text{Gewicht (kg)} / \text{Körpergröße (m)} / \text{Körpergröße (m)}$$

Der OMRON BF206-BT berechnet Ihre BMI-Klassifikation unter Verwendung Ihrer in der persönlichen Profilnummer gespeicherten oder in der Betriebsart GUEST eingegebenen Körpergröße.

Liegt der durch den BMI ermittelte Fettanteil über dem internationalen Standard, treten bei Ihnen mit höherer Wahrscheinlichkeit bestimmte verbreitete Krankheiten auf. Jedoch werden nicht alle Fettarten im BMI erfasst.

Informationen zur Körperzusammensetzung

Was ist der Körperfettanteil?

Unter Körperfettanteil versteht man den in Prozent ausgedrückten Anteil der Fettmasse des Körpers am Gesamtkörpergewicht.

$$\text{Körperfettanteil (\%)} = \{ \text{Körperfettmasse (kg)} / \text{Körpergewicht (kg)} \} \times 100$$

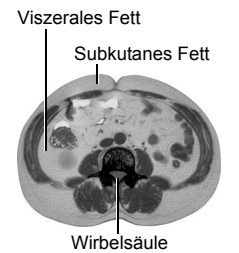
Das Gerät bestimmt den Körperfettanteil mithilfe der bioelektrischen Impedanzanalyse (BIA).

Je nachdem, wo im Körper das Fett angelagert ist, wird es als viszerales oder subkutanes Fett bezeichnet.

Was ist der viszerale Fettanteil?

Viszerales Fett = Fett um die inneren Organe herum

Man geht davon aus, dass zu viel viszerales Fett direkt mit erhöhten Fettwerten im Blut zusammenhängt, was zu verbreiteten Krankheiten wie Hyperlipidämie und Diabetes führen kann, wodurch die Fähigkeit des Insulins, Energie aus der Blutbahn in die Zellen zu transportieren und zu verwenden, beeinträchtigt wird. Um solche verbreiteten Erkrankungen zu verhindern oder wenigstens zu mindern, ist es wichtig, den Anteil des viszeralen Fetts auf ein annehmbares Niveau zu senken. Menschen mit hohem viszeralen Fettanteil haben meistens dicke Bäuche. Dies ist allerdings nicht immer so und ein hoher viszeraler Fettanteil kann zu metabolischer Fettsucht führen. Bei der metabolischen Fettsucht (viszerale Fettsucht bei normalem Gewicht) liegt der Fettanteil über den Normalwerten, obwohl das Gewicht des Patienten für seine Größe normal oder sogar geringer ist als normal.

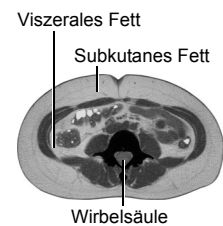


Beispiel für viszerales Fett (MRT-Bild)

Was ist subkutanes Fett?

Subkutanes Fett = Fett unter der Haut

Subkutanes Fett sammelt sich nicht nur um den Bauch herum an, sondern auch an Oberarmen, Hüften und Oberschenkeln und kann die Körperproportionen entstellen. Obwohl es nicht direkt mit einem erhöhten Krankheitsrisiko in Verbindung gebracht wird, so geht man doch davon aus, dass es den Druck auf das Herz erhöht und zu weiteren Komplikationen führen kann. Subkutanes Fett wird von diesem Gerät nicht angezeigt, aber es ist im prozentualen Körperfettanteil mit enthalten.



Beispiel für subkutanes Fett (MRT-Bild)

Was ist ein Skelettmuskel?

Muskeln werden in zwei Typen aufgeteilt: Muskeln in inneren Organen, wie z. B. das Herz, und Skelettmuskeln, die an Knochen angesetzt sind und zur Bewegung des Körpers dienen. Skelettmuskeln können durch Training und andere Aktivitäten wachsen.

Durch die Erhöhung des Skelettmuskelanteils verbraucht der Körper Energie, die dann nicht in Fett umgewandelt wird. Dadurch wird es leichter, ein aktives Leben zu führen.

Was bedeutet Ruhemetabolismus?

Unabhängig von Ihrem Aktivitätsgrad ist eine minimale Kalorienaufnahme erforderlich, um die täglichen Körperfunktionen aufrechtzuerhalten. Dies ist als Ruhemetabolismus bekannt und gibt an, wie viele Kalorien Sie benötigen, um den Körper mit ausreichend Energie für seine Funktionen zu versorgen.

Was ist das biologische Alter?

Das biologische Alter wird auf Grundlage des Ruhemetabolismus ermittelt. Das biologische Alter wird auf Grundlage Ihres Gewichts, Körperfettanteils und Skelettmuskelanteils berechnet, um festzustellen, ob Ihr biologisches Alter über oder unter dem Durchschnitt Ihres tatsächlichen Alters liegt. Das Wissen um Ihr biologisches Alter ist nützlich, um Ihren Gesundheitszustand zu verbessern.

Gründe, weshalb die berechneten Ergebnisse gegenüber dem tatsächlichen Körperfettanteil abweichen können

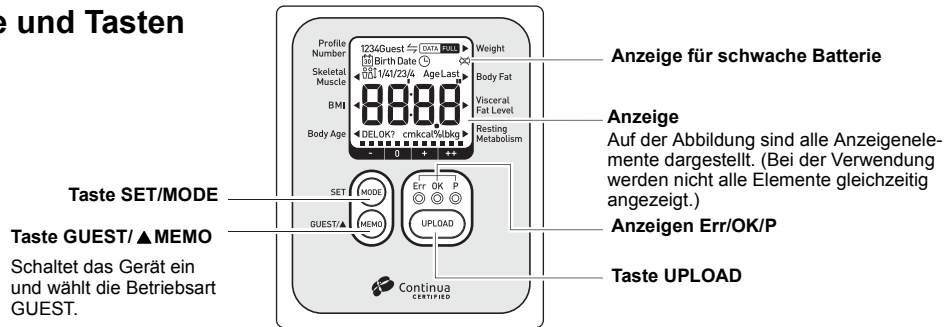
Der mit diesem Gerät gemessene prozentuale Fettanteil kann in den folgenden Situationen sehr vom tatsächlichen Körperfettanteil abweichen:

Bei älteren Menschen (über 81 Jahre) / Menschen mit Fieber / Bodybuildern oder durchtrainierten Sportlern / Patienten, die eine Dialyse erhalten / Patienten mit Osteoporose mit sehr geringer Knochendichte / schwangeren Frauen / Menschen mit Schwellungen

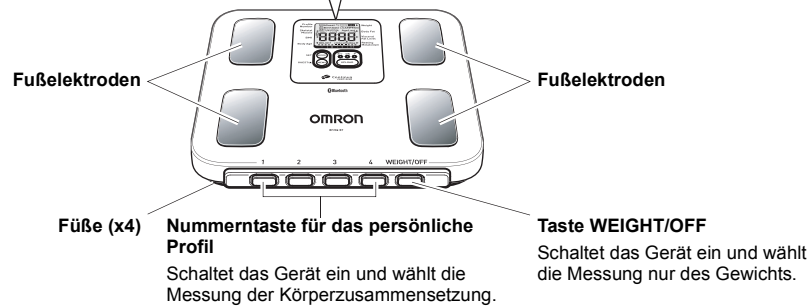
Diese Abweichungen können durch wechselnde Anteile der Körperflüssigkeit und/oder Körperzusammensetzung bedingt sein.

1. Übersicht über Ihr Gerät

Anzeige und Tasten



Hauptgerät



Informationen zum Alarm

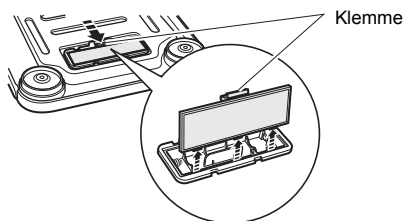
Der Alarm gibt unter folgenden Bedingungen Signaltöne aus:

- Wenn das Gerät eingeschaltet wird: Blip!
- Wenn 0.0 kg angezeigt wird und das Gerät zur Messung bereit ist: Blip! Blip!
- Wenn eine Messung abgeschlossen wurde: Blip, Piep!
- Wenn die Fehlermeldung „Err“ erscheint: Blip! Blip! Blip! Blip! Blip! (Eine schnelle Abfolge kurzer Signaltöne.)
- Wenn die Daten erfolgreich gesendet wurden: Blip! Blip!
- Wenn die Daten nicht gesendet werden konnten: Piep! Piep! Piep! (Eine Abfolge dreier langer Signaltöne.)

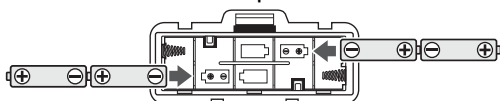
2. Einsetzen und Austauschen der Batterien

1. Öffnen Sie die Batterieabdeckung auf der Rückseite des Geräts.

- 1) Drücken Sie die Klemme auf der Batterieabdeckung in Pfeilrichtung, um die Abdeckung wie abgebildet zu lösen.
- 2) Ziehen Sie die Klemme der Abdeckung nach oben.




2. Legen Sie die Batterien so ein, dass die Polarität den Markierungen im Batteriefach entspricht.



3. Schließen Sie die Batterieabdeckung.

Batterie-Lebensdauer und Austausch

Wenn das Symbol  angezeigt wird, müssen alle vier Batterien gegen neue ausgetauscht werden.

Die Daten im Speicher werden auch dann beibehalten, wenn die Batterien ausgewechselt werden.

- Schalten Sie vor dem Batteriewechsel das Gerät aus.
- Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.
- Vier AA-Alkalibatterien halten etwa sechs Monate (bei täglich vier Messungen und Datenübertragungen).
- Da die mitgelieferten Batterien nur für einen Probetrieb gedacht sind, haben sie möglicherweise eine kürzere Lebensdauer.

DE

3. Einstellen von Datum und Uhrzeit

Wenn das Gerät zum ersten Mal eingeschaltet wird, müssen Datum und Uhrzeit eingestellt werden.

1. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät einzuschalten.

Wenn das Gerät zum ersten Mal eingeschaltet wird, blinken die Ziffern für die Jahreszahl.

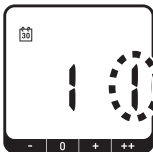
2. [EINSTELLEN DES JAHRES]

- 1) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um das Jahr einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.
 - Einstellbereich: 2010 bis 2030
 - Halten Sie diese Taste gedrückt, um den Wert in Schritten von 10 schnell zu erhöhen.



3. [EINSTELLEN DES MONATS UND TAGES]

- 1) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um den Monat einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.



- 2) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um den Tag einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.

- Halten Sie diese Taste gedrückt, um den Wert in Schritten von 10 schnell zu erhöhen.



4. [EINSTELLEN DER STUNDE UND MINUTE]

- 1) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um die Stunde einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.
 - Dies ist die 24-Stunden-Uhr.



- 2) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um die Minute einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.
 - Halten Sie diese Taste gedrückt, um den Wert in Schritten von 10 schnell zu erhöhen.

Die aktuellen Einstellungen für Jahr, Monat, Tag, Stunde und Minute werden in dieser Reihenfolge auf der Anzeige eingeblendet. Das Gerät wird automatisch ausgeschaltet.

Die Einstellungen sind hiermit abgeschlossen.

Hinweise:

- Falls Sie während der Einstellungen Korrekturen vornehmen müssen: Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät aus- und wieder einzuschalten. Die Ziffern für die Jahreszahl blinken, fahren Sie ab Schritt 2 des Verfahrens fort.
- Falls sich das Gerät während der Einstellung ausschaltet: Falls 3 Minuten lang keine Einstellungen für Datum und Uhrzeit vorgenommen wurden, schaltet sich das Gerät automatisch aus. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät aus- und wieder einzuschalten.
- Falls Sie das eingestellte Datum und die Uhrzeit korrigieren müssen: Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF. Wenn „0.0 kg“ auf der Anzeige erscheint, drücken Sie für 2 Sekunden oder länger die Taste SET/MODE. Die Ziffern für die Jahreszahl blinken, fahren Sie ab Schritt 2 des Verfahrens fort.

Ein-/Ausschalter

Das Gerät wird unter folgenden Bedingungen automatisch ausgeschaltet:

1. Falls der Körperanalyse-Monitor nach der Anzeige von „0.0 kg“ eine Minute lang nicht verwendet wurde.
2. Falls 3 Minuten lang keine Einstellungen für Datum und Uhrzeit vorgenommen wurden.
3. Falls 3 Minuten lang keine Einstellungen von persönlichen Daten vorgenommen wurden.
4. Falls der Körperanalyse-Monitor nach der Anzeige der Messergebnisse oder der letzten Messergebnisse 3 Minuten lang nicht verwendet wurde.
5. 30 Sekunden nach der Anzeige des Ergebnisses bei der Messung nur des Gewichts.
6. 10 Sekunden, nachdem „Err“ auf der Anzeige erschienen ist.

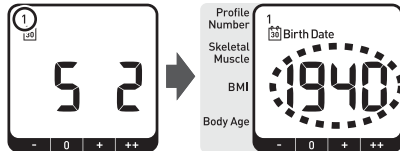
Hinweis: „OFF“ erscheint auf der Anzeige, wenn das Gerät ausgeschaltet wird.

4. Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten

Zur korrekten Messung der Körperzusammensetzung müssen bestimmte persönliche Daten erfasst werden (Geburtsdatum, Geschlecht, Größe). Der Körperanalyse-Monitor speichert bis zu vier persönliche Profile.

1. Drücken Sie die Nummerntaste für das persönliche Profil, um eine persönliche Profilnummer auszuwählen.

Das aktuelle Datum erscheint auf der Anzeige, dann wechselt die Anzeige auf das Geburtsdatum (1940).



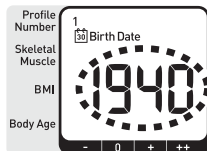
Hinweis: Wenn das Geburtsdatum, nicht das aktuelle Datum, angezeigt wird, sind die Einstellungen für die persönliche Profilnummer abgeschlossen. Verwenden Sie eine andere Nummer oder löschen Sie Ihre persönlichen Profilinformationen. Weitere Informationen zum Löschen der persönlichen Daten finden Sie in Abschnitt 4, Löschen der persönlichen Daten.

2. [EINSTELLEN DES GEBURTSDATUM]

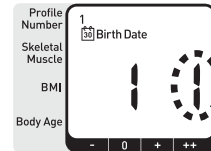
Einstellbereich: 1900 bis 2030

Halten Sie diese Taste gedrückt, um den Wert in Schritten von 10 schnell zu erhöhen.

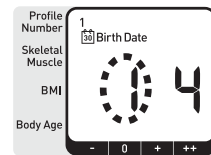
- 1) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um das Geburtsjahr einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.



- 2) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um den Geburtsmonat einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.

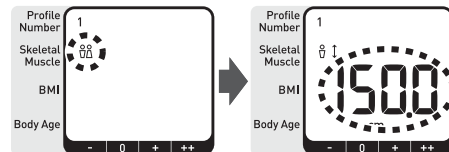


- 3) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um den Geburtstag einzustellen, und bestätigen Sie durch Drücken der Taste SET/MODE.



3. [EINSTELLEN DES GESCHLECHTS UND DER KÖRPERGRÖSSE]

Geben Sie auf die gleiche Weise ♂ (MÄNNLICH) oder ♀ (WEIBLICH) sowie Ihre Körpergröße an.



Die gewählten Einstellungen werden zur Bestätigung angezeigt. Anschließend erscheint auf der Anzeige „0.0 kg“.

Die Einstellungen sind hiermit abgeschlossen. Sie können nun mit der Messung Ihrer Körperzusammensetzung beginnen.

Auswahl der Maßeinheiten

Sie können die für Größe und Gewicht verwendeten Maßeinheiten einstellen.

1. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät einzuschalten.
Das aktuelle Datum erscheint auf der Anzeige, dann wechselt die Anzeige auf „0.0 kg“.
2. Halten Sie die Taste GUEST/▲MEMO für 2 Sekunden gedrückt, bis „lb“ und „kg“ auf der Anzeige blinken.



3. Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um „kg“ oder „lb“ auszuwählen.
Dadurch werden automatisch auch „cm“ und „inch“ geändert.
4. Drücken Sie die Taste SET/MODE zur Bestätigung.

Alle Messungen von Größe und Gewicht werden in den neuen Maßeinheiten angezeigt. Die Änderung bleibt so lange in Kraft, bis Sie sie erneut ändern.

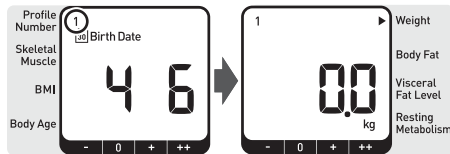
DE

4. Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten

Ändern der persönlichen Daten

1. Drücken Sie die Nummerntaste für das persönliche Profil, um eine persönliche Profilnummer auszuwählen.

Das Geburtsdatum erscheint auf der Anzeige, dann wechselt die Anzeige auf „0.0 kg“. Warten Sie, bis „0.0 kg“ auf der Anzeige erscheint.



2. Ändern Sie die persönlichen Daten.

- 1) Drücken Sie die Taste SET/MODE, während „0.0 kg“ eingeblendet wird.

Das Geburtsjahr blinkt auf der Anzeige.



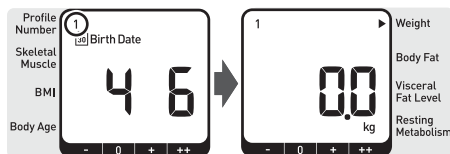
- 2) Details zum Ändern der persönlichen Daten finden Sie in Schritt 2 und 3 im Abschnitt 4, Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten.

3. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät auszuschalten oder eine Messung vorzunehmen. (Siehe Abschnitt 5 „Durchführung einer Messung“.)

Löschen der persönlichen Daten

1. Drücken Sie die Nummerntaste für das persönliche Profil, um die persönliche Profilnummer auszuwählen, deren Daten Sie löschen möchten.

Das Geburtsdatum erscheint auf der Anzeige, dann wechselt die Anzeige auf „0.0 kg“. Warten Sie, bis „0.0 kg“ auf der Anzeige erscheint.



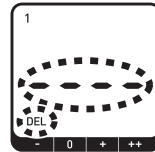
2. Löschen Sie die persönlichen Daten.

- 1) Drücken Sie die Taste SET/MODE, während „0.0 kg“ eingeblendet wird.

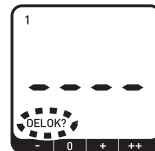
Das Geburtsjahr blinkt auf der Anzeige.



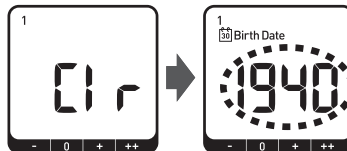
- 2) Drücken und halten Sie die Taste GUEST/▲MEMO, bis „- - - -“ und „DEL“ auf der Anzeige blinken.



- 3) Drücken Sie die Taste SET/MODE. „DEL OK?“ blinkt auf der Anzeige.



- 4) Drücken Sie die Taste SET/MODE. „Clr“ erscheint auf der Anzeige und die Einstellung für das Geburtsjahr wird angezeigt.



Hinweis: Um das Löschen abzubrechen, drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO.

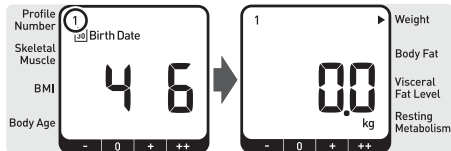
3. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät auszuschalten.

5. Durchführung einer Messung

Die Messung sollte auf einer harten, ebenen Fläche vorgenommen werden.

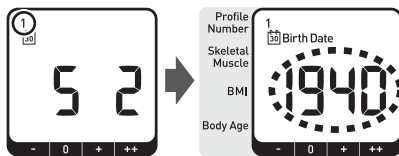
1. Drücken Sie die Nummerntaste für das persönliche Profil, um das Gerät einzuschalten.

Das Geburtsdatum erscheint auf der Anzeige, dann wechselt die Anzeige auf „0.0 kg“.



Hinweis: Wenn Sie auf das Gerät steigen, bevor „0.0 kg“ angezeigt wird, erscheint die Fehlermeldung „Err“.

Falls die folgende Anzeige erscheint:



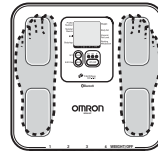
Ihre persönlichen Daten sind nicht in der persönlichen Profilnummer, die Sie gewählt haben, gespeichert. Weitere Informationen zum Speichern persönlicher Daten finden Sie in Abschnitt 4.

Falls Sie keine persönlichen Daten auf dem Gerät eingetragen haben (Betriebsart GUEST):

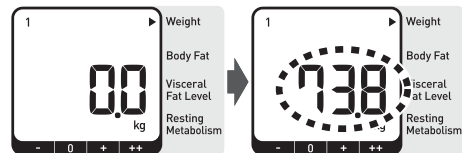
- 1) Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO, um das Gerät einzuschalten. Das aktuelle Datum erscheint auf der Anzeige, dann erscheint „GUEST“ und das Geburtsjahr (1940) blinkt auf der Anzeige.
- 2) Geben Sie Geburtsdatum, Geschlecht und Größe ein. Lesen Sie die Schritte 2 und 3 im Abschnitt 4, Eingabe und Speicherung der persönlichen Daten.

2. Beginnen Sie mit der Messung.

- 1) Stellen Sie sich barfußig auf das Gerät und stellen Sie Ihre Füße auf die Fußelektroden, wobei Sie Ihr Gewicht gleichmäßig verteilen sollten.

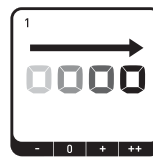


Auf der Anzeige erscheint Ihr Gewicht, und anschließend blinkt das Gewichtsergebnis zweimal.



Danach beginnt das Gerät mit der Messung Ihrer Körperzusammensetzung.

- 2) Während der Messung Ihrer Körperzusammensetzung bewegt sich „0“, um das Fortschreiten der Messung anzuzeigen.



- 3) Nach Beendigung der Messung wird wieder Ihr Gewicht angezeigt. Zu diesem Zeitpunkt können Sie wieder vom Gerät heruntertreten.



DE

Falsche Haltung bei Messungen

Bei falscher Haltung kann es zu einer fehlerhaften Messung der Körperzusammensetzung kommen.



Stehen am Rand des Geräts



Gebogene Knie



Hocken

5. Durchführung einer Messung

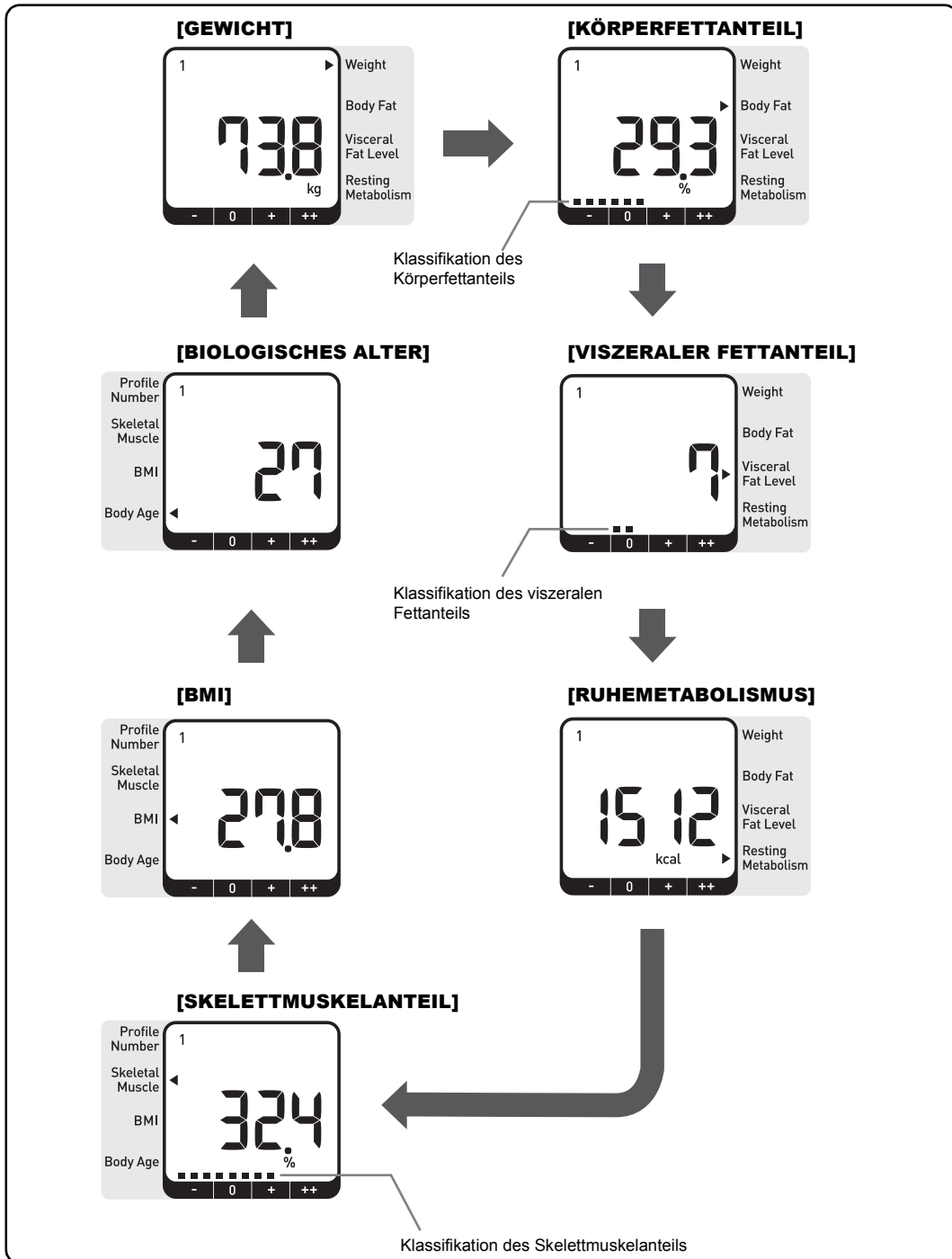
3. Überprüfen Sie die Messergebnisse.

Die Anzeige mit den Messergebnissen wechselt automatisch.

Um die automatische Ergebnisabfolge zu beenden oder andere Messwerte anzuzeigen, drücken Sie die Taste SET/MODE.

Bei jedem Drücken der Taste SET/MODE wechselt die Anzeige wie unten gezeigt.

Hinweis: Verwenden Sie die Balkenanzeige als Anhaltspunkt für die Messung.



Interpretation der Ergebnisse für den Körperfettanteil

Geschlecht	Alter	- (Niedrig)	0 (Normal)	+ (Hoch)	++ (Sehr hoch)
Weiblich	20-39	< 21,0 %	21,0 - 32,9 %	33,0 - 38,9 %	≥ 39,0 %
	40-59	< 23,0 %	23,0 - 33,9 %	34,0 - 39,9 %	≥ 40,0 %
	60-80	< 24,0 %	24,0 - 35,9 %	36,0 - 41,9 %	≥ 42,0 %
Männlich	20-39	< 8,0 %	8,0 - 19,9 %	20,0 - 24,9 %	≥ 25,0 %
	40-59	< 11,0 %	11,0 - 21,9 %	22,0 - 27,9 %	≥ 28,0 %
	60-80	< 13,0 %	13,0 - 24,9 %	25,0 - 29,9 %	≥ 30,0 %

Basierend auf den NIH/WHO-Richtlinien für den BMI
 Basierend auf Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000

Interpretation der Ergebnisse für den viszeralen Fettanteil

Viszeraler Fettanteil	Klassifikation des Anteils
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Hoch)
15 - 30	++ (Sehr hoch)

Basierend auf Werten von OMRON HEALTHCARE

Interpretation der BMI-Ergebnisse

BMI	BMI (Bezeichnung nach der WHO)
BMI < 18,5	Untergewicht
18,5 ≤ BMI < 25	Normal
25 ≤ BMI < 30	Übergewicht
30 ≤ BMI	Adipös

Die oben genannten Indizes basieren auf den von der Weltgesundheitsorganisation WHO vorgeschlagenen Werten zur Beurteilung der Adipositas.

Interpretation der Ergebnisse für den Skelettmuskelanteil (bei Erwachsenen)

Geschlecht	Alter	- (Niedrig)	0 (Normal)	+ (Hoch)	++ (Sehr hoch)
Weiblich	18-39	< 24,3 %	24,3 - 30,3 %	30,4 - 35,3 %	≥ 35,4 %
	40-59	< 24,1 %	24,1 - 30,1 %	30,2 - 35,1 %	≥ 35,2 %
	60-80	< 23,9 %	23,9 - 29,9 %	30,0 - 34,9 %	≥ 35,0 %
Männlich	18-39	< 33,3 %	33,3 - 39,3 %	39,4 - 44,0 %	≥ 44,1 %
	40-59	< 33,1 %	33,1 - 39,1 %	39,2 - 43,8 %	≥ 43,9 %
	60-80	< 32,9 %	32,9 - 38,9 %	39,0 - 43,6 %	≥ 43,7 %

Basierend auf Werten von OMRON HEALTHCARE

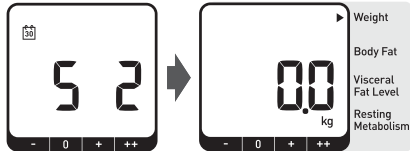
DE

4. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät auszuschalten.

6. Messung nur des Gewichts

1. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät einzuschalten.

Das aktuelle Datum erscheint auf der Anzeige, dann wechselt die Anzeige auf „0.0 kg“.



Hinweis: Wenn Sie auf das Gerät steigen, bevor „0.0 kg“ angezeigt wird, erscheint die Fehlermeldung „Err“.

2. Stellen Sie sich auf das Gerät, wenn auf der Anzeige „0.0 kg“ angezeigt wird.

3. Überprüfen Sie das Messergebnis.

Ihr Gewicht erscheint auf der Anzeige und blinkt zweimal. Dies bedeutet, dass die Messung abgeschlossen ist.

4. Wenn die Messung abgeschlossen ist, steigen Sie vom Gerät und schalten Sie das Gerät aus.

7. Anzeige der letzten Messergebnisse

Für jede persönliche Profilnummer werden automatisch bis zu 30 Messergebnisse gespeichert, welche auf dem Gerät angezeigt werden können.

Hinweis: Im Gast Modus werden keine Messergebnisse gespeichert.

1. Drücken Sie die Nummerntaste für das persönliche Profil, um das Gerät einzuschalten.

2. Führen Sie eine Messung durch.

Messen Sie Ihre Körperzusammensetzung, wenn Sie die Ergebnisse mit den letzten Werten vergleichen möchten.

3. Drücken Sie die Taste GUEST/▲MEMO.

Das letzte Gewichtsergebnis wird angezeigt.

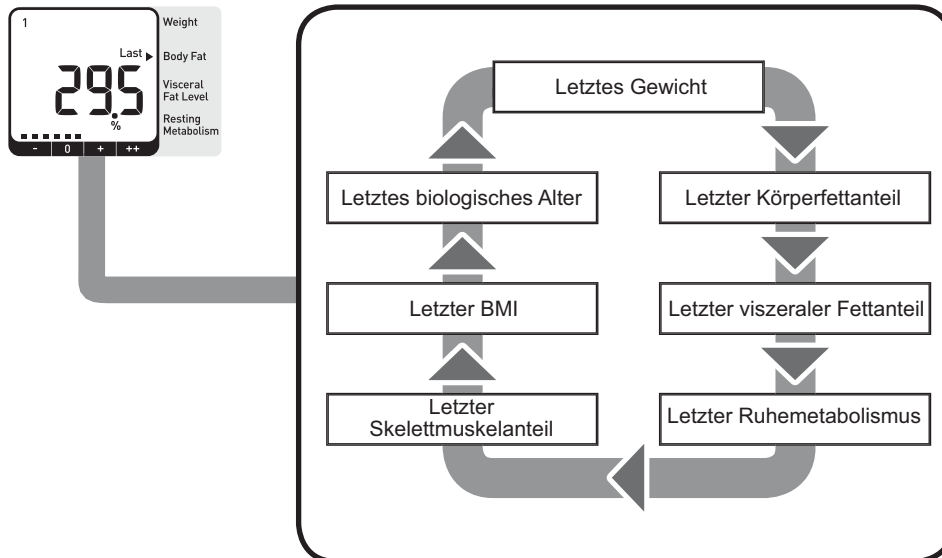


Wenn Sie Ihre Körperzusammensetzung in Schritt 2 gemessen haben, wird durch jedes Betätigen der Taste GUEST/▲MEMO zwischen dem aktuellen Messergebnis und dem vorherigen Ergebnis gewechselt.

Hinweise:

- Falls keine Ergebnisse der letzten Messung vorliegen, wird „- - -“ angezeigt.
- Falls Sie in Schritt 2 keine Messung Ihrer Körperzusammensetzung durchgeführt haben, können die aktuellen Messergebnisse auch durch Betätigen der Taste GUEST/▲MEMO nicht angezeigt werden.

4. Drücken Sie die Taste SET/MODE, um die anderen Messwerte zu durchlaufen.



Hinweis: Hinweise zur Datenübertragung finden Sie im Abschnitt 8.

5. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät auszuschalten.

8. Datenübertragung

Es ist möglich, die Messdaten auf ein *Bluetooth*®-Gerät zu übertragen.

Für jede persönliche Profilnummer können bis zu 30 Sätze gespeicherter Messergebnisse übertragen werden. Inhalt und Anzeige der Messergebnisse können je nach Anzeigeprogramm unterschiedlich ausfallen.

Weitere Informationen finden Sie im Handbuch des von Ihnen verwendeten Programms.

Registrieren des Körperanalyse-Monitors am Zielgerät (Pairing)

Was ist Pairing:

Dies bezeichnet das Verfahren zum Registrieren des Körperanalyse-Monitors am Zielgerät, so dass dieses für die Datenübertragung verwendet werden kann.

Pairing ist erforderlich, wenn ein Gerät zum ersten Mal an den Körperanalyse-Monitor angeschlossen wird oder wenn dasselbe Gerät zur Übertragung der Daten für mehrere persönliche Profilnummern verwendet wird.

Befolgen Sie das untenstehende Verfahren, um das Pairing des Körperanalyse-Monitors und des Zielgeräts durchzuführen.

Weitere Informationen zur Übertragung der Daten mit einem Gerät, für das bereits ein Pairing mit dem Körperanalyse-Monitor durchgeführt wurde, finden Sie unter „Datenübertragung“.

1. Zeigen Sie die Messergebnisse an.



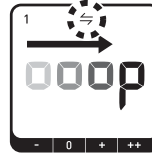
- Pairing (Registrierung) nach Durchführung einer Messung:
Folgen Sie den Schritten in Abschnitt 5, um die Messergebnisse anzuzeigen.
- Pairing (Registrierung) ohne Durchführung einer Messung:
Folgen Sie den Schritten in Abschnitt 7, um die Ergebnisse der letzten Messung anzuzeigen.
- Pairing (Registrierung) in der Betriebsart GUEST:
Sie können ein Gerät auch nach Durchführung einer Messung in der Betriebsart GUEST registrieren.
Folgen Sie den Schritten in Abschnitt 5, um die Messergebnisse anzuzeigen.

2. Aktivieren Sie Pairing (Registrierung) am Gerät.

Bereiten Sie das Programm auf dem Gerät für das Pairing vor.

Weitere Informationen finden Sie im Handbuch des von Ihnen verwendeten Programms.

3. Drücken Sie für 2 Sekunden oder länger die Taste UPLOAD.

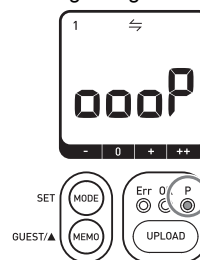


Führen Sie mit dem Programm das Pairing des Körperanalyse-Monitors und des Geräts durch.

Weitere Informationen finden Sie im Handbuch des von Ihnen verwendeten Programms.

Hinweis: Wenn Sie während des Pairings die Taste UPLOAD drücken, wird das Pairing gestoppt und die Anzeige kehrt zur vorherigen Darstellung zurück.

Wenn das Pairing erfolgreich abgeschlossen wurde, erscheint die Anzeige „P“ und der Alarm gibt Signaltöne aus (Blip! Blip!).



Hinweise:

- Wenn der Pairingvorgang nicht innerhalb etwa einer Minute abgeschlossen werden konnte, wird das Pairing des Körperanalyse-Monitors und des Geräts abgebrochen.
- Wenn der Pairingvorgang nicht erfolgreich abgeschlossen werden konnte, erscheint die Anzeige „Err“ und der Alarm gibt drei Signaltöne aus (Piep! Piep! Piep!). Überprüfen Sie das Programm auf dem angeschlossenen Gerät und wiederholen Sie das Verfahren ab Schritt 2 für einen erneuten Versuch.

Datenübertragung

1. Zeigen Sie die Messergebnisse an.



- Übertragung der Daten nach Durchführung einer Messung:
Folgen Sie den Schritten in Abschnitt 5, um die Messergebnisse anzuzeigen.
- Übertragung der Daten ohne Durchführung einer Messung:
Folgen Sie den Schritten in Abschnitt 7, um die Ergebnisse der letzten Messung anzuzeigen.
- Übertragung der Daten in der Betriebsart GUEST:
Sie können ein Gerät auch nach Durchführung einer Messung in der Betriebsart GUEST registrieren.
Folgen Sie den Schritten in Abschnitt 5, um die Messergebnisse anzuzeigen.

Hinweis: In der Betriebsart GUEST können Sie die im Körperanalyse-Monitor gespeicherten Ergebnisse nicht senden, sondern nur die Messergebnisse der aktuellen Messung.

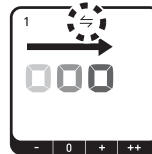
2. Aktivieren Sie Datenübertragung.

Stellen Sie das Programm auf dem Zielgerät auf die Betriebsart zur Datenübertragung. Weitere Informationen finden Sie im Handbuch des von Ihnen verwendeten Programms.

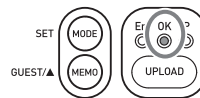
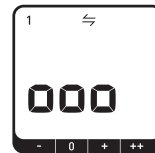
3. Drücken Sie die Taste UPLOAD.

Die Anzeige wechselt zur Darstellung für die Datenübertragung und der Körperanalyse-Monitor beginnt die Datenübertragung.

Hinweis: Wenn Sie während der Datenübertragung die Taste UPLOAD drücken, wird die Übertragung gestoppt und die Anzeige kehrt zur vorherigen Darstellung zurück.



Wenn die Daten erfolgreich übertragen wurden, erscheint die Anzeige „OK“ und der Alarm gibt Signaltöne aus (Blip! Blip!).



Hinweis: Wenn die Daten nicht übertragen werden konnten, erscheint die Anzeige „Err“ und der Alarm gibt drei Signaltöne aus (Piep! Piep! Piep!). Überprüfen Sie das Programm auf dem angeschlossenen Gerät und wiederholen Sie das Verfahren ab Schritt 2 für einen erneuten Versuch.

Die Darstellung kehrt nach 10 Sekunden zu der Darstellung zurück, die vor Beginn der Datenübertragung angezeigt wurde.

4. Drücken Sie die Taste WEIGHT/OFF, um das Gerät auszuschalten.

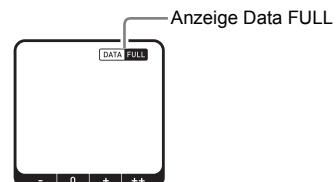
DE

Informationen zur Anzeige Data FULL

Für jede persönliche Profilvernummer können bis zu 30 Sätze Messergebnisse gespeichert werden.

Werden mehr als 30 gespeichert, werden die ältesten Ergebnisse gelöscht.

Wenn die Anzeige Data FULL blinkt oder leuchtet, sollten Sie möglichst bald Ihre Daten auf ein anderes Gerät übertragen, um den Verlust von Messergebnissen zu verhindern.



DATA FULL blinkt: 24-29 Sätze Messergebnisse wurden gespeichert.

DATA FULL leuchtet: 30 Sätze Messergebnisse wurden gespeichert.

Hinweis: Die Anzeige Data FULL erscheint nicht, wenn nur 0 bis 23 Messergebnisse gespeichert sind.

9. Hinweise zur Funktion für drahtlose Kommunikation

CE 0197

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. erklärt hiermit, dass der Körperanalyse-Monitor den wesentlichen und anderen relevanten Bestimmungen der Richtlinie 1999/5/EG entspricht. Die Konformitätserklärung kann unter www.omron-healthcare.com eingesehen werden.



Dieses Produkt arbeitet im lizenzfreien ISM-Band bei 2,4 GHz. Falls dieses Produkt in der Nähe anderer Geräte, die im selben Frequenzbereich wie dieses Produkt arbeiten, zum Beispiel Mikrowellengeräte oder Wireless-LAN, verwendet wird, kann es zu Störungen zwischen diesem Produkt und solch anderen Geräten kommen. Schalten Sie bei Auftreten solcher Störungen die anderen Geräte aus oder stellen Sie dieses Produkt vor der Verwendung an einem anderen Ort auf oder verwenden Sie dieses Produkt nicht in der Nähe von Wireless-Geräten.



Die *Bluetooth*[®]-Wortmarke und -Logos sind eingetragene Marken der Bluetooth SIG, Inc. und die Verwendung solcher Marken durch OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd. erfolgt in Lizenz. Andere Marken und Markennamen gehören ihren jeweiligen Eigentümern.



Achten Sie auf das Logo Continua Certified. Es ist Ihre Gewähr, dass das Gerät Informationen mit ähnlich zertifizierten Produkten zuverlässig überträgt und austauscht, damit Sie Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden besser kontrollieren können.

10. Pflege und Aufbewahrung des Geräts

Dieser *Bluetooth*[®] Körperanalyse-Monitor bedarf keiner Wartung.

Reinigung des Geräts

- Halten Sie das Gerät vor Verwendung sauber.
- Wischen Sie das Gerät mit einem weichen trockenen Tuch ab.
Verwenden Sie bei Bedarf ein mit Wasser und Reinigungsmittel befeuchtetes und gut ausgewrungenes Tuch zum Abwischen des Geräts, wischen Sie das Gerät anschließend mit einem trockenen Tuch trocken.
- Zur Reinigung der Elektroden können Sie Reinigungsalkohol verwenden, der jedoch nicht mit anderen Geräteteilen in Berührung kommen darf.
- Verwenden Sie kein Benzol und keinen Verdünner.

Pflege und Aufbewahrung

- Das Gerät nicht unter folgenden Bedingungen lagern:
 - Feuchte Räume, wo Feuchtigkeit oder Wasser in das Gerät gelangen können
 - Hohe Temperaturen, direktes Sonnenlicht und staubige Orte
 - Orte mit dem Risiko von plötzlichen Stößen oder Erschütterungen
 - An Lagerplätzen von chemischen Substanzen oder Orten mit ätzenden Gasen.
- Nehmen Sie selbst keine Reparaturen vor. Wenden Sie sich bei Auftreten eines Defekts an Ihren OMRON-Fachhändler oder -Kundendienst, der auf der Verpackung angegeben ist.

11. Fehleranzeigen

Fehleranzeige	Ursache	Behebung
Err 1	Ihre Fußsohlen sind nicht in festem Kontakt mit den Elektroden.	Drücken Sie Ihre Fußsohlen fest auf die Elektroden und messen Sie dann. (Siehe Abschnitt 5.)
Err 2	Die Haltung für die Messung ist falsch oder die Fußsohlen sind nicht im festen Kontakt mit den Elektroden.	Messen Sie ohne die Fußsohlen zu bewegen. (Siehe Abschnitt 5.)
Err 3	Die Fußsohlen sind zu trocken.	Befeuchten Sie die Fußsohlen mit einem feuchten Tuch, wiederholen Sie die Messung danach.
Err 5	Gerätefehler.	Legen Sie die Batterien erneut ein und wiederholen Sie die Messung. Wenn die Fehlermeldung weiterhin erscheint, wenden Sie sich an Ihren OMRON-Kundendienstmitarbeiter.
Err	Sie haben sich auf das Gerät gestellt oder das Geräte bewegt, bevor die Anzeige „0,0 kg“ erschienen ist.	Stellen Sie sich auf das Gerät, nachdem auf der Anzeige „0,0 kg“ angezeigt wird.
	Sie haben Ihren Körper während der Messung des Körpergewichts bewegt.	Bewegen Sie sich während der Messung des Körpergewichts nicht.
	Ihr Gewicht beträgt mehr als 150 kg (330,0 lb).	Ein Körpergewicht von mehr als 150 kg (330,0 lb) liegt außerhalb des Messbereichs des Geräts. Sie können dieses Gerät nicht verwenden.

12. Fehlersuche und -behebung

Problem	Ursache	Behebung
Der angezeigte Wert für die Körperzusammensetzung ist abnormal hoch oder niedrig.	Siehe „Informationen zur Körperzusammensetzung“.	
„- - -“ wird für einige Elemente der Messergebnisse angezeigt.	Die Werte für die Körperzusammensetzung liegen außerhalb des messbaren Bereichs.	<ul style="list-style-type: none"> Überprüfen Sie, ob Geburtsdatum, Geschlecht und Größe, die in den persönlichen Daten gespeichert sind, korrekt sind. (Siehe einstellbare Werte in Abschnitt 13.) Selbst wenn die Einstellungen korrekt sind, kann das Gerät die Körperzusammensetzung nicht bestimmen, wenn die Messwerte außerhalb des Messbereichs liegen.
Das Gerät wird nach Bestätigung des Körpergewichts und vor der Messung von Körperfettanteil, viszeralem Fettanteil, Skelettmuskanteil, BMI und Ruhemetabolismus ausgeschaltet.	Die ausgewählte persönliche Profilnummer ist falsch oder das Gerät befindet sich nicht in der Betriebsart GUEST. (D. h. auf dem Anzeigemodul wird weder Ihre persönliche Profilnummer noch „GUEST“ angezeigt.)	Wählen Sie die richtige persönliche Profilnummer oder die Betriebsart GUEST. (Siehe Abschnitt 5.)
Es wird nichts angezeigt, wenn das Gerät eingeschaltet wird.	Die Batterien sind nicht eingelegt.	Legen Sie die Batterien ein.
	Die Polarität der Batterien ist nicht richtig ausgerichtet.	Legen Sie die Batterien in der richtigen Richtung ein.
	Die Batterien sind erschöpft.	Wechseln Sie alle vier Batterien gegen neue aus. (Siehe Abschnitt 2.)
Die Daten können nicht übertragen werden. (Die Anzeige „Err“ leuchtet.)	Das Zielgerät für die Datenübertragung ist zu weit entfernt.	Stellen Sie sicher, dass sich keine Störquellen in der Nähe befinden, und stellen Sie das Gerät maximal 5 m entfernt vom Körperanalyse-Monitor auf.
	Das Pairing (Registrierung) wurde nicht abgeschlossen.	Führen Sie ein Pairing (Registrierung) durch. (Siehe Abschnitt 8.)
	Das Programm des angeschlossenen Geräts ist nicht bereit.	Überprüfen Sie das Programm und wiederholen Sie die Datenübertragung. Falls die Anzeige „Err“ nach Überprüfung des Programms weiterhin leuchtet, wenden Sie sich an den Kundendienst des Programmanbieters.

DE

13. Technische Daten

Artikel	<i>Bluetooth</i> ® Körperanalyse-Monitor	
Modell	BF206-BT (HBF-206IT-E)	
Anzeige	Körpergewicht:	0 bis 150 kg in Schritten von 0,1 kg (0,0 bis 330,0 lb in Schritten von 0,2 lb)
	Körperfettanteil (in %):	5,0 bis 60,0 % in Schritten von 0,1 %
	Skelettmuskelanteil (in %):	5,0 bis 50,0 % in Schritten von 0,1 %
	BMI:	7,0 bis 90,0 in Schritten von 0,1
	Ruhemetabolismus:	385 bis 3.999 kcal in Schritten von 1 kcal
	Biologisches Alter:	18 bis 80 Jahre in Schritten von 1 Jahr
	Viszeraler Fettanteil:	30 Stufen in Schritten von 1 Stufe
	Klassifikation des Körperfettanteils und des Skelettmuskelanteils:	
	– (Niedrig) / 0 (Normal) / + (Hoch) / ++ (Sehr hoch) 4 Stufen mit jeweils 3 Unterstufen	
	Klassifikation des viszeralen Fettanteils:	
	0 (Normal) / + (Hoch) / ++ (Sehr hoch) 3 Stufen mit jeweils 3 Unterstufen	
Speicher	Anzeigespeicher:	Die letzten Messergebnisse
	Speicherkapazität des Geräts:	Bis zu 30 Sätze
Übertragungsprotokoll	<i>Bluetooth</i> ® Wireless-Technologie Version 2.1 + EDR Klasse 2	
Einstellbare Werte	Persönliche Daten:	
	Die folgenden Informationen für bis zu 4 Menschen können gespeichert werden.	
	Größe:	100,0 bis 199,5 cm (3' 4" bis 6' 6 3/4")
	Geburtsdatum:	1. Januar 1900 bis 31. Dezember 2030
	Geschlecht:	männlich/weiblich
	* Maßeinheiten: kg (cm) / lb (Fuß•Zoll)	
	* Der Altersbereich für den Körperfettanteil geht von 10 bis 80 Jahre.	
	* Der Altersbereich für den Skelettmuskelanteil, die Klassifikation des Skelettmuskelanteils, den Ruhemetabolismus, den viszeralen Fettanteil und die Klassifikation des viszeralen Fettanteils und das biologische Alter geht von 18 bis 80 Jahre.	
	* Der Altersbereich für die Klassifikation des Körperfettanteils geht von 20 bis 80 Jahre.	
Wiegegenauigkeit	0,0 kg bis 40,0 kg: ± 0,4 kg (0,0 lb bis 88,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg bis 150,0 kg: ± 1 % (88,2 lb bis 330,0 lb: ± 1 %)	
Genauigkeit (SEE - Standardfehler des Schätzwerts)	Körperfettanteil:	3,5 %
	Skelettmuskelanteil:	3,5 %
	Viszeraler Fettanteil:	3 Stufen
Stromversorgung	4 AA-Alkalibatterien (LR6)	
Batterielebensdauer	Etwa sechs Monate (Wenn AA-Alkalibatterien verwendet werden bei täglich vier Messungen und Datenübertragungen bei einer Raumtemperatur von 23 °C.)	
Betriebstemperatur/Luftfeuchtigkeit	+10 °C bis +40 °C, 30 % bis 85 % relative Luftfeuchtigkeit	
Temperatur/Luftfeuchtigkeit/Luftdruck bei der Lagerung	-20 °C bis +60 °C, 10 % bis 95 % relative Luftfeuchtigkeit, 700 hPa - 1.060 hPa	
Gewicht	ca. 1,8 kg (einschließlich Batterien)	
Äußere Abmessungen	ca. 300 (B) × 38 (H) × 290 mm (T) (ca. 11 3/4" (B) × 1 1/2" (H) × 11 3/8" (T))	
Lieferumfang	<i>Bluetooth</i> ® Körperanalyse-Monitor, 4 AA-Alkalibatterien (LR6), Gebrauchsanweisung, Garantiekarte	

Hinweis: Technische Änderungen ohne vorherige Mitteilung vorbehalten.



Das Gerät erfüllt die Vorschriften der EG-Richtlinie 93/42/EWG (Medizingeräterichtlinie).



Korrekte Entsorgung dieses Produkts (Elektromüll)

Die Kennzeichnung auf dem Produkt bzw. auf der dazugehörigen Literatur gibt an, dass es nach seiner Lebensdauer nicht zusammen mit dem normalen Haushaltsmüll entsorgt werden darf. Entsorgen Sie dieses Gerät bitte getrennt von anderen Abfällen, um der Umwelt bzw. der menschlichen Gesundheit nicht durch unkontrollierte Müllbeseitigung zu schaden. Recyceln Sie das Gerät, um die nachhaltige Wiederverwertung von stofflichen Ressourcen zu fördern.

Private Nutzer sollten den Händler, bei dem das Produkt gekauft wurde, oder die zuständigen Behörden kontaktieren, um in Erfahrung zu bringen, wie sie das Gerät auf umweltfreundliche Weise recyceln können.

Gewerbliche Nutzer sollten sich an ihren Lieferanten wenden und die Bedingungen des Verkaufsvertrags kontrollieren. Dieses Produkt darf nicht zusammen mit anderem Gewerbemüll entsorgt werden.

Dieses Produkt enthält keine gefährlichen Substanzen.
Entsorgen Sie die Batterien gemäß den nationalen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien.

Wichtige Informationen zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV)

Die wachsende Anzahl von elektronischen Geräten wie PCs und Mobiltelefonen kann dazu führen, dass medizinische Geräte beim Einsatz elektromagnetischen Störungen von anderen Geräten ausgesetzt sind. Elektromagnetische Störungen können zu einer Fehlfunktion des medizinischen Geräts führen und eine potentiell unsichere Situation erzeugen.

Ebenso sollten medizinische Geräte keine anderen Geräte stören.

Die Norm EN60601-1-2:2007 wurde eingeführt, um die Anforderungen für EMV (elektromagnetische Verträglichkeit) mit dem Ziel zu regeln, unsichere Produktsituationen zu vermeiden. Diese Norm definiert die Stufen der Immunität gegenüber elektromagnetischen Störungen und die maximalen elektromagnetischen Emissionswerte für medizinische Geräte.

Dieses von OMRON Healthcare hergestellte medizinische Gerät erfüllt die Norm EN60601-1-2:2007 sowohl in Bezug auf die Immunität als auch in Bezug auf Emissionen.


Trotzdem sollten besondere Vorsichtsmaßnahmen beachtet werden:

Verwenden Sie in der Nähe des medizinischen Geräts keine Mobiltelefone und sonstige Geräte, die starke elektrische oder elektromagnetische Felder erzeugen. Dies könnte zu einer Fehlfunktion des medizinischen Geräts führen und eine potentiell unsichere Situation erzeugen. Es wird ein Mindestabstand von 7 m empfohlen. Überprüfen Sie im Falle eines kürzeren Abstands ob das Gerät ordnungsgemäß funktioniert.

Entsprechend Norm EN60601-1-2:2007 kann bei OMRON Healthcare Europe (Adresse in der Gebrauchsanweisung) eine weitere Dokumentation angefordert werden.

Eine Dokumentation steht auch unter www.omron-healthcare.com zur Verfügung.

DE

	<p>Hersteller OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084, Japan</p>		
<p>EU-Repräsentant</p> <table border="1" data-bbox="272 1608 456 1682"> <tr> <td data-bbox="272 1608 363 1682">EC</td> <td data-bbox="363 1608 456 1682">REP</td> </tr> </table>	EC	REP	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, Niederlande www.omron-healthcare.com</p>
EC	REP		
<p>Niederlassung</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, Großbritannien</p>		
	<p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Deutschland www.omron-medizintechnik.de</p>		
	<p>OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Frankreich</p>		

Hergestellt in China

BF206-BT

Misuratore della composizione corporea *Bluetooth*[®]

Uso previsto

Scopo medico

Gentile cliente, desideriamo ringraziarla per aver acquistato questo misuratore della composizione corporea di qualità superiore prodotto da OMRON. Il BF-206BT è previsto per la misurazione e la visualizzazione della seguente composizione corporea:

- Peso corporeo
- Grasso corporeo (in %)
- Muscoli scheletrici (in %)
- Grasso viscerale (fino a 30 livelli)
- Indice di massa corporea (BMI - Body Mass Index)
- Età corporea

Inoltre, il calcolo del metabolismo a riposo (in kcal) determina il fabbisogno calorico quotidiano e può fungere da riferimento nell'ambito di un programma per la perdita di peso.

L'esclusiva tecnologia a 4 sensori di OMRON offre uno dei metodi più precisi per la misurazione corporea.

Utenti idonei

Il BF206-BT è previsto per la misurazione di persone che soddisfano le condizioni seguenti.

- Altezza: da 100,0 a 199,5 cm
- Peso: max. 150 kg
- Età: tutti gli utenti*

* L'intervallo di età varia in base al parametro di misurazione. Fare riferimento a "Impostazioni" nella sezione Dati tecnici.

Precauzioni per l'utilizzo



Leggere attentamente il presente manuale di istruzioni prima dell'uso e per reperire ulteriori informazioni sulle singole funzioni.

Sommario

Prima di usare l'unità

Note sulla sicurezza.....	62
Informazioni sulla composizione corporea	63

Istruzioni operative




1. Componenti dell'unità	65
2. Inserimento e sostituzione delle batterie	65
3. Impostazione di data e ora	66
4. Impostazione e memorizzazione dei dati personali.....	67
5. Esecuzione di una misurazione	69
6. Misurazione del solo peso	72
7. Visualizzazione dei risultati dell'ultima misurazione.....	73
8. Trasferimento dei dati	74
9. Informazioni sulla funzione di comunicazione wireless	76

Cura e manutenzione

10. Cura e conservazione dell'unità.....	76
11. Messaggi di errore	77
12. Risoluzione dei problemi	77
13. Dati tecnici.....	78

Note sulla sicurezza

Di seguito sono indicati i simboli utilizzati e le relative definizioni:

 Pericolo:	L'utilizzo improprio può essere pericoloso ed esporre al rischio di lesioni gravi o morte.
 Avvertenza	L'utilizzo improprio può esporre al rischio di lesioni gravi o morte.
 Attenzione:	L'utilizzo improprio può causare lesioni personali o danni materiali.

Pericolo:

• Non usare mai l'unità in combinazione con dispositivi elettromedicali quali:

- (1) Impianti elettromedicali, ad es. pace-maker.
- (2) Sistemi di supporto vitale elettronici, ad es. cuore/polmone artificiale.
- (3) Dispositivi elettromedicali portatili, ad es. elettrocardiografo.



L'unità può causare malfunzionamenti di tali dispositivi, esponendo a rischi considerevoli le persone che li utilizzano.

Avvertenza

- Non iniziare un programma di perdita di peso o di allenamento senza prima consultare un medico o un operatore sanitario. L'autodiagnosi può essere dannosa per la salute.
- Non usare l'unità su superfici scivolose, ad esempio sul pavimento bagnato.
- Tenere l'unità al di fuori della portata dei bambini.
- Non salire o scendere dall'unità saltando, né saltare sul piano della stessa.
- Non usare l'unità con il corpo o i piedi bagnati, ad esempio dopo aver fatto il bagno.
- Salire sull'unità a piedi nudi. Se si sale sull'unità indossando i calzini si rischia di scivolare e ferirsi.
- Non salire sull'unità in corrispondenza dei bordi o dell'area del display.
- Le persone disabili o fisicamente deboli devono usare sempre l'unità con l'assistenza di un'altra persona. Per salire sull'unità usare come appoggio un corrimano o un ausilio analogo.
- Se il fluido delle batterie dovesse entrare in contatto con gli occhi, sciacquare immediatamente con abbondante acqua fresca. Consultare immediatamente un medico.

Attenzione:

- L'unità è prevista unicamente per uso domestico. Non è prevista per l'utilizzo professionale in ospedali o altre strutture mediche. L'unità non supporta gli standard richiesti per l'utilizzo professionale.
- Non smontare, riparare o modificare l'unità.
- Non utilizzare telefoni cellulari in prossimità dell'unità, fatta eccezione per le comunicazioni wireless.
- Non usare batterie diverse dal tipo specificato per questa unità. Non inserire le batterie con la polarità invertita.
- Sostituire immediatamente le batterie esaurite con batterie nuove.

- Non gettare le batterie nel fuoco.
- Se il fluido delle batterie dovesse entrare in contatto con la pelle o con gli abiti, sciacquare immediatamente con abbondante acqua fresca.
- Rimuovere le batterie dall'unità se non si intende utilizzarla per un lungo periodo di tempo (all'incirca tre mesi o più).
- Non usare contemporaneamente batterie di tipo differente.
- Non usare contemporaneamente batterie nuove e usate.
- Lavare sempre i piedi prima di utilizzare l'unità, qualora si soffra di un'infezione ai piedi o di un'altra malattia della pelle. In caso contrario si potrebbero contagiare altre persone. Quando l'unità viene utilizzata da più persone, pulirla con un panno inumidito con detergente neutro dopo l'uso, quindi sciacquarla e asciugarla.

Suggerimenti di carattere generale:

- Non collocare l'unità su superfici morbide, ad esempio tappeti o stuoie. In tali condizioni, è possibile che la misurazione non venga eseguita correttamente.
- Non collocare l'unità in ambienti eccessivamente umidi e proteggerla dagli schizzi d'acqua.
- Non collocare l'unità in prossimità di sorgenti di calore o impianti di condizionamento; evitare di esporla alla luce diretta del sole.
- Non salire sull'unità in corrispondenza del display o dei pulsanti.
- Non usare l'unità per scopi diversi da quanto indicato nel presente manuale.
- L'unità è uno strumento di precisione, pertanto è opportuno non lasciarla cadere, né sottoporla a vibrazioni o a urti violenti.
- Lo smaltimento delle batterie deve avvenire in conformità alla normativa vigente in materia nel proprio Paese.
- Non lavare l'unità con acqua.
- Non pulire l'unità con benzene, benzina, diluenti, alcol o altri solventi volatili.
- Non collocare l'unità in luoghi in cui potrebbe essere esposta a vapori chimici o corrosivi.

Leggere le "Informazioni importanti relative alla compatibilità elettromagnetica (EMC)" nella sezione Dati tecnici e attenersi alle indicazioni fornite.

Informazioni sulla composizione corporea

Principi di calcolo della composizione corporea

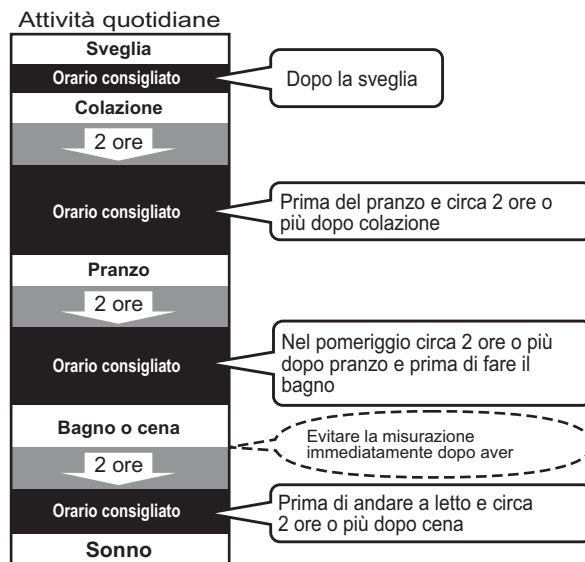
Bassa conducibilità elettrica del grasso corporeo

L'unità BF206-BT misura la percentuale di grasso corporeo mediante il metodo dell'impedenza bioelettrica (BI). Muscoli, vasi sanguigni e ossa sono tessuti organici che presentano un elevato contenuto di acqua, un buon conduttore di elettricità. Al contrario, il grasso corporeo (tessuto adiposo) ha una scarsa conducibilità elettrica. L'unità BF206-BT invia attraverso il corpo una corrente elettrica estremamente debole (meno di 500 µA alla frequenza di 50 kHz) per calcolare la quantità di tessuto adiposo. Questa debole corrente elettrica non viene percepita durante il funzionamento dell'unità BF206-BT.

Il misuratore della composizione corporea utilizza l'impedenza elettrica, unita alle informazioni relative ad altezza, peso, età e sesso, per ottenere un risultato basato sul modello di composizione corporea elaborato da OMRON.

Orari consigliati per effettuare la misurazione

La consapevolezza del normale andamento delle variazioni della propria percentuale di grasso corporeo è un valido aiuto nel prevenire o ridurre l'obesità. Conoscere in quali orari si verificano le variazioni della percentuale di grasso corporeo in base alle attività quotidiane è utile nel valutare correttamente l'evoluzione del proprio grasso corporeo nel corso del tempo. Si consiglia di usare l'unità, per quanto possibile, nello stesso ambiente e nelle stesse situazioni quotidiane. Fare riferimento al diagramma.



Evitare l'esecuzione di misurazioni nei casi elencati di seguito:

- Immediatamente dopo un'attività fisica intensa, dopo il bagno o la sauna.
- Dopo aver assunto alcol o bevuto molta acqua, dopo i pasti (circa 2 ore).

Le misurazioni effettuate in queste condizioni fisiche possono dare luogo a un calcolo della composizione corporea che si discosta molto da quella reale, a causa delle variazioni nel contenuto di acqua nell'organismo.

Che cos'è il BMI (Body Mass Index - Indice di massa corporea)?

Il BMI viene calcolato mediante una semplice formula e indica il rapporto tra il peso e l'altezza di una persona.

$$\text{BMI} = \text{peso (kg)} / \text{altezza (m)} / \text{altezza (m)}$$

Per calcolare la classificazione del BMI individuale, l'unità OMRON BF206-BT impiega i dati relativi all'altezza memorizzati nel numero di profilo personale dell'utente o immessi in modalità Guest.

Se il livello di grasso indicato dal BMI è maggiore rispetto agli standard internazionali, la probabilità di sviluppare patologie comuni risulta più alta. Tuttavia, il BMI non indica tutti i tipi di grassi.

Informazioni sulla composizione corporea

Che cos'è la percentuale di grasso corporeo?

La percentuale di grasso corporeo si riferisce alla quantità di massa corporea grassa, espressa in percentuale rispetto al peso corporeo totale.

$$\text{Percentuale di grasso corporeo (\%)} = \frac{\{\text{Massa grassa corporea (kg)} / \text{Peso corporeo (kg)}\} \times 100$$

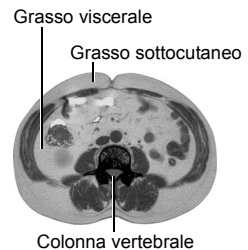
L'apparecchio calcola la percentuale di grasso corporeo mediante il metodo della BI.

La distribuzione del grasso all'interno del corpo ne determina la classificazione come grasso viscerale o sottocutaneo.

Che cos'è il Livello di grasso viscerale?

Grasso viscerale = grasso che circonda gli organi interni

Si ritiene che una quantità eccessiva di grasso viscerale sia strettamente associata all'aumento dei livelli di grasso nel sistema circolatorio; ciò può portare allo sviluppo di patologie comuni, quali ad esempio iperlipidemia e diabete, che riducono la capacità da parte dell'insulina di trasferire l'energia proveniente dal sistema circolatorio per l'utilizzo nelle cellule. Allo scopo di prevenire o migliorare le condizioni associate a patologie comuni, è importante cercare di ridurre il livello di grasso viscerale, portandolo a un livello accettabile. Le persone con livelli di grasso viscerale elevati tendono a presentare una dilatazione dello stomaco. Tuttavia, non sempre ciò avviene ed è possibile che livelli elevati di grasso viscerale determinino un'obesità metabolica. L'obesità metabolica (obesità viscerale in soggetti normopeso) consiste nella presenza di livelli di grasso superiori alla media, anche nel caso in cui il peso di un soggetto corrisponda o risulti inferiore agli standard relativi all'altezza del soggetto stesso.

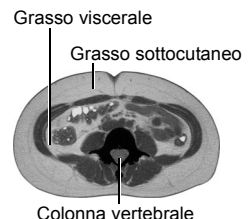


Grasso viscerale
Grasso sottocutaneo
Colonna vertebrale
Esempio di grasso viscerale (Immagine da risonanza magnetica)

Che cos'è il grasso sottocutaneo?

Grasso sottocutaneo = grasso al di sotto della pelle

Il grasso sottocutaneo non si accumula soltanto intorno allo stomaco ma anche sulla parte superiore delle braccia, sui fianchi e sulle cosce e può compromettere l'equilibrio armonico fra le proporzioni del corpo. Malgrado non sia direttamente associato a un aumento dei rischi di sviluppare altre patologie, si ritiene che causi un aumento della pressione a carico del cuore e ulteriori complicanze. L'unità non visualizza il grasso sottocutaneo, ma lo include nella percentuale di grasso corporeo.



Grasso viscerale
Grasso sottocutaneo
Colonna vertebrale
Esempio di grasso sottocutaneo (Immagine da risonanza magnetica)

Che cosa sono i muscoli scheletrici?

I muscoli si dividono in due tipi: i muscoli presenti negli organi interni, ad esempio il cuore, e i muscoli scheletrici che aderiscono alle ossa e hanno la funzione di consentire il movimento del corpo. I muscoli scheletrici possono essere incrementati attraverso l'attività fisica o di altro tipo.

La presenza di una maggiore quantità di muscoli scheletrici consente al corpo di bruciare energia più facilmente; ciò riduce i rischi di obesità e consente di condurre una vita più dinamica.

Che cos'è il metabolismo a riposo?

Indipendentemente dal grado di attività fisica svolta, è necessario assumere una quantità minima di calorie per sostenere le funzioni quotidiane del corpo. Questo valore, detto metabolismo a riposo, indica la quantità di calorie che è necessario assumere per fornire al proprio organismo una quantità di energia sufficiente per il suo funzionamento.

Che cos'è l'età corporea?

L'età corporea si basa sul metabolismo a riposo. L'età corporea viene calcolata utilizzando il peso, la percentuale di grasso corporeo e la percentuale di muscoli scheletrici per creare una guida che consente di valutare se l'età corporea è superiore o inferiore alla media rispetto all'età effettiva. Conoscere l'età corporea è utile per migliorare la propria condizione di salute.

Ragioni per cui i risultati possono differire dalla percentuale effettiva di grasso corporeo

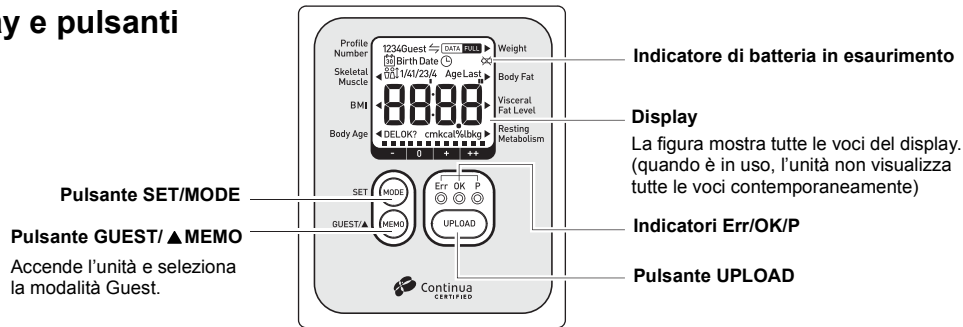
La percentuale di grasso corporeo misurata dall'unità può risultare sensibilmente diversa rispetto alla percentuale di grasso corporeo reale nei casi elencati di seguito:

Persone anziane (di età superiore a 81 anni) / Persone con febbre / Body builder o atleti professionisti / Pazienti sottoposti a dialisi / Pazienti con osteoporosi che presentano una densità ossea molto bassa / Donne in stato di gravidanza / Persone che presentano gonfiore

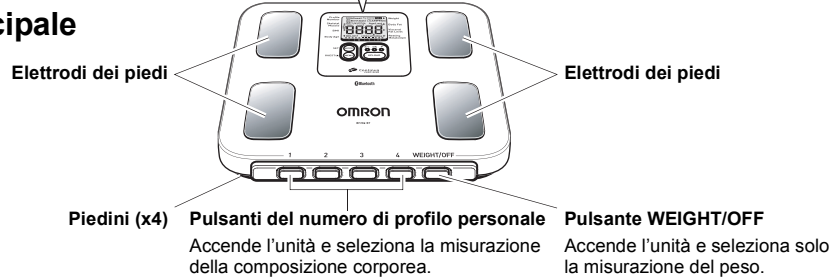
Queste differenze potrebbero essere legate alle variazioni nel rapporto tra i fluidi corporei e/o nella composizione corporea.

1. Componenti dell'unità

Display e pulsanti



Unità principale



Informazioni sull'allarme

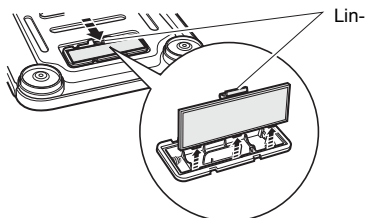
L'allarme suonerà in presenza delle seguenti condizioni:

- Quando si accende l'unità: Blip!
- Quando è visualizzato 0.0 kg e l'unità è pronta per la misurazione: Blip! Blip!
- Al termine di una misurazione: Blip, Beep!
- Quando viene visualizzato un messaggio d'errore "Err": Blip! Blip! Blip! Blip! Blip! (Sequenza rapida di brevi segnali acustici)
- Quando i dati sono stati inviati correttamente: Blip! Blip!
- Quando non è stato possibile inviare i dati: Beep! Beep! Beep! (Serie di tre lunghi segnali acustici)

2. Inserimento e sostituzione delle batterie

1. Aprire il coperchio delle batterie sul lato posteriore dell'unità.

- 1) Premere la linguetta del coperchio delle batterie in direzione della freccia, in modo da sganciare il coperchio, come riportato nell'illustrazione.
- 2) Tirare verso l'alto la linguetta del coperchio.




2. Inserire le batterie secondo la polarità corretta, indicata all'interno del vano batterie.



3. Chiudere il coperchio delle batterie.

Durata e sostituzione delle batterie

Quando viene visualizzato l'indicatore di batteria in esaurimento ()~~(X)~~, sostituire tutte e quattro le batterie con batterie nuove.

Le voci conservate in memoria vengono mantenute anche se si rimuovono le batterie.

- Sostituire le batterie dopo aver spento l'alimentazione.
- Lo smaltimento delle batterie deve avvenire in conformità alla normativa vigente in materia nel proprio Paese.
- Quattro batterie alcaline AA durano all'incirca sei mesi (effettuando quattro misurazioni e trasferimenti di dati al giorno).
- Le batterie in dotazione sono fornite solo per provare l'unità, pertanto potrebbero avere una durata inferiore.

IT

3. Impostazione di data e ora

Quando si accende l'unità per la prima volta, è necessario impostare la data e l'ora.

1. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per accendere l'unità.

Quando si accende l'unità per la prima volta, le cifre dell'anno lampeggiano.

2. [IMPOSTAZIONE DELL'ANNO]

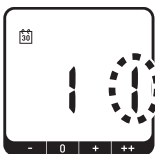
1) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare l'anno e premere SET/MODE per confermare.

- Intervallo di selezione: da 2010 a 2030
- Premere continuamente per un avanzamento rapido con incrementi di 10.



3. [IMPOSTAZIONE DEL MESE E DEL GIORNO]

1) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare il mese e premere SET/MODE per confermare.



2) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare il giorno e premere SET/MODE per confermare.

- Premere continuamente per un avanzamento rapido con incrementi di 10.



4. [IMPOSTAZIONE DI ORA E MINUTI]

1) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare l'ora e premere SET/MODE per confermare.

- Il formato dell'orologio è 24 ore.



2) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare i minuti e premere SET/MODE per confermare.

- Premere continuamente per un avanzamento rapido con incrementi di 10.

Le impostazioni correnti di anno, mese e giorno, ora e minuti sono visualizzate in questa sequenza sul display. L'unità si spegne automaticamente.

A questo punto, l'impostazione è completa.

Note:

- Per apportare correzioni durante l'impostazione:
Premere il pulsante WEIGHT/OFF per spegnere e riaccendere l'unità. Le cifre dell'anno lampeggiano, continuare dal punto 2 della procedura.
- Se si spegne l'unità durante l'impostazione:
L'unità si spegne automaticamente se durante l'inserimento di data e ora non viene immessa alcuna informazione per 3 minuti. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per spegnere e riaccendere l'unità.
- Per correggere la data e l'ora impostate:
Premere il pulsante WEIGHT/OFF e premere SET/MODE per 2 secondi o più dopo la visualizzazione di "0.0 kg" sul display.
Le cifre dell'anno lampeggiano, continuare dal punto 2 della procedura.

Interruttore di accensione/spegnimento

L'alimentazione si disattiva automaticamente in presenza delle seguenti condizioni:

1. Se l'apparecchio non viene utilizzato entro un minuto dalla visualizzazione dell'indicazione "0.0 kg" sul display.
2. Se durante l'inserimento di data e ora non viene immessa alcuna informazione per 3 minuti.
3. Se durante l'inserimento dei dati personali non viene immessa alcuna informazione per 3 minuti.
4. Se l'apparecchio non viene utilizzato entro 3 minuti dalla visualizzazione dei risultati della misurazione o della misurazione immediata.
5. 30 secondi dopo la visualizzazione del risultato nel caso in cui si esegua solo la misurazione del peso.
6. 10 secondi dopo la visualizzazione di "Err" sul display.

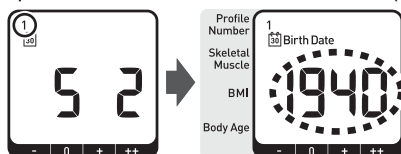
Nota: "OFF" viene visualizzato sul display quando si spegne l'unità.

4. Impostazione e memorizzazione dei dati personali

Per la misurazione corretta della composizione corporea è necessario impostare alcuni dati personali (data di nascita, sesso, altezza). L'apparecchio consente di salvare fino a quattro profili personali.

1. Premere uno dei pulsanti del numero di profilo personale per selezionare il proprio profilo personale.

La data corrente viene visualizzata sul display, quindi sarà visualizzata la data di nascita (1940).



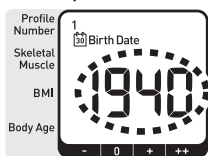
Nota: Quando viene visualizzata la data di nascita al posto della data corrente, le impostazioni del relativo numero di profilo personale sono terminate. Utilizzare un numero diverso o eliminare le informazioni del profilo personale. Fare riferimento alla sezione 4, Eliminazione dei dati personali per eliminare i dati personali.

2. [IMPOSTAZIONE DELLA DATA DI NASCITA]

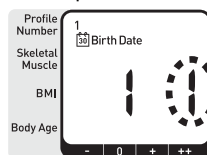
Intervallo di selezione: da 1900 a 2030

Premere continuamente per un avanzamento rapido con incrementi di 10.

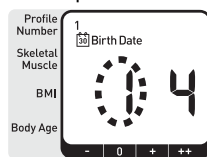
- 1) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare l'anno di nascita e premere SET/MODE per confermare.



- 2) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare il mese di nascita e premere SET/MODE per confermare.

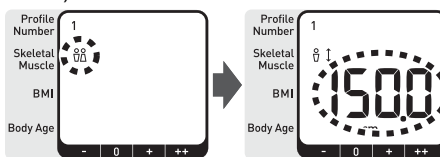


- 3) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per regolare il giorno di nascita e premere SET/MODE per confermare.



3. [IMPOSTAZIONE DI SESSO E ALTEZZA]

Impostare il sesso ♂ (MASCCHIO) o ♀ (FEMMINA) e l'altezza nello stesso modo.



Dopo la visualizzazione di tutte le impostazioni per la conferma da parte dell'utente, sul display viene visualizzata l'indicazione "0.0 kg".

A questo punto, l'impostazione è completa. È ora possibile eseguire le misurazioni della composizione corporea.

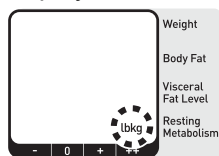
Selezione dell'unità di misura

È possibile cambiare le unità di misura usate per l'impostazione di altezza e peso.

1. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per accendere l'unità.

La data corrente viene visualizzata sul display, quindi sarà visualizzato "0.0 kg".

2. Tenere premuto il pulsante GUEST/▲MEMO per 2 secondi fino a quando "lb" e "kg" lampeggiano sul display.



3. Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per selezionare "kg" o "lb".

Questo pulsante consente di cambiare automaticamente anche "cm" e "inch".

4. Premere il pulsante SET/MODE per confermare.

Tutte le misurazioni relative ad altezza e peso vengono visualizzate usando le nuove unità di misura. La modifica rimane effettiva finché le unità di misura non vengono modificate nuovamente dall'utente.

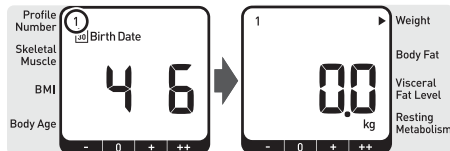
IT

4. Impostazione e memorizzazione dei dati personali

Modifica dei dati personali

1. Premere uno dei pulsanti del numero di profilo personale per selezionare il proprio profilo personale.

La data di nascita viene visualizzata sul display, quindi sarà visualizzato "0.0 kg".
Attendere finché sul display non viene visualizzato "0.0 kg".



2. Modificare i dati personali.

- 1) Mentre è visualizzato "0.0 kg", premere il pulsante SET/MODE.

L'anno di nascita lampeggia sul display.



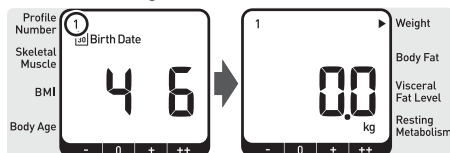
- 2) Fare riferimento ai punti 2 e 3 nella sezione 4, Impostazione e memorizzazione dei dati personali per modificare i dati personali.

3. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per spegnere l'unità o eseguire una misurazione. (Fare riferimento alla sezione 5 "Esecuzione di una misurazione".)

Eliminazione dei dati personali

1. Premere uno dei pulsanti del numero di profilo personale per selezionare il profilo personale da eliminare.

La data di nascita viene visualizzata sul display, quindi sarà visualizzato "0.0 kg".
Attendere finché sul display non viene visualizzato "0.0 kg".



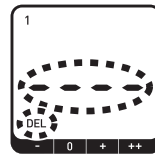
2. Eliminare i dati personali.

- 1) Mentre è visualizzato "0.0 kg", premere il pulsante SET/MODE.

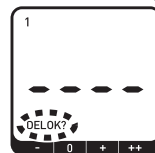
L'anno di nascita lampeggia sul display.



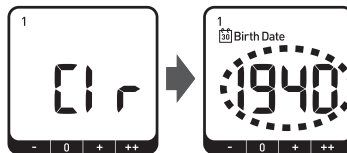
- 2) Premere e tenere premuto il pulsante GUEST/▲MEMO finché "----" e "DEL" non lampeggiano sul display.



- 3) Premere il pulsante SET/MODE.
"DEL OK?" lampeggia sul display.



- 4) Premere il pulsante SET/MODE.
"Clr" viene visualizzato sul display e compare anche l'impostazione dell'anno di nascita.



Nota: Per annullare l'operazione, premere il pulsante GUEST/▲MEMO.

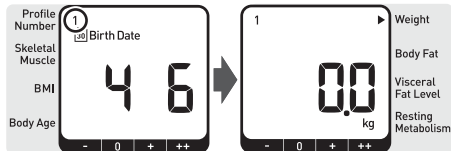
3. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per spegnere l'unità.

5. Esecuzione di una misurazione

Eseguire la misurazione su una superficie piana e solida.

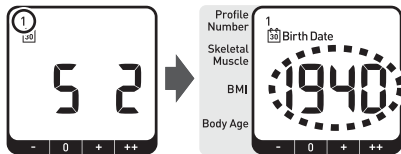
1. Premere uno dei pulsanti del numero di profilo personale per accendere l'unità.

La data di nascita viene visualizzata sul display, quindi sarà visualizzato "0.0 kg".



Nota: Se si sale sull'unità prima che sia visualizzata l'indicazione "0.0 kg", appare il messaggio di errore "Err".

Se viene visualizzato il display che segue:



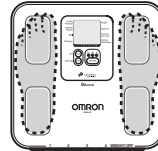
Nel numero di profilo personale selezionato non sono memorizzati i dati personali dell'utente. Fare riferimento alla sezione 4 per memorizzare i dati personali.

Se i dati personali non sono memorizzati sull'unità (modalità GUEST):

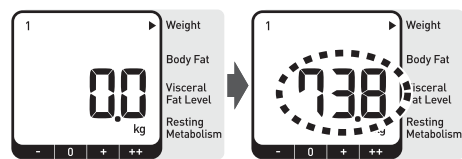
- 1) Premere il pulsante GUEST/▲MEMO per accendere l'unità. La data corrente viene visualizzata sul display, quindi compare "GUEST" e l'anno di nascita (1940) lampeggia sul display.
- 2) Impostare data di nascita, sesso e altezza. Fare riferimento ai punti 2 e 3 della sezione 4, Impostazione e memorizzazione dei dati personali.

2. Avvio della misurazione.

- 1) Salire sull'unità a piedi nudi e posizionare i piedi sugli appositi elettrodi, distribuendo uniformemente il proprio peso.

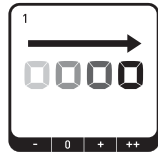


Sul display viene visualizzato il valore relativo al peso, che lampeggia due volte.



L'unità avvierà quindi la misurazione della composizione corporea.

- 2) Durante la misurazione della composizione corporea, "0" si sposta per indicare che la misurazione è in corso.



- 3) Al termine della misurazione viene visualizzato nuovamente il peso. A questo punto è possibile scendere dall'unità.



Posture da evitare durante la misurazione

Una postura errata può causare errori nella misurazione della composizione corporea.



Posizione eretta sul bordo dell'unità



Ginocchia piegate



Posizione accovacciata

5. Esecuzione di una misurazione

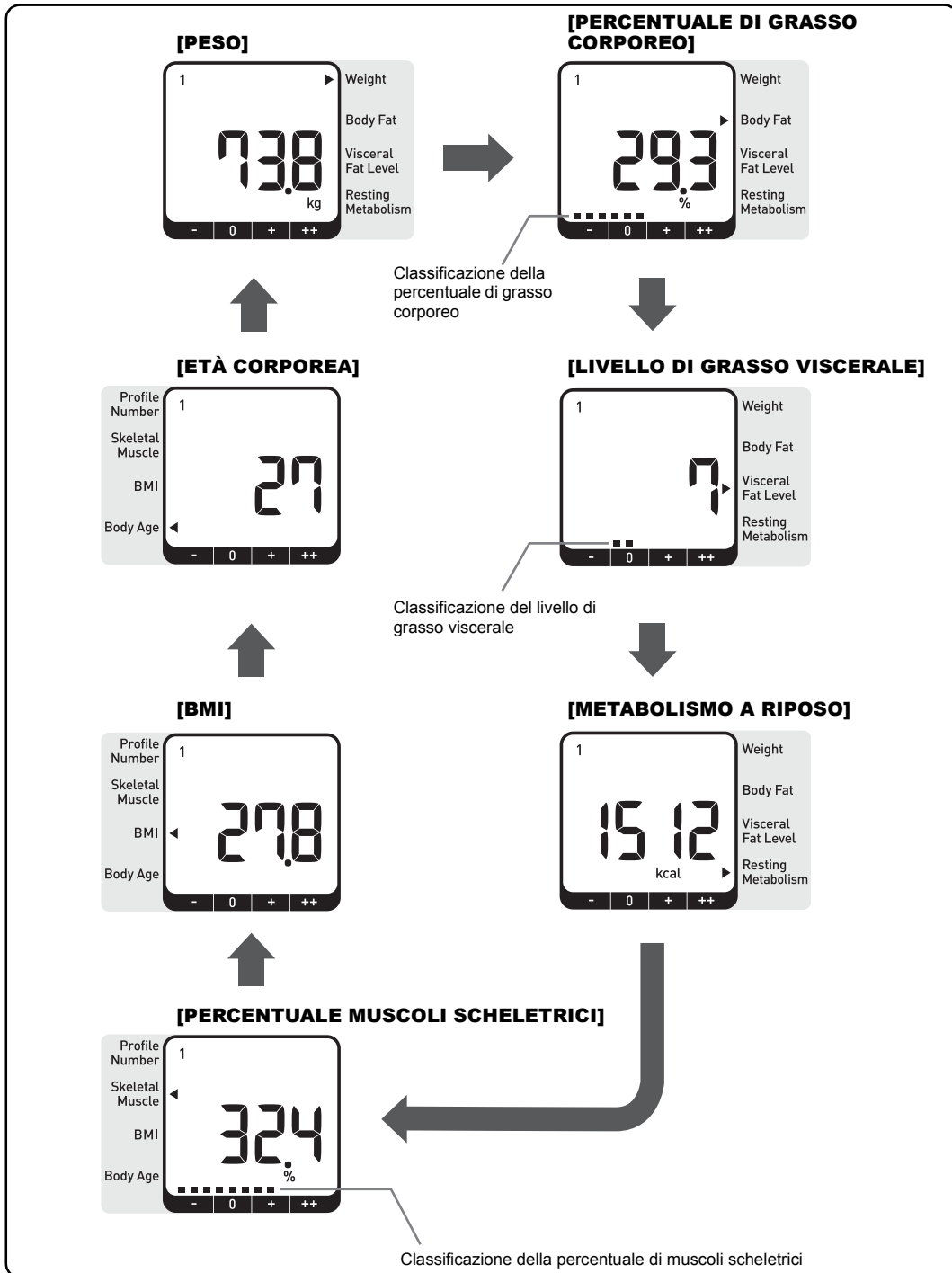
3. Verifica dei risultati della misurazione.

La visualizzazione dei risultati ruota automaticamente.

Per interrompere la rotazione automatica dei risultati o per visualizzare altri valori della misurazione, premere il pulsante SET/MODE.

Il display cambia ogni volta che si preme il pulsante SET/MODE, come illustrato di seguito.

Nota: Utilizzare l'indicatore a barre come guida alla misurazione.



Interpretazione dei valori relativi alla percentuale di grasso corporeo

Sesso	Età	- (bassa)	0 (normale)	+ (alta)	++ (molto alta)
Donne	20-39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≥ 39,0%
	40-59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≥ 40,0%
	60-80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≥ 42,0%
Uomini	20-39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≥ 25,0%
	40-59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≥ 28,0%
	60-80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≥ 30,0%

Dati basati sulle linee guida in materia di BMI stabilite dai National Institutes of Health statunitensi e dall'Organizzazione Mondiale della Sanità

Dati basati su Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000

Interpretazione dei valori relativi al livello di grasso viscerale

Livello di grasso viscerale	Classificazione dei livelli
1 - 9	0 (normale)
10 - 14	+ (alto)
15 - 30	++ (molto alto)

In base ai dati OMRON HEALTHCARE

Interpretazione dei valori relativi al BMI

BMI	BMI (Designazione dell'OMS)
BMI < 18,5	Sottopeso
18,5 ≤ BMI < 25	Normale
25 ≤ BMI < 30	Sovrappeso
30 ≤ BMI	Obeso

Gli indici sopraelencati fanno riferimento ai parametri per la valutazione dell'obesità proposti dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità).

Interpretazione dei risultati relativi alla percentuale di muscoli scheletrici (per gli adulti)

Sesso	Età	- (bassa)	0 (normale)	+ (alta)	++ (molto alta)
Donne	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≥ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≥ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≥ 35,0%
Uomini	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≥ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≥ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≥ 43,7%

In base ai dati OMRON HEALTHCARE

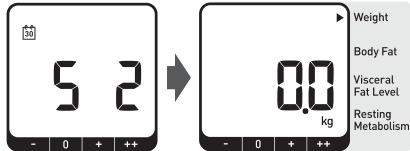
4. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per spegnere l'unità.

IT

6. Misurazione del solo peso

1. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per accendere l'unità.

La data corrente viene visualizzata sul display, quindi sarà visualizzato "0.0 kg".



Nota: Se si sale sull'unità prima che sia visualizzata l'indicazione "0.0 kg", appare il messaggio di errore "Err".

2. Quando il display visualizza "0.0 kg", salire sull'unità.

3. Esaminare il risultato della misurazione.

Il peso viene visualizzato e lampeggia due volte per indicare che la misurazione è completa.

4. Una volta completata la misurazione, scendere dall'unità e spegnerla.

7. Visualizzazione dei risultati dell'ultima misurazione

Vengono memorizzati automaticamente i risultati di un massimo di 30 misurazioni per ogni numero di profilo personale ed è possibile visualizzare i risultati dell'ultima (precedente) misurazione per questa unità.

Nota: In modalità Guest, i risultati delle misurazioni non sono memorizzati.

1. Premere uno dei pulsanti del numero di profilo personale per accendere l'unità.

2. Eseguire una misurazione.

Per confrontare i risultati con gli ultimi valori (immediatamente precedenti), misurare la composizione corporea.

3. Premere il pulsante GUEST/▲MEMO.

Viene visualizzato l'ultimo valore del peso.

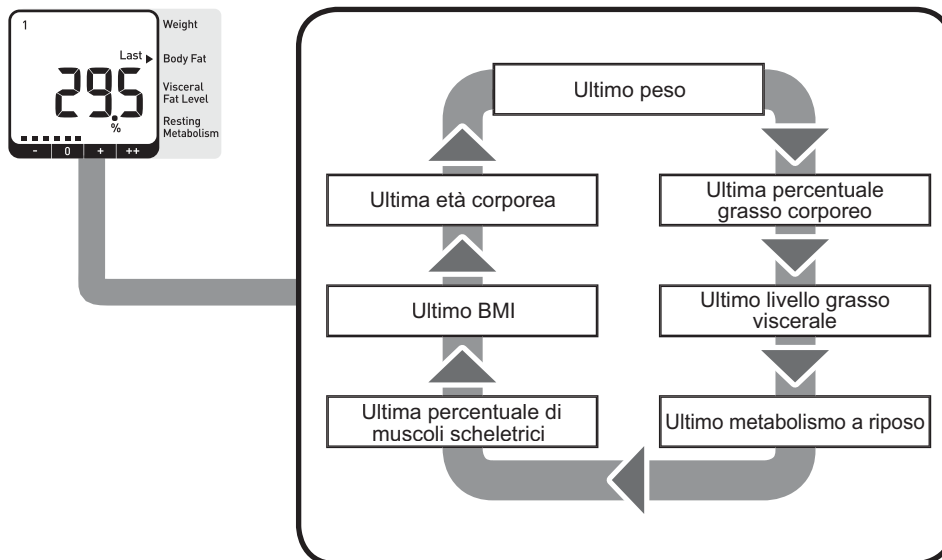


Se è stata misurata la composizione corporea al punto 2, ogni volta che si preme il pulsante GUEST/▲MEMO si alterna la visualizzazione del risultato della misurazione corrente e della misurazione immediatamente precedente.

Note:

- Se non ci sono risultati per l'ultima misurazione, viene visualizzato " - - - - ".
- Se non è stata misurata la composizione corporea al punto 2, non è possibile visualizzare i risultati della misurazione corrente anche premendo il pulsante GUEST/▲MEMO.

4. Premere il pulsante SET/MODE per visualizzare gli altri valori della misurazione.



Nota: Fare riferimento alla sezione 8 per il trasferimento dei dati.

5. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per spegnere l'unità.

IT

8. Trasferimento dei dati

È possibile trasferire i dati della misurazione a un dispositivo con tecnologia wireless *Bluetooth®*.
 Si possono trasferire fino a 30 serie di risultati di misurazione memorizzati per ogni numero di profilo personale.
 Il contenuto e la visualizzazione dei risultati di misurazione può variare in base all'applicazione utilizzata per visualizzarli.
 Per i dettagli, fare riferimento al manuale in dotazione con l'applicazione utilizzata.

Registrazione dell'unità con il dispositivo di destinazione (Accoppiamento)

Che cos'è l'accoppiamento:

Si riferisce alla procedura per la registrazione dell'unità con il dispositivo in modo da utilizzarla per il trasferimento di dati.

L'accoppiamento è necessario quando si collega per la prima volta un dispositivo all'unità oppure se si utilizza lo stesso dispositivo per trasferire i dati di un numero di profilo personale diverso.

Attenersi alla procedura seguente per accoppiare l'unità con il dispositivo di destinazione.

Fare riferimento a "Trasferimento dei dati" per informazioni sul trasferimento dei dati con un dispositivo già accoppiato con l'unità.

1. Visualizzare i risultati della misurazione.



- Accoppiamento (Registrazione) dopo l'esecuzione di una misurazione: Seguire i punti nella sezione 5, per visualizzare i risultati della misurazione.
- Accoppiamento (Registrazione) senza esecuzione di una misurazione: Seguire i punti nella sezione 7, per visualizzare i risultati dell'ultima misurazione.
- Accoppiamento (Registrazione) in modalità GUEST:
 È possibile registrare un dispositivo dopo l'esecuzione di una misurazione anche in modalità GUEST.
 Seguire i punti nella sezione 5, per visualizzare i risultati della misurazione.

2. Abilitare l'accoppiamento (Registrazione) sul dispositivo.

Preparare l'applicazione sul dispositivo per l'accoppiamento.

Per i dettagli, fare riferimento al manuale in dotazione con l'applicazione utilizzata.

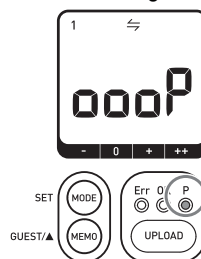
3. Premere il pulsante UPLOAD per 2 secondi o più.



Utilizzare l'applicazione per accoppiare l'unità con il dispositivo.
 Per i dettagli, fare riferimento al manuale in dotazione con l'applicazione utilizzata.

Nota: Se si preme il pulsante UPLOAD durante l'accoppiamento, quest'ultimo verrà interrotto e il display tornerà alla schermata precedente.

Se l'accoppiamento è completato correttamente, si accende l'indicatore "P" e l'allarme emetterà un segnale acustico (Blip! Blip!).



Note:

- Se il processo di accoppiamento non si conclude entro circa un minuto, l'unità non verrà accoppiata con il dispositivo.
- Se il processo di accoppiamento non viene completato correttamente, si accende l'indicatore "Err" e l'allarme emetterà tre segnali acustici (Beep! Beep! Beep!).
 Verificare l'applicazione sul dispositivo collegato, quindi ripetere la procedura dal punto 2 per riprovare.

Trasferimento dei dati

1. Visualizzare i risultati della misurazione.



- Trasferimento dei dati dopo l'esecuzione di una misurazione:
Seguire i punti nella sezione 5, per visualizzare i risultati della misurazione.
- Trasferimento dei dati senza esecuzione di una misurazione:
Seguire i punti nella sezione 7, per visualizzare i risultati dell'ultima misurazione.
- Trasferimento dei dati in modalità GUEST:
È possibile registrare un dispositivo dopo l'esecuzione di una misurazione anche in modalità GUEST.
Seguire i punti nella sezione 5, per visualizzare i risultati della misurazione.

Nota: In modalità GUEST, non è possibile inviare i risultati memorizzati sull'unità, si possono inviare unicamente i risultati della misurazione corrente.

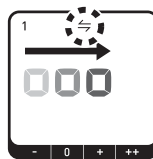
2. Abilitare i trasferimenti di dati.

Impostare l'applicazione sul dispositivo di destinazione sulla modalità di trasferimento. Per i dettagli, fare riferimento al manuale in dotazione con l'applicazione utilizzata.

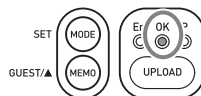
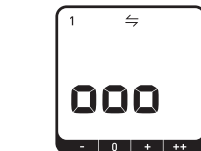
3. Premere il pulsante UPLOAD.

Il display passa alla schermata di trasmissione dati e l'unità inizia il trasferimento di dati.

Nota: Se si preme il pulsante UPLOAD durante il trasferimento dei dati, quest'ultimo verrà interrotto e il display tornerà alla schermata precedente.



Se i dati sono stati inviati correttamente, si accende l'indicatore "OK" e l'allarme emetterà un segnale acustico (Blip! Blip!).



Nota: Se la trasmissione dei dati non riesce, si accende l'indicatore "Err" e l'allarme emetterà tre segnali acustici (Beep! Beep! Beep!). Verificare l'applicazione sul dispositivo collegato, quindi ripetere la procedura dal punto 2 per riprovare.

La schermata tornerà alla schermata visualizzata prima dell'inizio della trasmissione di dati dopo 10 secondi.

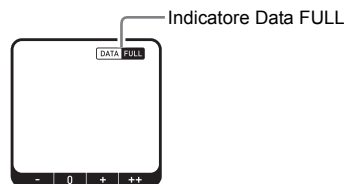
4. Premere il pulsante WEIGHT/OFF per spegnere l'unità.

Informazioni sull'indicatore Data FULL

È possibile memorizzare fino a 30 serie di risultati di misurazione per ogni numero di profilo personale.

Se il numero supera 30, vengono eliminati i risultati più vecchi.

Se l'indicatore Data FULL lampeggia o rimane acceso, trasferire i dati su un dispositivo il prima possibile, per evitare di perdere i risultati della misurazione.



DATA FULL lampeggiante: sono state memorizzate 24-29 serie di risultati di misurazione.

DATA FULL acceso: sono state memorizzate 30 serie di risultati di misurazione.

Nota: L'indicatore Data FULL non è visualizzato quando sono memorizzati da 0 a 23 risultati di misurazione.

9. Informazioni sulla funzione di comunicazione wireless

CE 0197

Con il marchio a fianco, OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. dichiara che il presente misuratore della composizione corporea è conforme ai requisiti essenziali e ad altre prescrizioni pertinenti della Direttiva 1999/5/CE. La dichiarazione di conformità è consultabile all'indirizzo www.omron-healthcare.com.



Il presente Prodotto utilizza la banda ISM non soggetta a licenza a 2,4 GHz. In caso di utilizzo del presente Prodotto in prossimità di altri dispositivi wireless, inclusi forni a microonde e LAN wireless, che utilizzano la stessa banda di frequenza, sussiste la possibilità di interferenza tra il presente Prodotto e i suddetti altri dispositivi. Qualora si verificano tali interferenze, spegnere gli altri dispositivi o spostare il presente Prodotto prima dell'uso oppure non utilizzare il presente Prodotto in prossimità di altri dispositivi wireless.



Il marchio della parola e i loghi *Bluetooth*[®] sono marchi registrati di Bluetooth SIG, Inc. e qualsiasi utilizzo di tali marchi da parte di OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd. è soggetto a licenza. Altri marchi di fabbrica e denominazioni commerciali appartengono ai rispettivi proprietari.



Cerca il logo Continua Certified. È la garanzia di comunicazione e scambio di informazioni affidabili tra un dispositivo e prodotti con certificazione simile, per agevolare la gestione di salute e benessere.

10. Cura e conservazione dell'unità

Il misuratore della composizione corporea *Bluetooth*[®] non richiede manutenzione.

Pulizia dell'unità

- Tenere sempre pulita l'unità prima dell'uso.
- Pulire l'unità con un panno soffice asciutto.
Se necessario, utilizzare un panno inumidito con acqua o detergente e strizzarlo bene prima di pulire l'unità, quindi asciugare con un panno asciutto.
- È possibile pulire gli elettrodi con alcol denaturato, ma non utilizzarlo per pulire altre parti dell'unità.
- Non usare benzene o solventi per pulire l'unità.

Cura e conservazione

- Non riporre l'unità in presenza delle condizioni elencate di seguito:
 - Umidità, in quanto nell'unità potrebbe formarsi umidità o penetrare dell'acqua
 - Temperature elevate, luce diretta del sole e luoghi polverosi
 - Luoghi in cui vi è il rischio di urti violenti o vibrazioni
 - Luoghi in cui sono conservati prodotti chimici o è presente gas corrosivo.
- Non tentare di eseguire da soli alcun tipo di riparazione. In caso di guasti, rivolgersi al distributore o al Servizio assistenza clienti OMRON indicati sulla confezione.

11. Messaggi di errore

Messaggio di errore	Causa	Soluzione
Err 1	Le piante dei piedi non sono posizionate correttamente a contatto con gli elettrodi.	Poggiare saldamente le piante dei piedi sugli elettrodi, quindi eseguire la misurazione. (Fare riferimento alla sezione 5.)
Err 2	Postura errata oppure le piante dei piedi non sono posizionate correttamente a contatto con gli elettrodi.	Eseguire la misurazione senza spostare le piante dei piedi. (Fare riferimento alla sezione 5.)
Err 3	Le piante dei piedi sono troppo asciutte.	Inumidire le piante dei piedi con una salviettina bagnata, quindi ripetere la misurazione.
Err 5	Errore del dispositivo.	Inserire nuovamente le batterie e ripetere la misurazione. Se l'errore persiste, contattare il servizio di assistenza tecnica OMRON.
Err	Si è saliti sull'unità oppure l'unità è stata mossa prima che sul display fosse visualizzata l'indicazione "0.0 kg".	Salire sull'unità dopo che sul display appare l'indicazione "0.0 kg".
	Ci si è mossi durante la misurazione del peso corporeo.	Non muoversi durante la misurazione del peso corporeo.
	Il peso è superiore a 150 kg (330,0 lb).	Un peso pari o superiore a 150 kg (330,0 lb) esula dall'intervallo di misurazione previsto per questa unità. Non è possibile utilizzare l'unità.

12. Risoluzione dei problemi

Problema	Causa	Soluzione
Il valore relativo alla composizione corporea visualizzato è eccessivamente alto o basso.	Fare riferimento a "Informazioni sulla composizione corporea".	
"- - -" è visualizzato per alcune voci dei risultati di misurazione.	I valori relativi alla composizione corporea esulano dall'intervallo di misurazione.	<ul style="list-style-type: none"> Assicurarsi che i dati relativi a data di nascita, sesso e altezza memorizzati come dati personali siano corretti. (Fare riferimento al paragrafo Impostazioni nella sezione 13.) L'unità non è in grado di misurare la composizione corporea se questa esula dall'intervallo di misurazione previsto, anche se le impostazioni sono corrette.
L'unità si spegne dopo la conferma del peso corporeo e prima della misurazione della percentuale di grasso corporeo, del livello di grasso viscerale, della percentuale di muscoli scheletrici, del BMI e del metabolismo a riposo.	Non è stato selezionato il numero di profilo personale corretto oppure la modalità GUEST. (Sul display non è visualizzato il numero di profilo personale né l'indicazione "GUEST".)	Selezionare il numero di profilo personale corretto oppure la modalità GUEST. (Fare riferimento alla sezione 5.)
Quando si accende l'unità non viene visualizzato nulla.	Le batterie non sono inserite.	Inserire le batterie.
	Le polarità delle batterie non sono allineate correttamente.	Inserire le batterie secondo l'allineamento corretto.
	Le batterie sono esaurite.	Sostituire tutte e quattro le batterie con batterie nuove. (Fare riferimento alla sezione 2.)
Impossibile inviare i dati. (Si accende l'indicatore "Err".)	Il dispositivo di destinazione per i dati è troppo lontano.	Dopo aver verificato l'assenza di fonti d'interferenza nelle vicinanze, spostare il dispositivo a una distanza massima di 5 m dall'unità.
	L'accoppiamento (registrazione) non è stato completato.	eseguire l'accoppiamento (registrazione). (Fare riferimento alla sezione 8.)
	L'applicazione sul dispositivo collegato non è pronta.	Controllare l'applicazione e provare a reinviare i dati. Se l'indicatore "Err" si accende ancora dopo la verifica dell'applicazione, rivolgersi al centro di assistenza del fornitore dell'applicazione.

13. Dati tecnici

Prodotto	Misuratore della composizione corporea <i>Bluetooth</i> [®]
Modello	BF206-BT (HBF-206IT-E)
Display	<p>Peso corporeo: da 0 a 150 kg con incrementi di 0,1 kg (da 0,0 a 330,0 lb con incrementi di 0,2 lb)</p> <p>Percentuale di grasso corporeo: dal 5,0 al 60,0% con incrementi dello 0,1%</p> <p>Percentuale di muscoli scheletrici: dal 5,0 al 50,0% con incrementi dello 0,1%</p> <p>BMI: da 7,0 a 90,0 con incrementi di 0,1</p> <p>Metabolismo a riposo: da 385 a 3999 kcal con incrementi di 1 kcal</p> <p>Età corporea: da 18 a 80 anni con incrementi di 1 anno</p> <p>Livello di grasso viscerale: 30 livelli con incrementi di 1 livello</p> <p>Classificazione della percentuale di grasso corporeo e della percentuale di muscoli scheletrici: – (bassa) / 0 (normale) / + (alta) / ++ (molto alta) 4 livelli con 3 sottolivelli ciascuno</p> <p>Classificazione del livello di grasso viscerale: 0 (normale) / + (alto) / ++ (molto alto) 3 livelli con 3 sottolivelli ciascuno</p>
Memoria	<p>Memoria display: risultati dell'ultima misurazione (immediatamente precedente)</p> <p>Memoria unità: fino a 30 serie</p>
Protocollo di trasmissione	Tecnologia wireless <i>Bluetooth</i> [®] Versione 2.1 + EDR Classe 2
Impostazioni	<p>Dati personali: È possibile memorizzare le seguenti informazioni per un massimo di 4 persone.</p> <p>Altezza: da 100,0 a 199,5 cm (da 3' 4" a 6' 6 3/4")</p> <p>Data di nascita: dal 1 gennaio 1900 al 31 dicembre 2030</p> <p>Sesso: maschio o femmina</p> <p>* Unità di misura: kg (cm) / lb (piedi•pollici)</p> <p>* L'intervallo di età per la percentuale di grasso corporeo è compreso tra 10 e 80 anni.</p> <p>* L'intervallo di età per la percentuale di muscoli scheletrici, la classificazione della percentuale di muscoli scheletrici, il metabolismo a riposo, il livello di grasso viscerale e la classificazione del livello di grasso viscerale è compreso tra 18 e 80 anni.</p> <p>* L'intervallo di età per la classificazione della percentuale di grasso corporeo è compreso tra 20 e 80 anni.</p>
Precisione di pesata	<p>da 0,0 kg a 40,0 kg: ± 0,4 kg (da 0,0 lb a 88,2 lb: ± 0,88 lb)</p> <p>da 40,0 kg a 150,0 kg: ± 1% (da 88,2 lb a 330,0 lb: ± 1%)</p>
Precisione (S.E.E.)	<p>Percentuale di grasso corporeo: 3,5%</p> <p>Percentuale di muscoli scheletrici: 3,5%</p> <p>Livello di grasso viscerale: 3 livelli</p>
Alimentazione	4 batterie alcaline AA (LR6)
Durata delle batterie	Circa sei mesi (quando si utilizzano batterie alcaline AA per quattro misurazioni e trasferimenti di dati al giorno a una temperatura ambiente di 23 °C.)
Temperatura / umidità di esercizio	da +10 °C a +40 °C, dal 30% all'85% di umidità relativa
Temperatura / Umidità / Pressione dell'aria di conservazione	da -20 °C a +60 °C, dal 10% al 95% di umidità relativa, 700 hPa - 1060 hPa
Peso	1,8 kg (3,97 lb) circa (batterie comprese)
Dimensioni esterne	Circa 300 (L) × 38 (H) × 290 mm (P) (circa 11 3/4" (L) × 1 1/2" (H) × 11 3/8" (P))
Contenuto della confezione	Misuratore della composizione corporea <i>Bluetooth</i> [®] , 4 batterie alcaline AA (LR6), manuale di istruzioni, garanzia

Nota: Soggetto a modifiche tecniche senza necessità di preavviso.



Questo dispositivo soddisfa i requisiti della direttiva CE 93/42/CEE (Direttiva sui dispositivi medici).



Corretto smaltimento del prodotto (rifiuti elettrici ed elettronici)

Il marchio riportato sul prodotto o sulla sua documentazione indica che il prodotto non deve essere smaltito con altri rifiuti domestici al termine del ciclo di vita. Per evitare eventuali danni all'ambiente o alla salute causati dall'inopportuno smaltimento dei rifiuti, si invita l'utente a separare questo prodotto da altri tipi di rifiuti e di riciclarlo in maniera responsabile per favorire il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali.

Gli utenti domestici sono invitati a contattare il rivenditore presso il quale è stato acquistato il prodotto o l'ufficio locale preposto per tutte le informazioni relative alla raccolta differenziata e al riciclaggio per questo tipo di prodotto.

Gli utenti aziendali sono invitati a contattare il proprio fornitore e verificare i termini e le condizioni del contratto di acquisto. Questo prodotto non deve essere smaltito unitamente ad altri rifiuti commerciali.

Questo prodotto non contiene sostanze nocive.

Lo smaltimento delle batterie deve essere eseguito in osservanza della normativa nazionale per lo smaltimento delle batterie.

Informazioni importanti relative alla compatibilità elettromagnetica (EMC)

A causa del numero sempre maggiore di dispositivi elettronici (computer, telefoni cellulari, ecc.), i dispositivi medici in uso potrebbero essere soggetti a interferenze elettromagnetiche prodotte da altre apparecchiature. Tali interferenze elettromagnetiche potrebbero determinare il funzionamento errato del dispositivo medico e creare una situazione potenzialmente non sicura.

I dispositivi medici, inoltre, non devono interferire con altre apparecchiature.

Per la conformità alle normative sulla compatibilità elettromagnetica (EMC) e allo scopo di prevenire situazioni potenzialmente non sicure nell'utilizzo del prodotto, sono stati implementati gli standard EN60601-1-2:2007. Tali standard definiscono i livelli di immunità alle interferenze elettromagnetiche, nonché i livelli massimi di emissioni elettromagnetiche per i dispositivi medici.

Questo dispositivo medico prodotto da OMRON Healthcare è conforme agli standard EN60601-1-2:2007 per quanto concerne sia l'immunità che le emissioni.

È necessario tuttavia osservare le precauzioni indicate di seguito:

Non usare in prossimità di questo dispositivo medico telefoni mobili (cellulari) o altri dispositivi che generano forti campi elettrici o elettromagnetici. Ciò potrebbe determinare il funzionamento errato dell'unità e creare una situazione potenzialmente non sicura. Si consiglia di mantenere tali apparecchiature ad una distanza minima di 7 m. Verificare il corretto funzionamento del dispositivo se la distanza è inferiore.

Ulteriore documentazione relativa alle specifiche EN60601-1-2:2007 è disponibile presso OMRON Healthcare Europe, all'indirizzo indicato nel presente manuale di istruzioni.

La documentazione è disponibile inoltre presso il sito web www.omron-healthcare.com.

IT

<p>Produttore</p> 	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084, Giappone</p>		
<p>Rappresentante per l'UE</p> <table border="1" data-bbox="272 1597 456 1675"> <tr> <td>EC</td> <td>REP</td> </tr> </table>	EC	REP	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, Paesi Bassi www.omron-healthcare.com</p>
EC	REP		
<p>Consociata</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, Regno Unito</p> <p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Germania www.omron-medizintechnik.de</p> <p>OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Francia</p>		

Prodotto in Cina

BF206-BT

Monitor de composición corporal con *Bluetooth*[®]

Uso al que está destinado este dispositivo

Objetivo médico

Estimado cliente:

Gracias por la compra de este monitor de composición corporal OMRON de alta calidad. El BF-206BT está diseñado para medir y mostrar los siguientes parámetros de composición corporal:

- Peso corporal
- Grasa corporal (en %)
- Músculo esquelético (en %)
- Grasa visceral (hasta 30 niveles)
- Índice de masa corporal (IMC)
- Edad corporal

Además, el cálculo de la tasa de metabolismo basal (en kcal) determina las calorías diarias necesarias y puede servir como referencia para un programa de reducción de peso.

La innovadora tecnología de 4 sensores de Omron proporciona uno de los métodos de medición corporal más precisos.

Usuarios a quienes está destinado

El BF206-BT está diseñado para medir a personas con las siguientes características:

- Estatura: entre 100,0 y 199,5 cm
- Peso: 150 kg como máximo
- Edad: Todos los usuarios*

* El margen de edad será diferente dependiendo de los parámetros de medición. Consulte las "opciones de configuración" en la sección de datos técnicos.

Precauciones para la utilización del dispositivo



Lea cuidadosamente este manual de instrucciones antes de utilizar el dispositivo y para información adicional sobre cada una de las funciones.

Índice

Antes de utilizar la unidad

Notas de seguridad.....	82
Información sobre composición corporal	83

Instrucciones de uso

1. Conozca su unidad	85
2. Colocación y cambio de las pilas	85
3. Ajustes de la fecha y la hora	86
4. Configuración y memorización de los datos personales	87
5. Realización de mediciones	89
6. Medición del peso solamente	92
7. Visualización de la última medición	93
8. Transferencia de datos.....	94
9. Acerca de la función de comunicación inalámbrica	96




Cuidado y mantenimiento

10. Cómo cuidar y guardar la unidad.....	96
11. Indicadores de error	97
12. Solución de problemas	97
13. Datos técnicos	98

ES

Notas de seguridad

Símbolos empleados y sus definiciones:

 ¡Peligro!:	El uso inadecuado de este dispositivo provocará lesiones graves o la muerte.
 ¡Advertencia!:	El uso inadecuado de este dispositivo podría provocar lesiones graves o la muerte.
 ¡Precaución!:	El uso inadecuado de este dispositivo podría provocar lesiones o daños materiales.

¡Peligro!:

• No utilice nunca esta unidad con dispositivos electrónicos médicos como:

- (1) Implantes médicos electrónicos tales como los marcapasos.
- (2) Sistemas electrónicos de soporte vital, tales como un corazón o pulmón artificial.
- (3) Dispositivos médicos electrónicos portátiles tales como un electrocardiógrafo.



Esta unidad podría causar fallos en el funcionamiento de estos dispositivos, lo que supondría un riesgo de salud considerable para sus usuarios.

¡Advertencia!:

- No comience ningún programa de reducción de peso o de ejercicio sin consultar antes con un médico o proveedor de atención sanitaria. El autodiagnóstico podría perjudicar su salud.
- No utilice la unidad en superficies resbaladizas, como un suelo mojado.
- Mantenga la unidad fuera del alcance de los niños.
- No se suba a la unidad bruscamente ni salte arriba y abajo estando sobre ella.
- No utilice esta unidad con el cuerpo o los pies mojados, como por ejemplo, tras darse un baño.
- Súbase descalzo a la unidad. Si intenta subirse a ella con calcetines, podría resbalarse y sufrir una lesión.
- No se apoye en el borde ni en la zona de la pantalla de la unidad.
- Las personas con alguna discapacidad, o físicamente débiles, deberán recibir ayuda de otra persona cuando utilicen esta unidad. Utilice una barandilla o cualquier otro elemento de apoyo cuando se suba a la unidad.
- Si el líquido de las pilas entra en contacto con sus ojos, lávelos inmediatamente con abundante agua limpia. Acuda inmediatamente a un médico.

¡Precaución!:

- Esta unidad está destinada para uso doméstico. No está destinada para uso profesional en hospitales u otras instalaciones médicas. Esta unidad no cumple con la normativa exigida para su uso profesional.
- No desmonte, repare ni realice ningún cambio en la unidad.
- No utilice teléfonos móviles cerca de la unidad excepto en el caso de que utilice dispositivos inalámbricos.
- No utilice pilas que no sean específicas para esta unidad. No introduzca las pilas con las polaridades en la dirección equivocada.

- Cambie las pilas gastadas por unas nuevas de inmediato.
- No arroje pilas gastadas al fuego.
- Si el líquido de las pilas entra en contacto con su piel o su ropa, lávelas inmediatamente con abundante agua limpia.
- Extraiga las pilas de la unidad cuando ésta no se vaya a utilizar durante un período de tiempo prolongado (aproximadamente tres meses o más).
- No emplee distintos tipos de pilas de forma conjunta.
- No utilice conjuntamente pilas nuevas y gastadas.
- Lávese siempre los pies antes de utilizar la unidad si tiene una infección en los pies o cualquier otra enfermedad de la piel.
De no hacerlo, otras personas podría contagiarse. Cuando la unidad vaya a ser utilizada por varias personas, límpiela después de usarla con un paño mojado y detergente suave. Luego, séquela.

Aviso general:

- No coloque esta unidad sobre una superficie acolchada, como una alfombra o estera. La medición no podría llevarse a cabo.
- No coloque esta unidad en ambientes muy húmedos y protéjala de las salpicaduras de agua.
- No coloque esta unidad cerca de fuentes de calor o bajo acondicionadores de aire y evite la exposición directa a la luz solar.
- No se suba en el borde ni en la zona de la pantalla de la unidad.
- No utilice esta unidad para fines distintos de los que se describen en este manual.
- Esta unidad es un instrumento de precisión, por lo que deberá evitar que se caiga, vibre o reciba fuentes de descarga.
- La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.
- No lave la unidad con agua.
- No limpie la unidad con benceno, gasolina, disolvente de pintura, alcohol u otros disolventes volátiles.
- No coloque la unidad en lugares en los que pueda exponerse a agentes químicos o vapores corrosivos.

Lea y siga las indicaciones contenidas en "Información importante sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC)" en la sección de datos técnicos.

Información sobre composición corporal

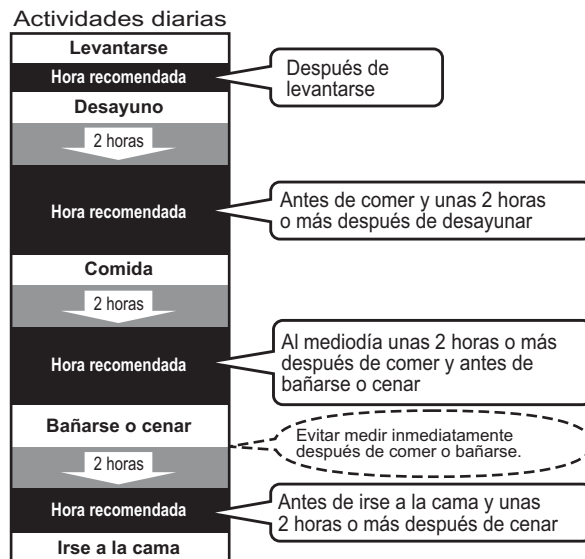
Principio de la medición de la composición corporal

La grasa corporal tiene una baja conductividad eléctrica

El BF206-BT calcula el porcentaje de grasa corporal mediante el método de impedancia bioeléctrica (IB). Los músculos, los vasos sanguíneos y los huesos son tejidos corporales que poseen un alto contenido en agua y que conducen fácilmente la electricidad. La grasa corporal es un tejido que tiene muy poca conductividad eléctrica. El BF206-BT emite una corriente eléctrica extremadamente débil de 50 kHz e inferior a 500 μ A en su cuerpo para determinar la cantidad de tejido graso. Esta corriente eléctrica de muy baja intensidad no se siente mientras se utiliza el BF206-BT. Para determinar la composición corporal, la báscula utiliza la impedancia eléctrica, junto con los datos correspondientes a su estatura, peso, edad y sexo y de este modo generar resultados basados en los datos de composición corporal de OMRON.

Horas de medición recomendadas

Comprender los cambios normales de su porcentaje de grasa corporal puede ayudarle a prevenir o reducir la obesidad. Conocer las horas en las que cambian los porcentajes de grasa corporal dentro de su propio programa diario, le ayudará a tener un conocimiento más preciso de grasa de su cuerpo. Se recomienda utilizar esta unidad en el mismo entorno y en las mismas circunstancias diarias. (Consulte el gráfico)



Evite realizar mediciones en las siguientes circunstancias:

- Inmediatamente después de ejercicio físico vigoroso o después de un baño o una sauna.
- Después de beber alcohol o una gran cantidad de agua o después de una comida (unas 2 horas).

Si se efectúa una medición bajo estas circunstancias físicas, la composición corporal calculada podría variar significativamente de la real, ya que, en esos momentos, el contenido de agua del cuerpo está cambiando.

¿Qué es el IMC (índice de masa corporal)?

El IMC emplea esta sencilla fórmula para indicar la proporción que existe entre el peso y la estatura de una persona.

$$\text{IMC} = \text{peso (kg)} / \text{estatura (m)} / \text{estatura (m)}$$

El BF206-BT de OMRON utiliza la estatura memorizada en su número de perfil personal o introducida en el modo Guest para calcular su clasificación de IMC.

Si el nivel de grasa indicado por el IMC es superior al nivel estándar internacional, existen mayores probabilidades de enfermedades comunes. No obstante, el IMC no revela todos los tipos de grasa.

Información sobre composición corporal

¿Qué es el porcentaje de grasa corporal?

El porcentaje de grasa corporal se refiere a la cantidad de masa grasa del cuerpo con respecto al peso total expresado en forma de porcentaje.

$$\text{Porcentaje de grasa corporal (\%)} = \frac{\text{Masa de grasa corporal (kg)}}{\text{Peso corporal (kg)}} \times 100$$

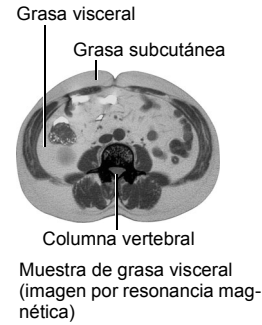
El dispositivo emplea el método IB para calcular su porcentaje de grasa corporal.

Dependiendo de la distribución de la grasa en el cuerpo, ésta se clasifica en grasa visceral o grasa subcutánea.

¿Qué es el nivel de grasa visceral?

Grasa visceral = grasa que rodea los órganos internos

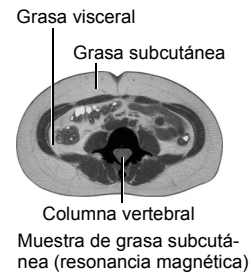
Se cree que una gran cantidad de grasa visceral está íntimamente relacionada con los niveles de grasa en el torrente sanguíneo, lo que podría ser la causa del padecimiento de enfermedades comunes, tales como la hiperlipidemia y la diabetes, que reducen la capacidad de la insulina para transferir energía desde el torrente sanguíneo y utilizarla en las células. Para prevenir o mejorar la evolución de las enfermedades comunes, es importante intentar reducir los niveles de grasa visceral a un nivel aceptable. Las personas con unos niveles de grasa visceral elevados suelen tener estómagos grandes. No obstante, esto no siempre se cumple y los niveles de grasa visceral elevados pueden provocar obesidad metabólica. La obesidad metabólica (obesidad visceral con peso normal) representa niveles de grasa superiores a la media, incluso si el peso de una persona se encuentra en el nivel correspondiente a su estatura o por debajo del mismo.



¿Qué es la grasa subcutánea?

Grasa subcutánea = grasa que se encuentra bajo la piel

La grasa subcutánea no sólo se acumula alrededor del estómago, sino también en torno a la parte superior de los brazos, caderas y muslos, y puede provocar una alteración en las proporciones del cuerpo. Aunque no está directamente relacionada con un mayor riesgo de padecer enfermedades, se la relaciona con el aumento de la presión coronaria y la aparición de otras complicaciones. Esta unidad no muestra la grasa subcutánea, pero está incluida en el porcentaje de grasa corporal.



¿Qué es el músculo esquelético?

Se distinguen dos tipos de músculos: el músculo de los órganos internos, como el corazón, y el músculo que va unido a los huesos y permite la movilidad del cuerpo. El músculo esquelético puede incrementarse con la práctica de ejercicio y otro tipo de actividades.

El aumento de la proporción de músculo esquelético significa que el cuerpo puede quemar energía con mayor facilidad, lo que significa que es menos probable que ésta se convierta en grasa y facilita un estilo de vida más dinámico.

¿Qué es el metabolismo basal?

Independientemente de su nivel de actividad, se necesita un nivel mínimo de ingesta calórica para llevar a cabo las funciones diarias del cuerpo. Este parámetro, denominado el metabolismo basal, indica cuántas calorías necesita ingerir para proporcionar suficiente energía para el funcionamiento corporal.

¿Qué es la edad corporal?

La edad corporal se determina mediante el metabolismo basal. La edad corporal se calcula usando los porcentajes de peso y grasa corporal y el porcentaje de músculo esquelético para producir un resultado que indique si su edad corporal está por debajo o por encima de la media para su edad real. Saber cuál es su edad corporal resulta útil a la hora de mejorar el estado de su salud.

Es posible que los resultados calculados difieran del porcentaje real de grasa corporal

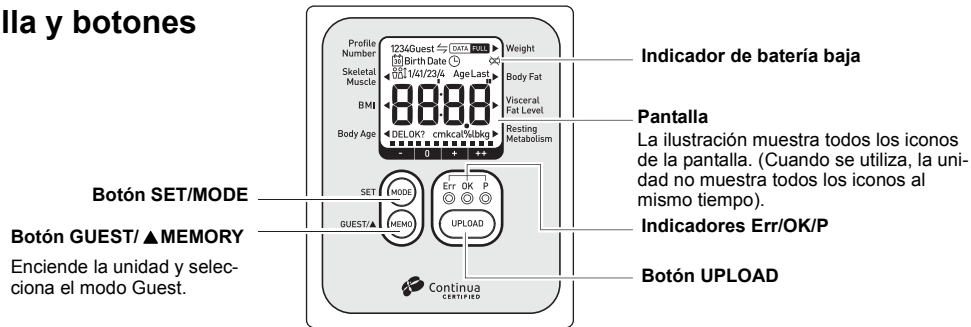
Es posible que el porcentaje de grasa corporal calculado en esta unidad difiera significativamente del porcentaje de grasa corporal real en las siguientes circunstancias:

Ancianos (más de 81 años de edad)/personas con fiebre/culturistas o atletas altamente entrenados/pacientes sometidos a diálisis/pacientes con osteoporosis que tengan una densidad ósea muy baja/mujeres embarazadas/personas con algún tipo de hinchazón.

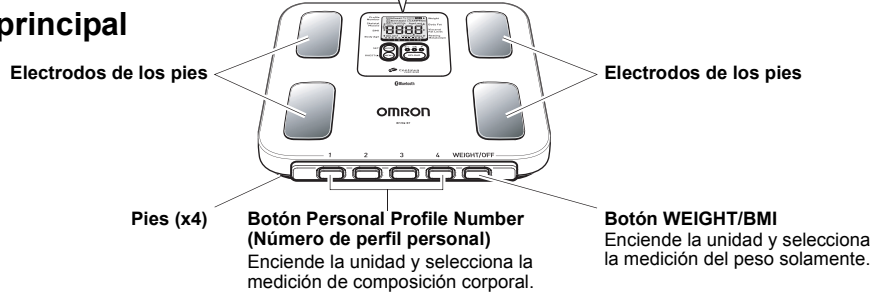
Estas diferencias pueden deberse a cambios en las tasas de líquidos corporales o composición corporal.

1. Conozca su unidad

Pantalla y botones



Unidad principal



Acerca de la alarma

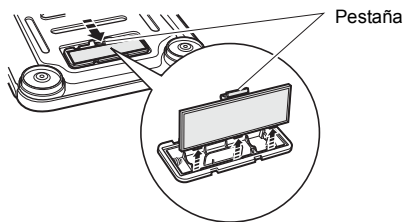
La alarma sonará en las circunstancias siguientes:

- Cuando se enciende la unidad: un pitido.
- Cuando 0,0 kg aparece en pantalla y la unidad está lista para realizar una medición: dos pitidos.
- Cuando ha finalizado la medición: dos pitidos (uno corto y otro más largo).
- Cuando aparece el mensaje de error "Err": una serie de pitidos cortos.
- Cuando se han enviado los datos con éxito: dos pitidos cortos.
- Cuando hay un fallo en el envío de datos: 3 pitidos largos.

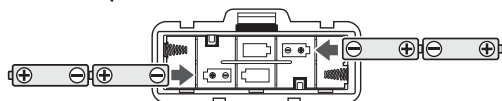
2. Colocación y cambio de las pilas

1. Abra la tapa del compartimento de las pilas, situado en la parte posterior de la unidad.

- 1) Presione la pestaña de la tapa de las pilas en la dirección de la flecha para quitar la tapa, tal como se muestra en la ilustración.
- 2) Tire de la pestaña de la tapa hacia arriba.



2. Introduzca las pilas respetando la polaridad indicada en el interior del compartimento.



3. Cierre la tapa del compartimento de las pilas.

Vida útil de las pilas y su sustitución

Cuando el indicador de pila baja (🔋) se muestre en pantalla, sustituya las cuatro pilas por otras nuevas.

Los elementos guardados en la memoria permanecen guardados incluso cuando se extraen las pilas.

- Cambie las pilas una vez apagado el dispositivo.
- La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.
- Cuatro pilas alcalinas AA durarán aproximadamente seis meses (si se realizan mediciones y transferencia de datos cuatro veces al día).
- Puesto que las pilas suministradas son únicamente para la comprobación del funcionamiento del dispositivo, puede que su duración sea inferior.

ES

3. Ajustes de la fecha y la hora

Cuando la unidad se encienda por primera vez, es necesario ajustar la fecha y la hora.

- 1) Pulse el botón WEIGHT/OFF para encender la unidad.

Cuando la unidad se encienda por primera vez, los dígitos correspondientes al año parpadearán.

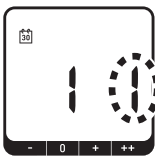
2. [PARA AJUSTAR EL AÑO]

- 1) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar el año y el botón SET/MODE para confirmar.
 - Margen de ajuste: de 2010 a 2030
 - Manténgalo pulsado para avanzar de forma rápida en incrementos de 10.



3. [PARA AJUSTAR EL MES Y EL DÍA]

- 1) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar el mes y el botón SET/MODE para confirmar.

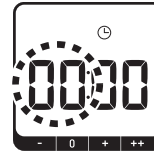


- 2) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar el día y el botón SET/MODE para confirmar.
 - Manténgalo pulsado para avanzar de forma rápida en incrementos de 10.



4. [PARA AJUSTAR LAS HORAS Y LOS MINUTOS]

- 1) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar las horas y el botón SET/MODE para confirmar.
 - Formato de 24 horas.



- 2) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar los minutos y el botón SET/MODE para confirmar.
 - Manténgalo pulsado para avanzar de forma rápida en incrementos de 10.

Los ajustes actuales del año, el mes y el día y las horas y los minutos aparecerán en esta secuencia en la pantalla. La unidad se apagará automáticamente.

La configuración ha terminado.

Notas:

- Si desea hacer alguna corrección mientras está realizando algún ajuste: Pulse el botón WEIGHT/OFF para apagar y encender de nuevo la unidad. Cuando los dígitos del año parpaddeen, siga de nuevo las instrucciones a partir del paso 2 del procedimiento.
- Si la unidad se apaga mientras está realizando algún ajuste: Durante los ajustes de la fecha y la hora, la unidad se apagará automáticamente si no se introduce ninguna información durante 3 minutos. Pulse el botón WEIGHT/OFF para encender de nuevo la unidad.
- Si tiene que corregir los ajustes de la fecha y la hora: Pulse el botón WEIGHT/OFF y luego el botón SET/MODE durante al menos 2 segundos una vez que "0,0 kg" haya aparecido en pantalla. Cuando los dígitos del año parpaddeen, siga de nuevo las instrucciones a partir del paso 2 del procedimiento.

Interruptor de encendido

La unidad se apagará automáticamente en las siguientes circunstancias:

1. Si el monitor no se utiliza en el minuto posterior a la aparición de "0,0 kg" en la pantalla.
2. Si no se introduce ninguna información durante 3 minutos al ajustar la fecha y la hora.
3. Si no se especifica información alguna durante 3 minutos al introducir sus datos personales.
4. Si el monitor no se utiliza durante 3 minutos tras haber mostrado los resultados de la medición o los últimos (anteriores) resultados de la medición.
5. 30 segundos después de que se muestre el resultado al medir el peso solamente.
6. 10 segundos después de que el mensaje "Err" aparezca en pantalla.

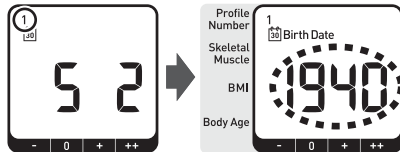
Nota: "OFF" aparecerá en pantalla cuando se apague la unidad.

4. Configuración y memorización de los datos personales

Para la correcta medición de la composición corporal, es necesario configurar sus datos personales (fecha de nacimiento, sexo y estatura). El monitor puede guardar cuatro perfiles personales.

- 1) Pulse el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) para seleccionar su número de perfil personal.

La fecha actual aparecerá en pantalla y a continuación la pantalla mostrará la fecha de nacimiento (1940).



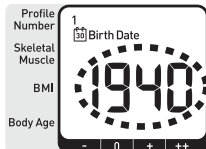
Nota: Cuando aparezca en pantalla la fecha de nacimiento en lugar de la fecha actual, se darán por finalizados los ajustes al número de perfil personal. Use un número distinto o borre la información de su perfil personal. Consulte la sección 4, Eliminación de los datos personales para borrar los datos personales.

- 2) [PARA AJUSTAR LA FECHA DE NACIMIENTO]

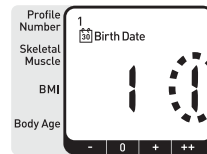
Margen de ajuste: de 1900 a 2030

Manténgalo pulsado para avanzar de forma rápida en incrementos de 10.

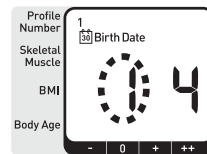
- 1) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar el año de nacimiento y el botón SET/MODE para confirmar.



- 2) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar el mes de nacimiento y el botón SET/MODE para confirmar.

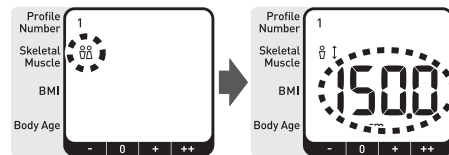


- 3) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para ajustar el día de nacimiento y el botón SET/MODE para confirmar.



- 3) [PARA AJUSTAR EL SEXO Y LA ESTATURA]

Ajuste el sexo ♂ (HOMBRE) o ♀ (MUJER) y la estatura de la misma manera.



Una vez mostrados todos los ajustes para que los revise, aparecerá en la pantalla "0,0 kg".

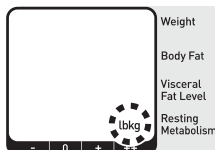
La configuración ha terminado.

Ya puede comenzar a medir su composición corporal.

Selección de la unidad de medida

Puede cambiar las unidades de medida que se emplean para los ajustes de peso y estatura.

1. Pulse el botón WEIGHT/OFF para encender la unidad.
La fecha actual aparecerá en pantalla y a continuación la pantalla pasará a mostrar "0,0 kg".
2. Mantenga pulsado el botón GUEST/▲MEMO durante 2 segundos, hasta que "lb" y "kg" aparezcan parpadeando en la pantalla.



3. Pulse el botón GUEST/▲MEMO para seleccionar "kg" o "lb".
Esto también hará que los "cm" y las "pulgadas" cambien automáticamente.
4. Pulse el botón SET/MODE para confirmar.

Todas las mediciones de peso y estatura se muestran en la pantalla usando las nuevas unidades de medida. El cambio se mantendrá vigente hasta que vuelva a cambiarse.

ES

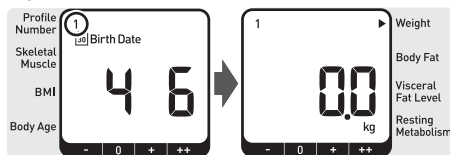
4. Configuración y memorización de los datos personales

Cambio de los datos personales

1. Pulse el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) para seleccionar su número de perfil personal.

La fecha de nacimiento aparecerá en pantalla y a continuación la pantalla pasará a mostrar "0,0 kg".

Espera hasta que "0,0 kg" aparezca en la pantalla.



2. Cambie los datos personales.

- 1) Pulse el botón SET/MODE mientras "0,0 kg" se muestra en pantalla. El año de nacimiento parpadeará en la pantalla.



- 2) Consulte los pasos 2 y 3 en la sección 4, Configuración y memorización de los datos personales para cambiar los datos personales.

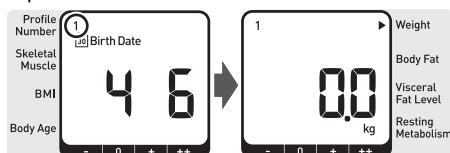
3. Pulse el botón WEIGHT/OFF para apagar la unidad o realizar una medición. (Consulte la sección 5 "Realización de mediciones".)

Eliminación de los datos personales

1. Pulse el botón Personal Profile Number (Número de perfil personal) para seleccionar el número de perfil personal que desea borrar.

La fecha de nacimiento aparecerá en pantalla y a continuación la pantalla pasará a mostrar "0,0 kg".

Espera hasta que "0,0 kg" aparezca en la pantalla.



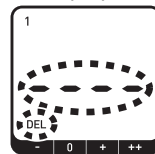
2. Borre los datos personales.

- 1) Pulse el botón SET/MODE mientras "0,0 kg" se muestra en pantalla.

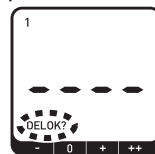
El año de nacimiento parpadeará en la pantalla.



- 2) Mantenga pulsado el botón GUEST/▲MEMO hasta que aparezcan " - - - " y "DEL" parpadeando en la pantalla.

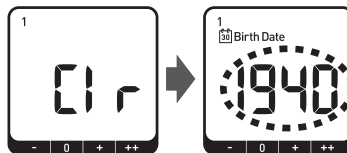


- 3) Pulse el botón SET/MODE. "DEL OK?" aparecerá parpadeando en la pantalla.



- 4) Pulse el botón SET/MODE.

"Clr" aparecerá en pantalla y a continuación aparecerá el ajuste del año de nacimiento.



Nota: Para detener la eliminación de los datos, pulse el botón GUEST/▲MEMO.

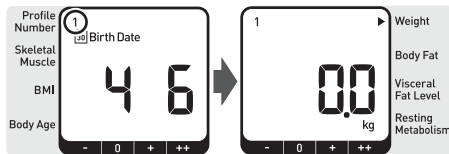
3. Pulse el botón WEIGHT/OFF para apagar la unidad.

5. Realización de mediciones

La medición debería realizarse sobre una superficie dura y plana.

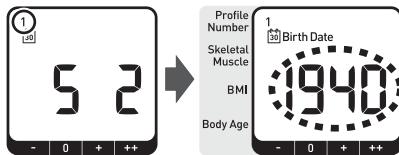
1. Pulse el botón Personal Profile Number para encender la unidad.

La fecha de nacimiento aparecerá en pantalla y a continuación la pantalla pasará a mostrar "0,0 kg".



Nota: Si se sube a la unidad antes de que "0,0 kg" aparezca en la pantalla, ésta mostrará un mensaje de error "Err".

Si aparece la siguiente visualización:



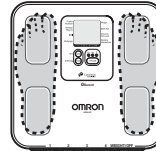
Sus datos personales no están memorizados en el número de perfil personal que ha seleccionado. Consulte la sección 4 para memorizar los datos personales.

Si sus datos personales no están almacenados en la unidad (modo GUEST):

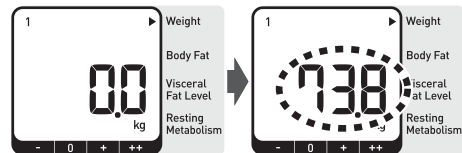
- 1) Pulse el botón GUEST/▲MEMO para encender la unidad. La fecha actual se mostrará en pantalla, a continuación aparecerá "GUEST" y el año de nacimiento (1940) parpadeará.
- 2) Ajuste la fecha de nacimiento, el sexo y la estatura. Consulte los pasos 2 y 3 en la sección 4, Configuración y memorización de los datos personales.

2. Inicio de la medición.

- 1) Súbase en la unidad y coloque los pies sobre los electrodos, de manera que su peso quede uniformemente distribuido.

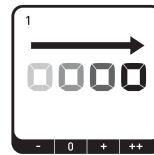


La pantalla mostrará su peso y, a continuación, el resultado del peso parpadeará dos veces.



En ese momento, la unidad comenzará a medir su composición corporal.

- 2) Durante la medición del peso corporal, "0" se moverá para mostrar el progreso de la medición.



- 3) Una vez finalizada la medición, su peso aparecerá de nuevo en pantalla. En este momento, ya se podrá bajar de la plataforma de medición.



Posturas que deben evitarse durante la medición

Una postura incorrecta puede tener como consecuencia una medición de la composición corporal imprecisa.



De pie sobre el borde de la unidad



Rodillas dobladas



Agachado/a

5. Realización de mediciones

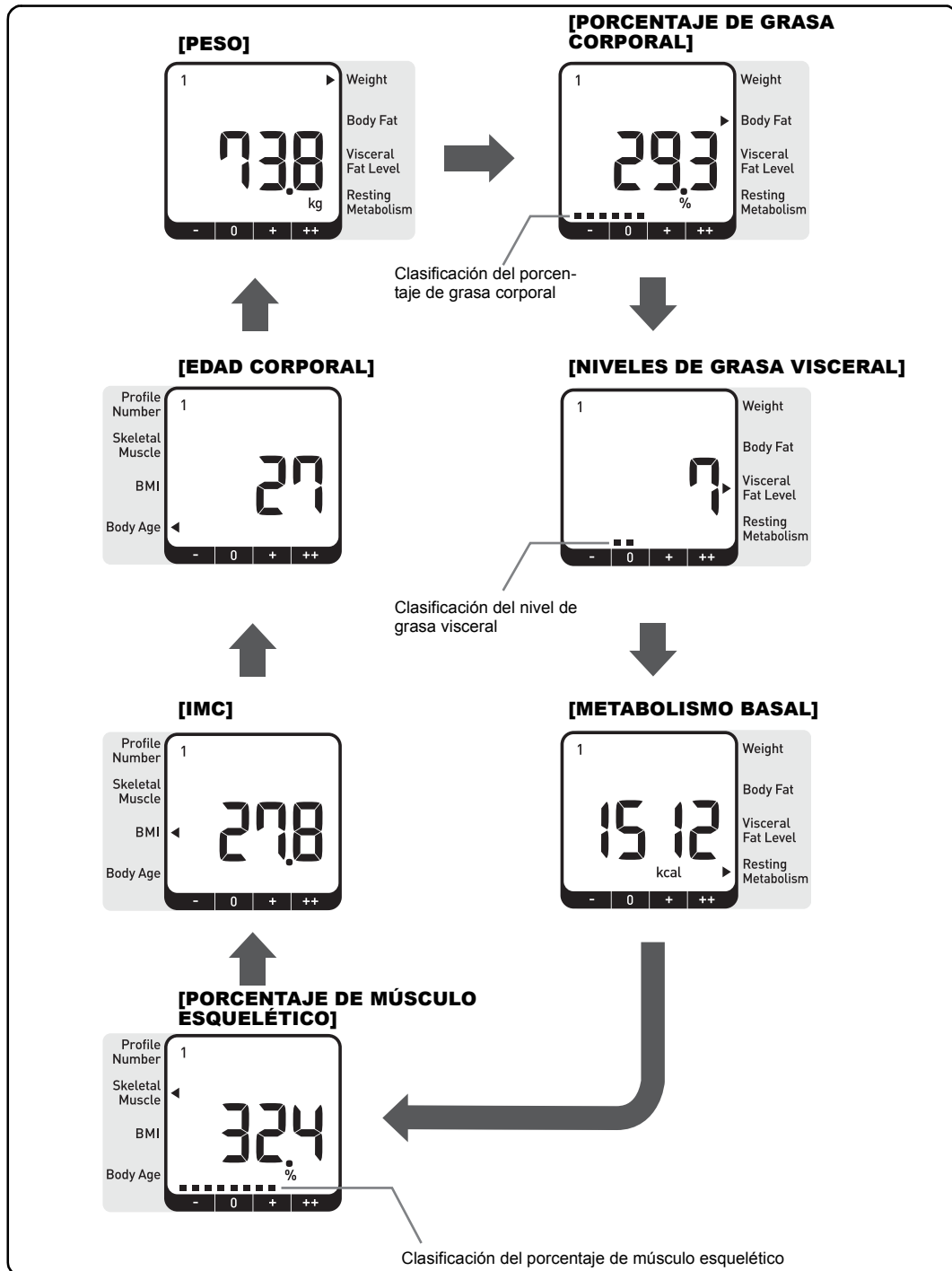
3. Compruebe los resultados de las mediciones.

Los resultados aparecerán alternándose de forma automática.

Para detener la aparición automática de los resultados o para visualizar otros valores de la medición, pulse el botón SET/MODE.

El contenido de la pantalla cambiará cada vez que se pulse el botón SET/MODE, tal y como se muestra más abajo.

Nota: Utilice el indicador de barra como guía para la medición.



Interpretación de los resultados del porcentaje de grasa corporal

Sexo	Edad	- (Bajo)	0 (Normal)	+ (Alto)	++ (Muy alto)
Mujer	20-39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≥ 39,0%
	40-59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≥ 40,0%
	60-80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≥ 42,0%
Hombre	20-39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≥ 25,0%
	40-59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≥ 28,0%
	60-80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≥ 30,0%

Según las recomendaciones del NIH y la OMS para el IMC
 Según Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, sept. 2000

Interpretación del resultado de los niveles de grasa visceral

Niveles de grasa visceral	Clasificación del nivel
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Alto)
15 - 30	++ (Muy alto)

Según cifras de Omron Healthcare

Interpretación de los resultados del IMC

IMC	IMC (designación de la OMS)
IMC < 18,5	Peso inferior al normal
18,5 ≤ IMC < 25	Normal
25 ≤ IMC < 30	Sobrepeso
30 ≤ IMC	Obesidad

Los índices mencionados hacen referencia a los valores para la evaluación de la obesidad propuestos por la OMS, la Organización Mundial de la Salud.

Interpretación del resultado de porcentaje de músculo esquelético (para adultos)

Sexo	Edad	- (Bajo)	0 (Normal)	+ (Alto)	++ (Muy alto)
Mujer	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≥ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≥ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≥ 35,0%
Hombre	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≥ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≥ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≥ 43,7%

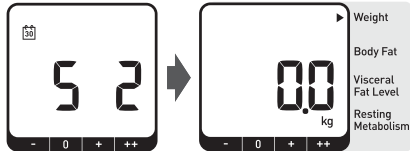
Según cifras de Omron Healthcare

4. Pulse el botón WEIGHT/OFF para apagar la unidad.

6. Medición del peso solamente

1. Pulse el botón WEIGHT/OFF para encender la unidad.

La fecha actual aparecerá en pantalla y, a continuación, la pantalla pasará a mostrar "0,0 kg".



Nota: Si se sube a la unidad antes de que "0,0 kg" aparezca en la pantalla, ésta mostrará un mensaje de error "Err".

2. Suba a la unidad cuando aparezca "0,0 kg" en la pantalla.

3. Compruebe el resultado de la medición.

Su peso aparecerá en la pantalla y parpadeará dos veces para indicar que la medición ha finalizado.

4. Cuando la medición haya finalizado, bájese de la unidad y apáguela.

7. Visualización de la última medición

Cada número de perfil personal podrá guardar 30 resultados de mediciones de forma automática, los últimos resultados (los anteriores) pueden ser visualizados en esta unidad.

Nota: Cuando se utiliza el modo Guest, no se guardan los resultados de las mediciones.

1. Pulse el botón Personal Profile Number para encender la unidad.

2. Realice una medición.

Si desea comparar los resultados con los últimos valores (los anteriores), mida su composición corporal.

3. Botón GUEST/▲MEMORY

Muestra en pantalla el último valor de peso.

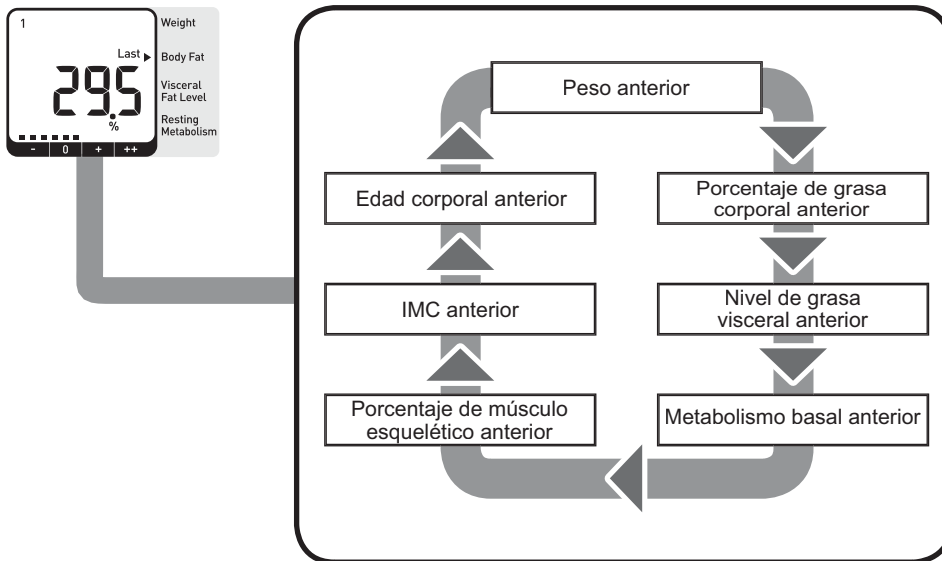


Si ya ha medido su composición corporal en el paso 2, al pulsar el botón GUEST/▲MEMO se alternan los resultados de la medición actual y los últimos resultados (los anteriores).

Notas:

- Si no hay resultados de la última medición, la pantalla mostrará “- - - -”.
- Si no ha medido su composición corporal en el paso 2, al pulsar el botón GUEST/▲MEMO no aparecerán en pantalla los resultados de la medición actual.

4. Pulse el botón SET/MODE para ver los otros resultados de las mediciones.



Nota: Consulte la sección 8 si desea transferir los datos.

5. Pulse el botón WEIGHT/OFF para apagar la unidad.

ES

8. Transferencia de datos

Puede transferir datos sobre las mediciones a un dispositivo *Bluetooth*® inalámbrico.

Para cada número de perfil personal, podrá transferir hasta 30 grupos de resultados de mediciones guardados. El contenido y el formato de los resultados de las mediciones puede variar dependiendo de la aplicación que se utilice para verlos.

Para más detalles, consulte el manual proporcionado con la aplicación que esté utilizando.

Registro de la unidad con el dispositivo de destino (sincronización)

¿Qué es la sincronización?

Se refiere al procedimiento mediante el cual se registra la unidad con el dispositivo con el fin de que éste pueda ser utilizado para transferir los datos.

La sincronización deberá llevarse a cabo la primera vez que se conecte un dispositivo a la unidad o en el caso de que ese mismo dispositivo sea utilizado para transferir datos de un número de perfil personal distinto.

Siga las instrucciones que aparecen a continuación para sincronizar la unidad con el dispositivo de destino.

Consulte "Transferencia de datos" para obtener información sobre la transferencia de datos a un dispositivo que ya ha sido sincronizado con la unidad.

1. Visualización de los resultados de las mediciones.



- Sincronización (registro) tras la realización de una medición:
Siga los pasos de la sección 5 para ver en pantalla los resultados de la medición.
- Sincronización (registro) sin que se haya realizado una medición:
Siga los pasos de la sección 7 para ver en pantalla los resultados de la última medición.
- Sincronización (registro) en el modo GUEST:
También podrá registrar un dispositivo tras realizar una medición mediante el modo GUEST.
Siga los pasos de la sección 5 para ver en pantalla los resultados de la medición.

2. Activación de la sincronización (registro) en el dispositivo.

Prepare la aplicación del dispositivo para la sincronización.

Para más detalles, consulte el manual proporcionado con la aplicación que esté utilizando.

3. Pulse el botón UPLOAD durante al menos 2 segundos.

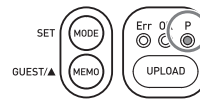
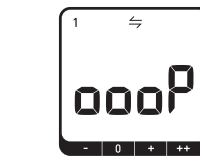


Utilice la aplicación para sincronizar la unidad con el dispositivo.

Para más detalles, consulte el manual proporcionado con la aplicación que esté utilizando.

Nota: Si pulsa el botón UPLOAD durante la sincronización, ésta se detendrá y volverá a la pantalla anterior.

Si la sincronización se realiza con éxito, el indicador "P" se iluminará y sonará la alarma (dos pitidos cortos).



Notas:

- Si la sincronización no finaliza en aproximadamente un minuto, finalizará sin que se haya sincronizado la unidad con el dispositivo.
- Si la sincronización no finaliza con éxito, el indicador "Err" se iluminará y la alarma sonará tres veces (3 pitidos). Compruebe la aplicación en el dispositivo conectado y repita el procedimiento a partir del 2º paso para intentarlo de nuevo.

Transferencia de datos

1. Visualización de los resultados de las mediciones.



- **Transferencia de datos tras una medición:** Siga los pasos de la sección 5 para ver en pantalla los resultados de la medición.
- **Transferencia de datos sin que se haya realizado una medición:** Siga los pasos de la sección 7 para ver en pantalla los resultados de la última medición.
- **Transferencia de datos en el modo GUEST:** También podrá registrar un dispositivo tras realizar una medición mediante el modo GUEST. Siga los pasos de la sección 5 para ver en pantalla los resultados de la medición.

Nota: Cuando utilice el modo GUEST, no podrá enviar resultados memorizados en la unidad; sólo podrá enviar los resultados de la medición actual.

2. Active la transferencia de datos.

En el dispositivo de destino, configure la aplicación en modo de transferencia. Para más detalles, consulte el manual proporcionado con la aplicación que está utilizando.

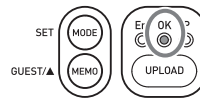
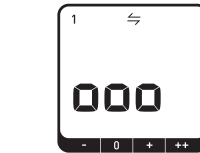
3. Pulse el botón UPLOAD.

La pantalla pasará a mostrar la transmisión de datos y la unidad comenzará la transferencia de los mismos.

Nota: Si pulsa el botón UPLOAD durante la transferencia de datos, ésta se detendrá y volverá a la pantalla anterior.



Si la transferencia de datos se realiza con éxito, el indicador "OK" se iluminará y sonará la alarma (dos pitidos cortos).



Nota: Si la transmisión de datos no se realiza con éxito, el indicador "Err" se iluminará y la alarma sonará tres veces (3 pitidos). Compruebe la aplicación en el dispositivo conectado y repita el procedimiento a partir del 2º paso para intentarlo de nuevo.

A los 10 segundos, la unidad volverá a mostrar la pantalla visualizada antes del inicio de la transferencia de datos.

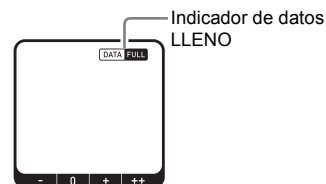
4. Pulse el botón WEIGHT/OFF para apagar la unidad.

Acerca del indicador de datos LLENO

Para cada número de perfil personal, podrá guardar 30 grupos de resultados de mediciones.

Si el número sobrepasa los 30, se eliminarán los resultados más antiguos.

Si el indicador de datos LLENO parpadea o permanece encendido, transfiera los datos a un dispositivo inmediatamente para evitar perder resultados de mediciones.



DATA FULL parpadea: se han guardado de 24 a 29 grupos de resultados de mediciones.

DATA FULL permanece encendido: se han guardado 30 grupos de resultados de mediciones.

Nota: El indicador de datos LLENO no se iluminará en el caso de que sólo hayan entre 0 y 23 resultados de mediciones guardados.

9. Acerca de la función de comunicación inalámbrica

CE0197

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd, declara que este monitor de composición corporal cumple con los requisitos mínimos y otras estipulaciones relevantes de la Directiva de la CE 1999/5/EC. Podrá acceder a esta declaración de conformidad visitando www.omron-healthcare.com.



Este producto opera en una banda ISM sin licencia a 2,4GHz. Si este producto fuese utilizado cerca de otros dispositivos inalámbricos como hornos microondas y redes locales inalámbricas, que también operan en bandas con la misma frecuencia, existe la posibilidad de que haya interferencias entre este producto y los otros dispositivos. En el caso de que ocurriese dicha interferencia, detenga la operación de los otros dispositivos o cambie de ubicación antes de volver a usar el producto, o no utilice el producto cerca de otros dispositivos inalámbricos.



El nombre y el logotipo de *Bluetooth*[®] son marcas registradas de Bluetooth SIG, Inc. y cualquier uso de dichas marcas hecho por OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd. se ha llevado a cabo con su licencia correspondiente. Otras marcas registradas también pertenecen a sus respectivos propietarios.



Busque el logo de la Certificación Continua. Sepa con toda seguridad que un dispositivo comunicará e intercambiará información de forma fiable con productos con certificaciones similares para ayudarle a controlar mejor su salud y su bienestar.

10. Cómo cuidar y guardar la unidad

Este monitor de composición corporal *Bluetooth*[®] no requiere mantenimiento.

Cómo limpiar la unidad

- Mantenga la unidad siempre limpia antes de usarla.
- Limpie la unidad con un paño seco suave.
 - Si es necesario, utilice un paño humedecido con agua o detergente y escúrralo bien antes de frotar la unidad, a continuación séquela un paño seco.
- Puede usar alcohol para limpiar los electrodos, pero no para las otras partes de la unidad.
- No utilice benceno ni disolvente para limpiar la unidad.

Cuidado y conservación

- No guarde la unidad en las siguientes circunstancias:
 - Ambiente húmedo, donde la humedad o el agua puedan entrar en la unidad
 - Altas temperaturas, luz solar directa o lugares polvorientos
 - Lugares con riesgo de que se produzcan vibraciones o sacudidas repentinas
 - En lugares donde se guarden sustancias químicas o donde haya gas corrosivo.
- No lleve a cabo ninguna reparación por su cuenta. Si detecta algún fallo, consulte al distribuidor de OMRON o al servicio de atención al cliente, tal y como se indica en el embalaje.

11. Indicadores de error

Indicador de error	Causa	Medida correctora
Err 1	Las plantas de los pies no están en contacto firme con los electrodos.	Presione las plantas de los pies firmemente sobre los electrodos, para iniciar la medición. (Consulte la sección 5).
Err 2	La postura para la medición no es la correcta o las plantas de los pies no hacen contacto firme con los electrodos.	Realice la medición sin mover las plantas de los pies. (Consulte la sección 5).
Err 3	Las plantas de los pies están demasiado secas.	Humedezca las plantas de los pies con una toalla mojada, y vuelva a realizar la medición.
Err 5	Error en el dispositivo.	Introduzca las pilas de nuevo y repita la medición. Si este error persiste, consulte al representante del servicio técnico de OMRON.
Err	Se subió a la unidad antes de que apareciera "0,0 kg" en la pantalla.	Súbase a la unidad una vez que "0,0 kg" aparezca en la pantalla.
	Movió su cuerpo durante la medición del peso corporal.	No se mueva durante la medición del peso corporal.
	Su peso es superior a 150 kg (330,0 lb).	El peso corporal superior a 150 kg (330,0 lb) se encuentra fuera del rango de medición de esta unidad. No puede utilizar esta unidad.

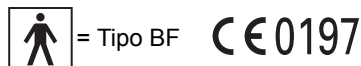
12. Solución de problemas

Problema	Causa	Medida correctora
El valor de la composición corporal que se muestra es anormalmente alto o bajo.	Consulte "Información sobre composición corporal".	
"- - -" aparece en pantalla junto a ciertos valores de los resultados de la medición.	Los valores de la composición corporal se encuentran fuera del rango de medición.	<ul style="list-style-type: none"> Asegúrese de que la configuración de fecha de nacimiento, sexo y estatura que se ha guardado como información personal sea correcta. (Consulte las opciones de configuración en la sección 13). La unidad no puede medir la composición corporal fuera del rango de medición aun cuando los ajustes sean correctos.
La unidad se apaga después de confirmar el peso corporal y antes de medir el porcentaje de grasa corporal, el nivel de grasa visceral, el porcentaje de músculo esquelético, el IMC y el metabolismo basal.	No seleccionó el número de perfil personal correcto o el modo GUEST. (En la unidad de pantalla no se muestra ni el número de perfil personal ni "GUEST".)	Seleccione el número de perfil personal correcto o el modo GUEST. (Consulte la sección 5).
No aparece nada cuando se enciende la unidad.	No se han introducido las pilas.	Introduzca las pilas.
	Las polaridades de las pilas no están alineadas correctamente.	Inserte las pilas en la alineación correcta.
	Las pilas están gastadas.	Sustituya las cuatro pilas por otras nuevas. (Consulte la sección 2).
No se pueden enviar datos. (El indicador "Err" se ilumina).	El dispositivo de destino para los datos está muy lejos.	Tras comprobar que no hay fuentes de interferencias cerca, coloque el dispositivo a un máximo de 5 m de la unidad.
	La sincronización (registro) no se ha completado.	Vuelva a sincronizar (registrar). (Consulte la sección 8).
	La aplicación del dispositivo conectado no está disponible.	Compruebe la aplicación y trate de volver a enviar los datos. Si el indicador "Err" sigue iluminado tras comprobar la aplicación, póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante de la aplicación.

13. Datos técnicos

Producto	Monitor de composición corporal con <i>Bluetooth</i> [®]	
Modelo	BF206-BT (HBF-206IT-E)	
Pantalla	Peso corporal:	de 0 a 150 kg con incrementos de 0,1 kg (de 0,0 a 330,0 lb con incrementos de 0,2 lb)
	Porcentaje de grasa corporal:	de 5,0 a 60,0% con incrementos de 0,1%
	Porcentaje de músculo esquelético:	de 5,0 a 50,0% con incrementos de 0,1%
	IMC:	de 7,0 a 90,0 con incrementos de 0,1
	Metabolismo basal:	de 385 a 3.999 Kcal con incrementos de 1 Kcal
	Edad corporal:	de 18 a 80 años con incrementos de 1 año
	Nivel de grasa visceral:	30 niveles con incrementos de 1 nivel
	Clasificación de los porcentajes de grasa corporal y de músculo esquelético:	– (Bajo)/0 (Normal)/+ (Alto)/++ (Muy alto) 4 niveles con 3 subniveles cada uno
	Clasificación del nivel de grasa visceral:	0 (Normal)/+ (Alto)/++ (Muy alto) 3 niveles con 3 subniveles cada uno
Memoria	Memoria de visualización:	Últimos (anteriores) resultados de medición
	Memoria de almacenamiento de datos:	30 grupos de resultados
Protocolo de transmisión	Tecnología inalámbrica <i>Bluetooth</i> [®] Versión 2.1 + EDR Clase 2	
Opciones de configuración	Información de datos personales:	La información siguiente podrá guardarse para un máximo de 4 personas.
	Estatura:	de 100,0 a 199,5 cm (de 3'4" a 6' 6 3/4")
	Fecha de nacimiento:	del 1 de enero de 1900 al 31 de diciembre de 2030
	Sexo:	Hombre/Mujer
	* Unidades de medición: kg (cm)/lb (pies·pulgadas)	
	* El margen de edad para el porcentaje de grasa corporal es de 10 a 80 años.	
	* El margen de edad para el porcentaje de músculo esquelético, la clasificación del porcentaje de músculo esquelético, la tasa del metabolismo basal, la clasificación del nivel de grasa visceral y la edad corporal es de 18 a 80 años.	
	* El margen de edad para la clasificación del porcentaje de grasa corporal es de 20 a 80 años.	
Precisión del peso	de 0,0 kg a 40,0 kg: ± 0,4 kg (de 0,0 lb a 88,2 lb: ± 0,88 lb)	
	de 40,0 kg a 150,0 kg: ± 1% (de 88,2 lb a 330,0 lb: ± 1%)	
Precisión (S.E.E.)	Porcentaje de grasa corporal:	3,5%
	Porcentaje de músculo esquelético:	3,5%
	Nivel de grasa visceral:	3 niveles
Suministro eléctrico	4 pilas alcalinas AA (LR6)	
Vida útil de las pilas	Seis meses aproximadamente (cuando las pilas alcalinas AA se utilizan en cuatro mediciones y transferencias de datos al día a una temperatura ambiente de 23 °C.)	
Temperatura y humedad de funcionamiento	de +10 °C a +40 °C, de 30% a 85% de humedad relativa	
Temperatura / Humedad / Presión atmosférica de conservación	de -20 °C a +60 °C, de 10% a 95% de humedad relativa, 700 hPa - 1060 hPa	
Peso	1,8 kg (3,97 lb) aproximadamente (incluidas las pilas)	
Dimensiones externas	Aprox. 300 (Ancho) × 38 (Alto) × 290 mm (Fondo) (Aprox. 11 3/4" (Ancho) × 1 1/2" (Alto) × 11 3/8" (Fondo))	
Contenido de la caja	Monitor de composición corporal con <i>Bluetooth</i> [®] , 4 pilas alcalinas AA (LR6), manual de instrucciones, tarjeta de garantía	

Nota: Sujeto a modificaciones técnicas sin previo aviso.



Este dispositivo cumple con las estipulaciones de la Directiva de la CE 93/42/CEE (Directiva sobre Productos Sanitarios).



**Eliminación correcta de este producto
(material eléctrico y electrónico de desecho)**

La presencia de esta marca en el producto o en el material informativo que lo acompaña, indica que al finalizar su vida útil no deberá eliminarse junto con otros residuos domésticos. Para evitar los posibles daños al medio ambiente o a la salud humana que representa la eliminación incontrolada de residuos, separe este producto de otros tipos de residuos y recíclelo correctamente para promover la reutilización sostenible de recursos materiales.

Los usuarios particulares pueden contactar con el establecimiento donde adquirieron el producto, o con las autoridades locales pertinentes, para informarse sobre cómo y dónde pueden llevarlo para que sea sometido a un reciclaje ecológico y seguro.

Los usuarios profesionales pueden contactar con su proveedor y consultar la normativa vigente para la eliminación de RAEE (residuos de aparatos eléctricos y electrónicos). Este producto no debe eliminarse mezclado con otros residuos comerciales.

Este producto no contiene ninguna sustancia peligrosa.

La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.

Información importante sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC)

Debido al creciente número de dispositivos electrónicos existentes, como ordenadores y teléfonos móviles, es posible que los dispositivos médicos sean susceptibles a las interferencias electromagnéticas recibidas de otros dispositivos. Las interferencias electromagnéticas podrían provocar un funcionamiento incorrecto del dispositivo médico y crear una situación potencialmente insegura.

Los dispositivos médicos tampoco deberían interferir con otros dispositivos.

Con el objeto de regular los requisitos para EMC (Compatibilidad electromagnética) y evitar situaciones poco seguras del producto, se ha implementado el estándar EN60601-1-2:2007. Este estándar define los niveles de inmunidad a interferencias electromagnéticas, así como los niveles máximos de emisiones electromagnéticas para dispositivos médicos.

Este dispositivo médico fabricado por OMRON Healthcare cumple con este estándar EN60601-1-2:2007 tanto para inmunidad como para emisiones.

Sin embargo, es necesario tomar ciertas precauciones especiales:

No utilice teléfonos móviles, ni otros dispositivos que generen campos eléctricos o magnéticos potentes, cerca del dispositivo médico. Podrían provocar un funcionamiento incorrecto de la unidad y crear una situación potencialmente insegura. Se recomienda conservar una distancia mínima de 7 m. Compruebe que el funcionamiento de la unidad sea correcto en caso de que la distancia sea menor.

OMRON Healthcare Europe dispone de más documentación sobre la compatibilidad con EN60601-1-2:2007 en la dirección mencionada en este manual de instrucciones.

La documentación se encuentra también disponible en www.omron-healthcare.com.

ES

<p>Fabricante</p> 	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084, Japón</p>		
<p>Representante en la UE</p> <table border="1" data-bbox="272 1597 456 1675"> <tr> <td>EC</td> <td>REP</td> </tr> </table>	EC	REP	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, Países Bajos www.omron-healthcare.com</p>
EC	REP		
<p>Empresa filial</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, Reino Unido</p> <p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Alemania www.omron-medizintechnik.de</p> <p>OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Francia</p>		

Fabricado en China

BF206-BT

Bluetooth®-lichaamscompositiemeter

Beoogd gebruik

Medische doeleinden

Geachte klant,

Hartelijk dank voor de aanschaf van deze hoogwaardige lichaamscompositiemeter van OMRON. De BF206-BT is bedoeld voor het meten en weergeven van de volgende lichaamssamenstellingen:

- Lichaamsgewicht
- Lichaamsvet (in %)
- Skeletspiermassa (in %)
- Visceraal vet (tot 30 niveaus)
- Body Mass Index (BMI)
- Lichaamsleeftijd

Daarnaast bepaalt de berekening van de ruststofwisseling (in kcal) de dagelijkse caloriebehoefte en kan deze dienen als referentie voor een afslankprogramma.

De unieke viersensorentechnologie van OMRON biedt een van de nauwkeurigste methoden van lichaamsmetingen.

Beoogde gebruikers

De BF206-BT is bedoeld voor het meten van personen die aan de volgende voorwaarden voldoen:

- Lengte: 100,0 tot 199,5 cm
- Gewicht: 150 kg of minder
- Leeftijd: alle gebruikers*

* Het leeftijdsbereik verschilt afhankelijk van de parameter voor de meting.

Raadpleeg "Onderdelen instellen" in het hoofdstuk Technische gegevens.

Voorzorgsmaatregelen voor gebruik

 Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig vóór gebruik en voor verdere informatie over de afzonderlijke functies.

Inhoud

Voordat u het apparaat gebruikt

Veiligheid 102

Informatie over lichaamssamenstelling 103

Bediening

1. Ken uw apparaat 105

2. De batterijen plaatsen en vervangen 105

3. Datum en tijd instellen 106

4. Persoonlijke gegevens instellen en opslaan 107

5. Een meting uitvoeren 109

6. Alleen wegen 112

7. De laatste meetresultaten bekijken 113

8. Gegevens overbrengen 114

9. Functie voor draadloze verbindingen 116

Verzorging en onderhoud

10. Het apparaat verzorgen en opbergen 116

11. Foutweergaven 117




12. Problemen oplossen 117

13. Technische gegevens 118

NL

Veiligheid

Gebruikte symbolen en definities:

 Gevaar:	Verkeerd gebruik kan ernstig letsel of de dood tot gevolg hebben.
 Waarschuwing:	Verkeerd gebruik kan mogelijk ernstig letsel of de dood tot gevolg hebben.
 Opgelet:	Verkeerd gebruik kan letsel of schade aan eigendommen tot gevolg hebben.

Gevaar:

• Gebruik dit apparaat nooit in combinatie met elektronische medische apparaten, zoals:

- (1) Elektronische medische implantaten, zoals pacemakers.
- (2) Elektronische levensondersteunende systemen, zoals een kunsthart/-long.
- (3) Draagbare elektronische medische apparaten, zoals elektrocardiografen.



Dit apparaat kan storingen in deze apparaten veroorzaken, wat een groot gezondheidsrisico inhoudt voor de gebruikers ervan.

Waarschuwing:

- Raadpleeg altijd eerst een arts of zorgaanbieder voordat u begint aan een afslank- of trainingsprogramma. Zelfdiagnose kan uw gezondheid beschadigen.
- Gebruik het apparaat niet op gladde oppervlakken, zoals een natte vloer.
- Houd het apparaat buiten het bereik van kleine kinderen.
- Spring niet op het apparaat.
- Gebruik dit apparaat niet als uw lichaam en/of voeten nat zijn, bijvoorbeeld nadat u zich hebt gewassen.
- Ga met blote voeten op het apparaat staan. Als u met sokken aan op het apparaat gaat staan, kunt u uitglijden en uzelf bezeren.
- Stap niet op de rand of het display van het apparaat.
- Gehandicapten of lichamelijk zwakke mensen moeten altijd door iemand worden geholpen als ze dit apparaat gebruiken. Gebruik een handvat of iets dergelijks als u op het apparaat stapt.
- Als er batterijvloeistof in uw ogen terechtkomt, spoel uw ogen dan onmiddellijk met een ruime hoeveelheid schoon water. Raadpleeg onmiddellijk een arts.

Opgelet:

- Dit apparaat is alleen bedoeld voor huishoudelijk gebruik. Het is niet bedoeld voor professioneel gebruik in ziekenhuizen of andere medische omgevingen. Dit apparaat ondersteunt niet de standaarden die zijn vereist voor professioneel gebruik.
- Het apparaat mag niet worden gedemonteerd of gerepareerd en er mogen geen aanpassingen worden aangebracht.
- Gebruik geen mobiele telefoons in de buurt van het apparaat, behalve draadloze verbindingen.
- Gebruik geen batterijen die niet voor dit apparaat geschikt zijn. Plaats de batterijen niet met de polen in de verkeerde richting.
- Vervang lege batterijen onmiddellijk door nieuwe.
- Gooi batterijen nooit in open vuur.

- Als er batterijvloeistof op uw huid of kleding terecht komt, spoel dan onmiddellijk met een ruime hoeveelheid schoon water.
- Verwijder de batterij uit het apparaat wanneer u het gedurende langere tijd niet zult gebruiken (ongeveer 3 maanden of langer).
- Gebruik nooit verschillende soorten batterijen tegelijk.
- Gebruik nooit oude en nieuwe batterijen tegelijk.
- Was altijd uw voeten voordat u het apparaat gaat gebruiken als u last hebt van voetschimmel of andere huidaandoeningen. Als u dit niet doet, kunt u anderen besmetten. Wanneer het apparaat door meerdere personen wordt gebruikt, reinigt u het apparaat na gebruik met een doek die is bevochtigd met een mild reinigingsmiddel. Veeg het apparaat vervolgens droog.

Algemeen advies:

- Plaats het apparaat niet op een dempend vloeroppervlak, zoals een tapijt of een mat. Er is dan wellicht geen goede meting mogelijk.
- Plaats het apparaat niet in zeer vochtige omgevingen en bescherm het tegen spatwater.
- Plaats het apparaat niet nabij warmtebronnen of onder airconditioners en vermijd direct zonlicht.
- Stap niet op het display of de knoppen van het apparaat.
- Gebruik dit apparaat niet voor andere doeleinden dan in deze handleiding beschreven.
- Omdat dit apparaat een precisie-instrument is, moet u het niet laten vallen of blootstellen aan trillingen of schokken.
- Afvoer en verwerking van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving hiervoor.
- Was het apparaat niet met water.
- Neem het apparaat niet af met benzeen, benzine, verfverdunner, alcohol of andere vluchtige stoffen.
- Plaats het apparaat niet waar het blootgesteld wordt aan chemicaliën of bijtende dampen.

Lees de "Belangrijke informatie met betrekking tot de elektromagnetische compatibiliteit (EMC)" in het hoofdstuk Technische gegevens en volg de daar gegeven aanwijzingen op.

Informatie over lichaamssamenstelling

Principes van het berekenen van de lichaamssamenstelling

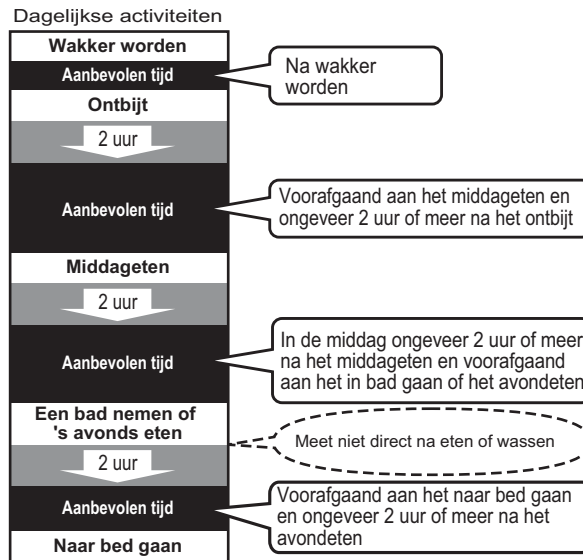
Lichaamsvet geleidt slecht

Het lichaamsvetpercentage wordt door de BF206-BT bepaald aan de hand van de bio-elektrische impedantie (BI-methode). Spieren, bloedvaten en bot zijn lichaamsweefsels die veel water bevatten en gemakkelijk elektriciteit geleiden. Lichaamsvet is een weefsel dat minder geleidend is. De BF206-BT stuurt een zeer zwakke elektrische stroom van 50 kHz en minder dan 500 µA door uw lichaam voor het meten van de hoeveelheid vetweefsel. Deze zwakke elektrische stroom voelt u niet.

Voor het bepalen van de lichaamssamenstelling wordt door het apparaat gebruikgemaakt van de elektrische impedantie en uw gewicht, lengte, leeftijd en geslacht om resultaten te genereren op basis van de gegevens van OMRON over de lichaamssamenstelling.

Aanbevolen meettijden

Begrip van de normale veranderingen in uw lichaamsvetpercentage kan u helpen bij het voorkomen of verminderen van obesitas (zwaarlijvigheid). Als u zich bewust wordt van de momenten waarop het lichaamsvetpercentage tijdens uw dagelijkse ritme verandert, kan dit u helpen een goed inzicht te krijgen in de ontwikkeling van uw lichaamsvet. We raden u aan dit apparaat telkens in dezelfde omgeving en dagelijkse omstandigheden te gebruiken (zie tabel).



Voer geen metingen uit onder de volgende omstandigheden:

- Direct na een zware inspanning, na een bad of na een saunabezoek.
- Nadat u alcohol of een grote hoeveelheid water hebt gedronken of na een maaltijd (ongeveer 2 uur).

Als u onder de volgende omstandigheden een meting uitvoert, kan de berekende lichaamssamenstelling duidelijk afwijken van de werkelijke waarden, doordat de waterhoeveelheid in het lichaam verandert.

Wat is BMI (Body Mass Index)?

De BMI wordt berekend met de onderstaande, eenvoudige formule voor de verhouding tussen het gewicht en de lengte van een persoon.

$$\text{BMI} = \text{gewicht (kg)} / \text{lengte (m)} / \text{lengte (m)}$$

In de OMRON BF206-BT wordt voor het berekenen van de BMI-categorie gebruikgemaakt van de lengte die onder het persoonlijke profielnummer is opgeslagen, of van de in de gastmodus ingevoerde gegevens.

Als het vetgehalte dat door de BMI wordt aangegeven hoger is dan de internationale standaard, is er een verhoogde kans op een aantal veelvoorkomende ziekten. Niet alle soorten vet worden echter door de BMI aangegeven.

Informatie over lichaamssamenstelling

Wat is het lichaamsvetpercentage?

Het lichaamsvetpercentage is de hoeveelheid lichaamsvet als percentage van het totale lichaamsgewicht.

$$\text{Lichaamsvetpercentage (\%)} = \frac{\text{hoeveelheid lichaamsvet (kg)}}{\text{lichaamsgewicht (kg)}} \times 100$$

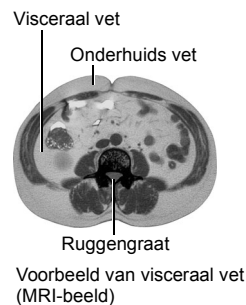
In dit apparaat wordt de BI-methode gebruikt voor het schatten van het lichaamsvetpercentage.

Afhankelijk van de verdeling van het vet over het lichaam, wordt dit vet als visceraal of als onderhuids vet aangeduid.

Wat is het visceraal vetniveau?

Visceraal vet = vet rond de interne organen

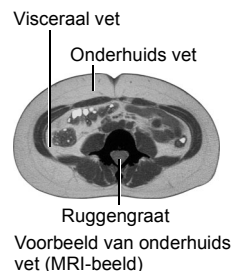
Van een teveel aan visceraal vet wordt gedacht dat dit sterk gerelateerd is aan verhoogde vetniveaus in het bloed. Dit kan leiden tot veelvoorkomende ziekten zoals hyperlipidemie en suikerziekte. Deze aandoeningen verstoren de overdracht van energie uit het bloed naar de cellen. Voor het voorkomen of verlichten van veelvoorkomende ziekten is het belangrijk de hoeveelheid visceraal vet te verminderen tot een acceptabel niveau. Mensen met veel visceraal vet hebben vaak een grote maag. Dit is echter niet altijd het geval, en hoge niveaus van visceraal vet kunnen leiden tot metabolische obesitas. Metabolische obesitas (viscerale obesitas met normaal gewicht) geeft vetniveaus die hoger zijn dan gemiddeld, zelfs als het gewicht op of onder het ideale gewicht voor de lengte ligt.



Wat is onderhuids vet?

Onderhuids vet = vet dat onder de huid ligt

Onderhuids vet verzamelt zich niet alleen rond de maag, maar ook rond de bovenarmen, heupen en dijen, en kan de verhoudingen van het lichaam verstoren. Hoewel het niet direct gekoppeld is aan verhoogde kans op ziekten, wordt het onder andere beschouwd als extra druk op het hart. Onderhuids vet wordt niet apart op dit apparaat weergegeven, maar is onderdeel van het lichaamsvetpercentage.



Wat is skeletspiermassa?

Spiere worden in twee typen onderverdeeld: spieren van interne organen, zoals het hart, en skeletspieren die aan botten zijn gehecht en worden gebruikt om het lichaam te bewegen. De skeletspiermassa kan worden vergroot door oefening en andere activiteiten.

Het vergroten van de skeletspiermassa ten opzichte van de lichaamsmassa betekent dat er gemakkelijker energie kan worden verbrand. Dit betekent dat het minder waarschijnlijk is dat er vet wordt aangemaakt en dat het gemakkelijker wordt een actieve levensstijl aan te houden.

Wat is ruststofwisseling?

Onafhankelijk van hoe actief u bent, is een minimale hoeveelheid calorieën nodig voor de dagelijkse functies van het lichaam. Deze zogenoemde ruststofwisseling geeft aan hoeveel calorieën u tot zich moet nemen om voldoende energie te leveren voor het functioneren van uw lichaam.

Wat is lichaamsleeftijd?

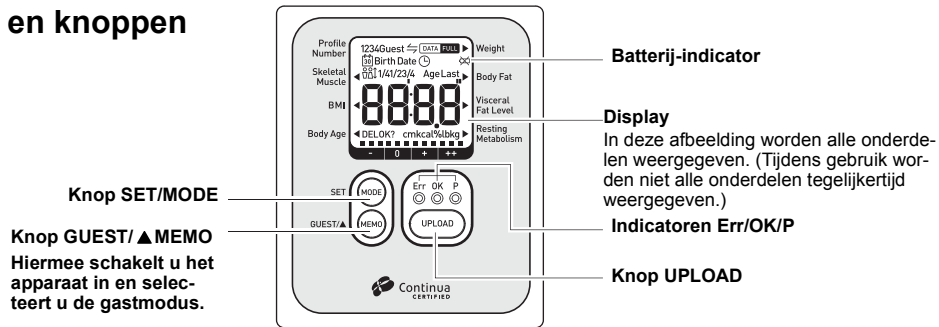
Lichaamsleeftijd is gebaseerd op uw ruststofwisseling. De lichaamsleeftijd wordt berekend aan de hand van uw gewicht, lichaamsvetpercentage en percentage skeletspiermassa en biedt een richtlijn waarmee u kunt beoordelen of uw lichaamsleeftijd boven of onder het gemiddelde voor uw werkelijke leeftijd ligt. Het kennen van uw lichaamsleeftijd is nuttig om uw conditie te verbeteren.

Waarom berekende resultaten kunnen verschillen van het werkelijke lichaamsvetpercentage

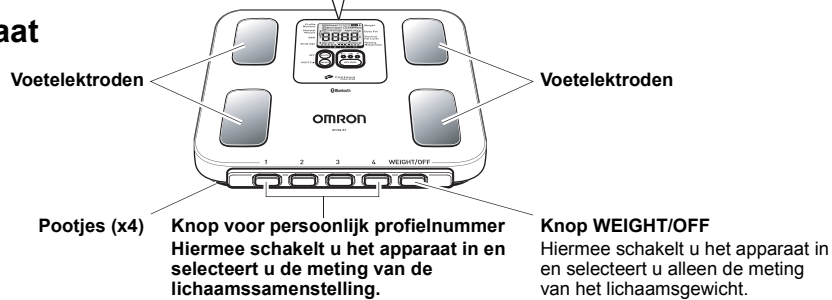
Bij de volgende personen kan het lichaamsvetpercentage dat door dit apparaat wordt gemeten aanmerkelijk verschillen van het werkelijke lichaamsvetpercentage:
Ouderen (ouder dan 81 jaar) / mensen met koorts / bodybuilders of zeer goed getrainde atleten / patiënten die nierdialyse ondergaan / patiënten met osteoporose die een zeer lage botdichtheid hebben / zwangere vrouwen / mensen met een gezwel
Dit verschil wordt veroorzaakt door veranderende lichaamsvloeistofwaarden en/of lichaamssamenstelling.

1. Ken uw apparaat

Display en knoppen



Hoofdapparaat



Geluidssignaal

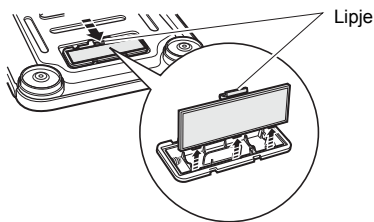
In de volgende situaties hoort u een geluidssignaal:

- Wanneer het apparaat wordt ingeschakeld: piep.
- Wanneer "0.0 kg" wordt weergegeven en het apparaat klaar is om een meting uit te voeren: piep, piep.
- Wanneer een meting is voltooid: piep, tuut.
- Wanneer de foutmelding "Err" wordt weergegeven: piep, piep, piep, piep, piep. (Een snelle serie korte pieptonen.)
- Wanneer het verzenden van gegevens is geslaagd: piep, piep.
- Wanneer het verzenden van gegevens is mislukt: tuut, tuut, tuut. (Een serie van drie lange pieptonen.)

2. De batterijen plaatsen en vervangen

1. Open het batterijdeksel aan de achterkant van het apparaat.

- 1) Duw op het lipje op het batterijdeksel in de richting van de pijl om het deksel los te maken (zie afbeelding).
- 2) Trek het lipje van het deksel omhoog.




2. Plaats de batterijen in de juiste richting, zoals aangegeven in het batterijvak.



3. Sluit het batterijdeksel.

Levensduur batterijen en vervanging

Als de batterij-indicator () wordt weergegeven, vervangt u alle vier de batterijen door nieuwe batterijen.

In het geheugen opgeslagen gegevens blijven bewaard als de batterijen worden verwijderd.

- Vervang de batterijen nadat u het apparaat hebt uitgeschakeld.
- Afvoer en verwerking van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving hiervoor.
- De vier AA-alkalinebatterijen gaan ongeveer zes maanden mee (als vier maal per dag metingen en gegevensoverdrachten plaatsvinden).
- Omdat de meegeleverde batterijen alleen voor testdoeleinden zijn, kunnen deze een kortere levensduur hebben.

3. Datum en tijd instellen

Als u het apparaat voor het eerst inschakelt, moet u de datum en tijd instellen.

- 1) Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat in te schakelen.

Als u het apparaat voor het eerst inschakelt, knipperen de cijfers die het jaar aangeven.

2. [Jaar instellen]

- 1) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om het jaar aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.
 - Instelbereik: 2010 tot 2030
 - Houd de knop ingedrukt om snel vooruit te gaan in stappen van 10.



3. [Maand en dag instellen]

- 1) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om de maand aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.



- 2) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om de dag aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.
 - Houd de knop ingedrukt om snel vooruit te gaan in stappen van 10.



4. [Uren en minuten instellen]

- 1) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om de uren aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.
 - Dit is de 24-uurs klok.



- 2) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om de minuten aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.
 - Houd de knop ingedrukt om snel vooruit te gaan in stappen van 10.

De huidige instellingen voor jaar, maand en dag, uren en minuten worden in deze volgorde weergegeven op het display. Het apparaat wordt automatisch uitgeschakeld.

Hiermee is het instellen voltooid.

Opmerkingen:

- Als u tijdens het instellen iets wilt corrigeren: Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat uit en weer in te schakelen. De cijfers van het jaar knipperen. Ga verder vanaf stap 2 van de procedure.
- Als het apparaat wordt uitgeschakeld tijdens het instellen: Het apparaat wordt automatisch uitgeschakeld als tijdens het instellen van datum en tijd gedurende 3 minuten geen informatie wordt ingevoerd. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat uit en weer in te schakelen.
- Als u de ingestelde datum en tijd wilt corrigeren: Druk op de knop WEIGHT/OFF en druk gedurende 2 seconden of langer op de knop SET/MODE nadat "0.0 kg" wordt weergegeven op het display. De cijfers van het jaar knipperen. Ga verder vanaf stap 2 van de procedure.

Stroomschakelaar

Het apparaat wordt automatisch uitgeschakeld in de volgende situaties:

1. Als het apparaat niet wordt gebruikt binnen één minuut nadat "0.0 kg" wordt weergegeven op het display.
2. Als tijdens het instellen van datum en tijd gedurende 3 minuten geen informatie wordt ingevoerd.
3. Als tijdens het invoeren van persoonlijke gegevens gedurende 3 minuten geen informatie wordt ingevoerd.
4. Als het apparaat niet wordt gebruikt gedurende 3 minuten nadat de meetresultaten of laatste (vorige) meetresultaten worden weergegeven.
5. 30 seconden nadat het resultaat is weergegeven wanneer alleen het gewicht wordt gemeten.
6. 10 seconden nadat "Err" wordt weergegeven op het display.

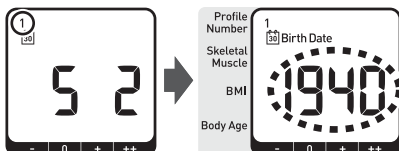
Opmerking: Als het apparaat wordt uitgeschakeld, wordt "OFF" weergegeven op het display.

4. Persoonlijke gegevens instellen en opslaan

Voor een juiste meting van de lichaamssamenstelling is het nodig uw persoonlijke gegevens (geboortedatum, geslacht en lengte) in te stellen. Er kunnen vier persoonlijke profielen worden opgeslagen in het apparaat.

1. Selecteer uw persoonlijke profielnummer door op de betreffende knop te drukken.

De huidige datum wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt het geboortjaar (1940) weergegeven.



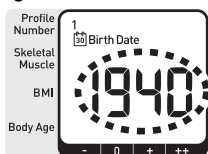
Opmerking: Wanneer niet de huidige datum, maar de geboortedatum wordt weergegeven, zijn de instellingen voor het betreffende persoonlijke profielnummer al ingevoerd. Gebruik een ander nummer of verwijder uw persoonlijke profielgegevens. Raadpleeg hoofdstuk 4, Persoonlijke gegevens verwijderen voor het verwijderen van persoonlijke gegevens.

2. [De geboortedatum instellen]

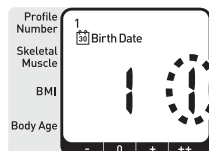
Instelbereik: 1900 tot 2030

Houd de knop ingedrukt om snel vooruit te gaan in stappen van 10.

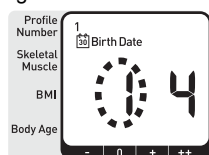
- 1) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om het geboortjaar aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.



- 2) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om de geboortemaand aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.

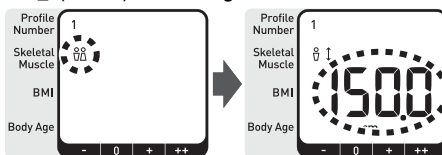


- 3) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om de geboortedag aan te passen en druk op de knop SET/MODE om de instelling te bevestigen.



3. [Geslacht en lengte instellen]

Stel op dezelfde manier het geslacht (man) of (vrouw) en de lengte in.



Nadat alle instellingen ter bevestiging zijn weergegeven, wordt "0.0 kg" weergegeven op het display.

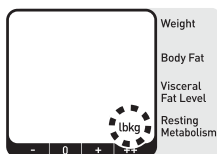
Hiermee is het instellen voltooid.

U kunt nu metingen uitvoeren van uw lichaamssamenstelling.

Meeteenheden selecteren

U kunt de meeteenheden voor lengte en gewicht wijzigen.

1. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat in te schakelen.
De huidige datum wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt "0.0 kg" weergegeven.
2. Houd de knop GUEST/▲MEMO gedurende 2 seconden ingedrukt totdat "lb" en "kg" knipperen op het display.



3. Druk op de knop GUEST/▲MEMO om "kg" of "lb" te selecteren.
Hiermee wordt automatisch ook "cm" of "inch" ingesteld.
4. Druk op de knop SET/MODE om de instellingen te bevestigen.

Alle lengtes en gewichten worden met de nieuwe meeteenheden weergegeven. Dit blijft zo totdat u dit weer wijzigt.

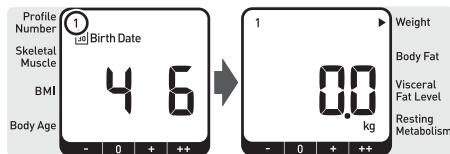
4. Persoonlijke gegevens instellen en opslaan

Persoonlijke gegevens wijzigen

1. Selecteer uw persoonlijke profielnummer door op de betreffende knop te drukken.

De geboortedatum wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt "0.0 kg" weergegeven.

Wacht totdat "0.0 kg" wordt weergegeven op het display.



2. Wijzig de persoonlijke gegevens.

- 1) Druk op de knop SET/MODE terwijl "0.0 kg" wordt weergegeven.

Het geboortjaar knippert op het display.



- 2) Raadpleeg stap 2 en 3 in hoofdstuk 4, Persoonlijke gegevens instellen en opslaan voor het wijzigen van persoonlijke gegevens.

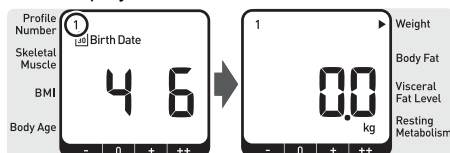
3. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat uit te schakelen of voer een meting uit. (Raadpleeg hoofdstuk 5 "Een meting uitvoeren".)

Persoonlijke gegevens verwijderen

1. Selecteer het persoonlijke profielnummer dat u wilt verwijderen door op de betreffende knop te drukken.

De geboortedatum wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt "0.0 kg" weergegeven.

Wacht totdat "0.0 kg" wordt weergegeven op het display.



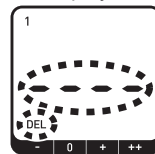
2. Verwijder de persoonlijke gegevens.

- 1) Druk op de knop SET/MODE terwijl "0.0 kg" wordt weergegeven.

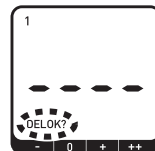
Het geboortjaar knippert op het display.



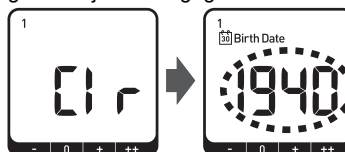
- 2) Houd de knop GUEST/▲MEMO ingedrukt totdat "----" en "DEL" knipperen op het display.



- 3) Druk op de knop SET/MODE. "DEL OK?" knippert op het display.



- 4) Druk op de knop SET/MODE. "Clr" wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt het ingestelde geboortjaar weergegeven.



Opmerking: Als u het verwijderen wilt annuleren, drukt u op de knop GUEST/▲MEMO.

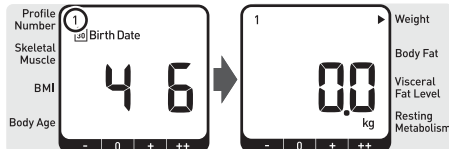
3. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat uit te schakelen.

5. Een meting uitvoeren

Metingen moeten worden uitgevoerd op een hard, vlak oppervlak.

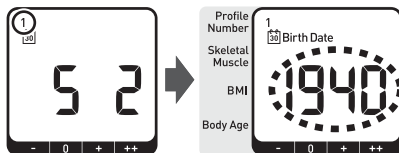
1. Druk op de knop voor het persoonlijke profielnummer om het apparaat in te schakelen.

De geboortedatum wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt "0.0 kg" weergegeven.



Opmerking: Als u op het apparaat stapt voordat "0.0 kg" wordt weergegeven, wordt de foutmelding "Err" weergegeven.

Als het volgende op het display wordt weergegeven:



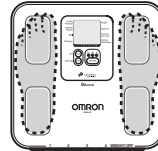
Uw persoonlijke gegevens zijn niet opgeslagen in het persoonlijke profielnummer dat u hebt geselecteerd. Raadpleeg hoofdstuk 4 voor het opslaan van persoonlijke gegevens.

Als u geen persoonlijke gegevens op het apparaat hebt opgeslagen (gastmodus):

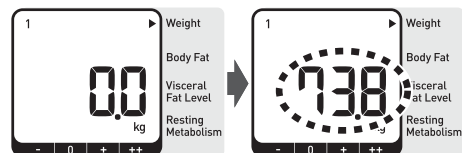
- 1) Druk op de knop GUEST/▲MEMO om het apparaat in te schakelen. De huidige datum wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt "GUEST" weergegeven en knippert het geboortjaar (1940) op het display.
- 2) Stel uw geboortedatum, geslacht en lengte in. Lees stap 2 en 3 in hoofdstuk 4, Persoonlijke gegevens instellen en opslaan.

2. Begin met meten.

- 1) Stap op het apparaat en plaats uw blote voeten op de voetelektroden, met uw gewicht gelijkmatig verdeeld.

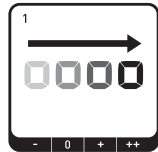


Op het display wordt uw gewicht weergegeven, waarna het weegresultaat tweemaal knippert.



Vervolgens wordt gestart met het meten van uw lichaamssamenstelling.

- 2) Tijdens het meten van uw lichaamssamenstelling beweegt "0" om aan te geven dat de meting wordt uitgevoerd.



- 3) Als de meting is voltooid, wordt uw gewicht opnieuw weergegeven. U kunt nu van het apparaat afstappen.



Houdingen die tijdens het meten moeten worden vermeden

Een verkeerde houding kan leiden tot een onnauwkeurige meting van de lichaamssamenstelling.



Staand op de rand van het apparaat



Met gebogen knieën



Gehurkt

5. Een meting uitvoeren

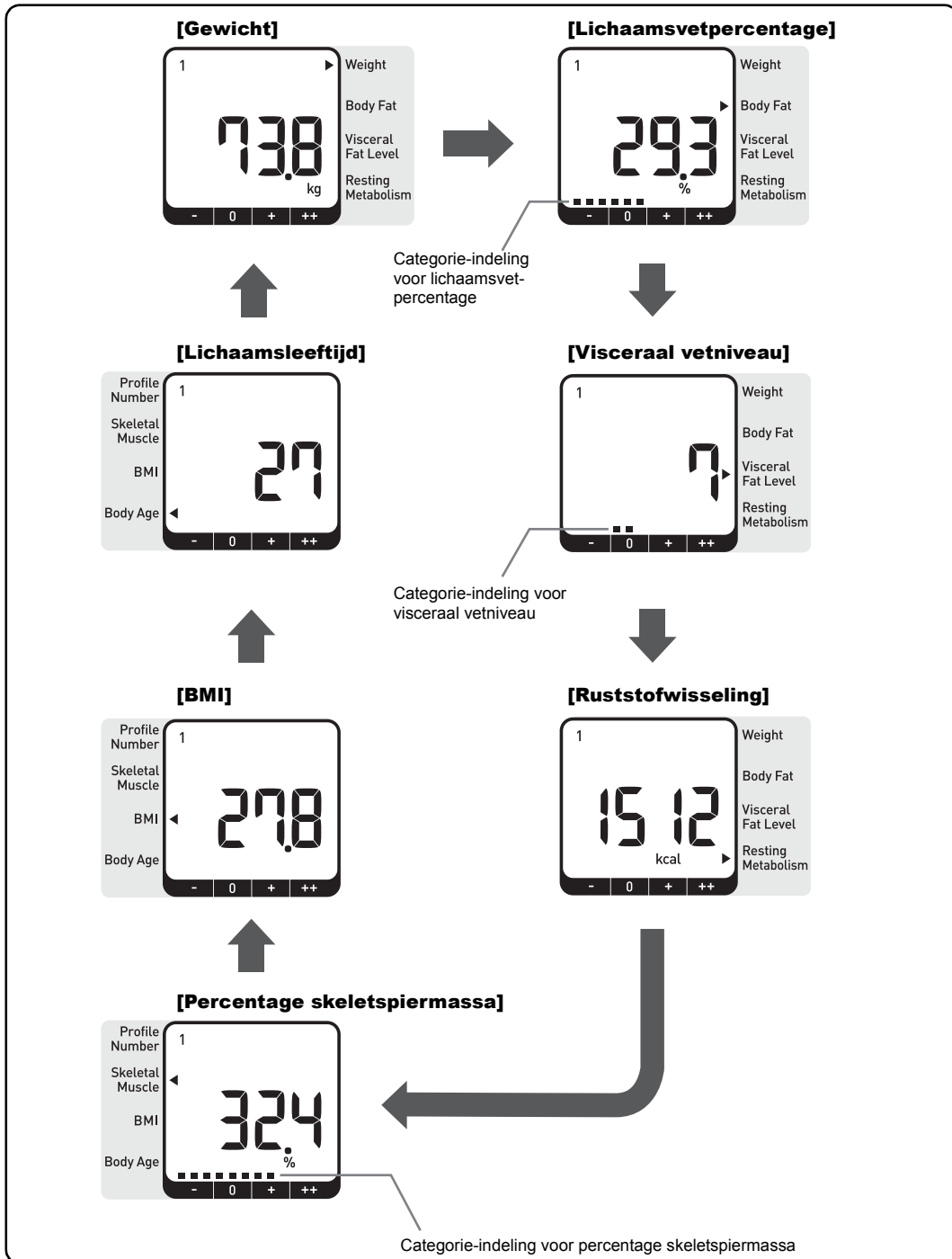
3. Bekijk de meetresultaten.

Op het display worden de resultaten automatisch achter elkaar weergegeven.

Als u het automatisch achter elkaar weergeven van resultaten wilt beëindigen of andere meetwaarden wilt bekijken, drukt u op de knop SET/MODE.

De weergave wisselt met elke druk op de knop SET/MODE zoals hieronder weergegeven.

Opmerking: De indicatorbalk biedt een leidraad bij de meting.



Interpretatie van lichaamsvetpercentage

Geslacht	Leeftijd	- (laag)	0 (normaal)	+ (hoog)	++ (zeer hoog)
Vrouw	20-39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≥ 39,0%
	40-59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≥ 40,0%
	60-80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≥ 42,0%
Man	20-39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≥ 25,0%
	40-59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≥ 28,0%
	60-80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≥ 30,0%

Gebaseerd op BMI-richtlijnen van NIH/WGO

Gebaseerd op Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000

Interpretatie van visceraal vetniveau

Visceraal vetniveau	Categorie-indeling
1 - 9	0 (normaal)
10 - 14	+ (hoog)
15 - 30	++ (zeer hoog)

Volgens cijfers van Omron Healthcare

Interpretatie van BMI

BMI	BMI (aanduiding van WGO)
BMI < 18,5	Ondergewicht
18,5 ≤ BMI < 25	Normaal gewicht
25 ≤ BMI < 30	Overgewicht
30 ≤ BMI	Obesitas

De hierboven genoemde categoriewaarden voor obesitas zijn vastgesteld door de WGO (Wereldgezondheidsorganisatie).

Interpretatie van percentage skeletspiermassa (voor volwassenen)

Geslacht	Leeftijd	- (laag)	0 (normaal)	+ (hoog)	++ (zeer hoog)
Vrouw	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≥ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≥ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≥ 35,0%
Man	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≥ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≥ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≥ 43,7%

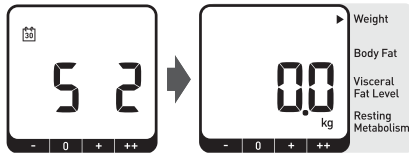
Volgens cijfers van Omron Healthcare

4. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat uit te schakelen.

6. Alleen wegen

1. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat in te schakelen.

De huidige datum wordt weergegeven op het display en vervolgens wordt "0.0 kg" weergegeven.



Opmerking: Als u op het apparaat stapt voordat "0.0 kg" wordt weergegeven, wordt de foutmelding "Err" weergegeven.

2. Als "0.0 kg" wordt weergegeven, stapt u op het apparaat.

3. Bekijk het meetresultaat.

Uw gewicht wordt weergegeven en knippert tweemaal om aan te geven dat het wegen is voltooid.

4. Als de meting is voltooid, stapt u van het apparaat en schakelt u het uit.

7. De laatste meetresultaten bekijken

Voor elk persoonlijk profielnummer worden automatisch maximaal 30 meetresultaten opgeslagen en het laatste (vorige) meetresultaat kan voor dit apparaat worden weergegeven.

Opmerking: In de gastmodus worden meetresultaten niet opgeslagen.

1. Druk op de knop voor het persoonlijke profielnummer om het apparaat in te schakelen.

2. Voer een meting uit.

Als u de resultaten wilt vergelijken met de laatste (vorige) waarden, meet u uw lichaamssamenstelling.

3. Druk op de knop GUEST/▲MEMO.

Het laatst gemeten gewicht wordt weergegeven.

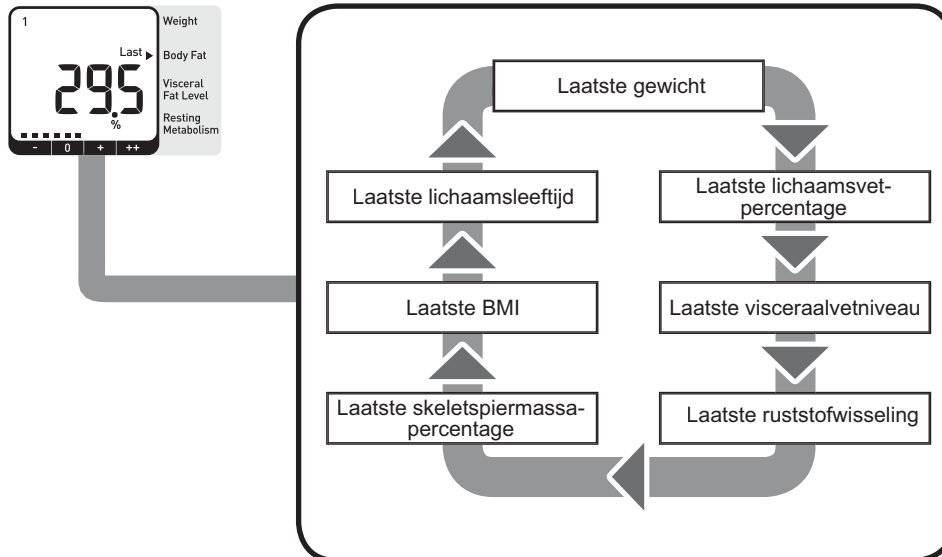


Als u in stap 2 uw lichaamssamenstelling hebt gemeten, wordt telkens wanneer u drukt op de knop GUEST/▲MEMO geschakeld tussen het huidige meetresultaat en het laatste (vorige) resultaat.

Opmerkingen:

- Als er geen resultaten voor de laatste meting zijn, wordt " - - - " weergegeven.
- Als u in stap 2 niet uw lichaamssamenstelling hebt gemeten, kunnen de huidige meetresultaten niet worden weergegeven, ook niet als u drukt op de knop GUEST/▲MEMO.

4. Druk op de knop SET/MODE om de overige meetwaarden te bekijken.



Opmerking: Raadpleeg hoofdstuk 8 als u de gegevens wilt overbrengen.

5. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat uit te schakelen.

NL

8. Gegevens overbrengen

U kunt meetgegevens overbrengen naar een *Bluetooth*[®]-apparaat.

U kunt maximaal 30 sets met opgeslagen meetresultaten overbrengen voor elk persoonlijk profielnummer. De inhoud en weergave van de meetresultaten kunnen verschillen afhankelijk van de toepassing die wordt gebruikt voor het bekijken van de resultaten.

Raadpleeg de gebruiksaanwijzing bij de betreffende toepassing voor meer informatie.

De lichaamscompositiemeter registreren bij het doelapparaat (paren)

Wat is paren:

Dit verwijst naar de procedure voor het registreren van de lichaamscompositiemeter bij het doelapparaat zodat dit kan worden gebruikt om gegevens over te brengen.

Paren is vereist wanneer een apparaat voor het eerst met de lichaamscompositiemeter wordt verbonden of wanneer hetzelfde apparaat wordt gebruikt om gegevens van een ander persoonlijk profielnummer over te brengen.

Volg de onderstaande procedure om de lichaamscompositiemeter te paren met het doelapparaat.

Raadpleeg "Gegevens overbrengen" voor informatie over het overbrengen van gegevens met een apparaat dat al met de lichaamscompositiemeter is gepaard.

1. Zorg dat de meetresultaten worden weergegeven.



- Paren (registreren) na het uitvoeren van een meting:
Volg de stappen in hoofdstuk 5 om de meetresultaten weer te geven.
- Paren (registreren) zonder het uitvoeren van een meting:
Volg de stappen in hoofdstuk 7 om de resultaten voor de laatste meting weer te geven.
- Paren (registreren) in de gastmodus:
Ook in de gastmodus kunt u een apparaat registreren na het uitvoeren van een meting. Volg de stappen in hoofdstuk 5 om de meetresultaten weer te geven.

2. Schakel paren (registratie) in op het apparaat.

Stel de toepassing op het apparaat in op gereed voor paren.

Raadpleeg de gebruiksaanwijzing bij de betreffende toepassing voor meer informatie.

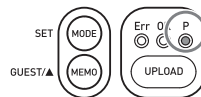
3. Druk gedurende 2 seconden of langer op de knop UPLOAD.



Gebruik de toepassing om de lichaamscompositiemeter te paren met het apparaat. Raadpleeg de gebruiksaanwijzing bij de betreffende toepassing voor meer informatie.

Opmerking: Als u tijdens het paren drukt op de knop UPLOAD, wordt het paren beëindigd en keert het display terug naar de vorige weergave.

Als het paren slaagt, gaat de indicator "P" branden en hoort u een geluidssignaal (piep, piep).



Opmerkingen:

- Als het paren niet is voltooid binnen ongeveer één minuut, wordt het proces beëindigd zonder dat beide apparaten zijn gepaard.
- Als het paren niet slaagt, gaat de indicator "Err" branden en hoort u driemaal een geluidssignaal (piep, piep, piep). Controleer de toepassing op het verbonden apparaat en herhaal vervolgens de procedure vanaf stap 2 om het opnieuw te proberen.

Gegevens overbrengen

1. Zorg dat de meetresultaten worden weergegeven.



- Gegevens overbrengen na het uitvoeren van een meting:
Volg de stappen in hoofdstuk 5 om de meetresultaten weer te geven.
- Gegevens overbrengen zonder het uitvoeren van een meting:
Volg de stappen in hoofdstuk 7 om de resultaten voor de laatste meting weer te geven.
- Gegevens overbrengen in de gastmodus:
Ook in de gastmodus kunt u een apparaat registreren na het uitvoeren van een meting. Volg de stappen in hoofdstuk 5 om de meetresultaten weer te geven.

Opmerking: In de gastmodus kunt u geen resultaten verzenden die op de lichaamscompositiemeter zijn opgeslagen. U kunt alleen de meetresultaten voor de huidige meting verzenden.

2. Schakel gegevensoverdracht in.

Stel de toepassing op het doelapparaat in op de overdrachtsmodus.
Raadpleeg de gebruiksaanwijzing bij de betreffende toepassing voor meer informatie.

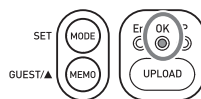
3. Druk op de knop UPLOAD.

Het display schakelt naar de gegevensoverdrachtweergave en het apparaat begint met het overbrengen van de gegevens.

Opmerking: Als u tijdens de gegevensoverdracht drukt op de knop UPLOAD, wordt de gegevensoverdracht beëindigd en keert het display terug naar de vorige weergave.



Als de gegevensoverdracht slaagt, gaat de indicator "OK" branden en hoort u een geluidssignaal (piep, piep).



Opmerking: Als de gegevensoverdracht niet slaagt, gaat de indicator "Err" branden en hoort u driemaal een geluidssignaal (piep, piep, piep). Controleer de toepassing op het verbonden apparaat en herhaal vervolgens de procedure vanaf stap 2 om het opnieuw te proberen.

Na 10 seconden keert het display terug naar de weergave van voordat de gegevensoverdracht werd gestart.

4. Druk op de knop WEIGHT/OFF om het apparaat uit te schakelen.

Indicator Data FULL

U kunt maximaal 30 sets met meetresultaten opslaan voor elk persoonlijk profielnummer.

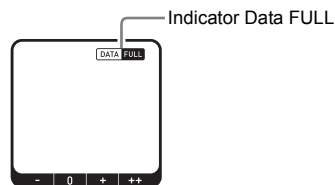
Als het aantal groter wordt dan 30, worden de oudste resultaten verwijderd.

Als de indicator Data FULL knippert of brandt, moet u zo snel mogelijk gegevens overbrengen naar een apparaat om te voorkomen dat u meetresultaten kwijtraakt.

DATA FULL knippert: 24-29 sets met meetresultaten zijn opgeslagen.

DATA FULL brandt: 30 sets met meetresultaten zijn opgeslagen.

Opmerking: De indicator Data FULL wordt niet weergegeven wanneer slechts 0 tot 23 sets met meetresultaten zijn opgeslagen.



9. Functie voor draadloze verbindingen

CE0197

Hierbij verklaart OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd dat deze Lichaamscompositiemeter voldoet aan de essentiële vereisten en alle overige relevante bepalingen van Richtlijn 1999/5/EG. U kunt de conformiteitsverklaring raadplegen op www.omron-healthcare.com.



Dit Product maakt gebruik van de niet-gelicenseerde ISM-band op 2,4 GHz. Wanneer dit Product wordt gebruikt in de buurt van andere draadloze apparaten, waaronder magnetrons en draadloze LAN's, die gebruikmaken van dezelfde frequentieband als dit Product, bestaat de mogelijkheid dat er storing optreedt tussen dit Product en dergelijke andere apparaten. Als dergelijke storing optreedt, moet u deze andere apparaten uitschakelen of dit Product verplaatsen voordat u dit Product gebruikt, of moet u dit Product niet gebruiken in de buurt van andere draadloze apparaten.



Het woordmerk en de logo's van *Bluetooth*[®] zijn gedeponeerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en enig gebruik hiervan door OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd. geschiedt onder licentie. Overige handelsmerken en handelsnamen zijn van hun respectievelijke eigenaren.



Let op het Continua Certified-logo. Hiermee bent u verzekerd van betrouwbare communicatie en gegevensuitwisseling tussen een apparaat en gelijksoortige gecertificeerde producten, zodat u uw gezondheid beter kunt controleren.

10. Het apparaat verzorgen en opbergen

Deze *Bluetooth*[®]-lichaamscompositiemeter heeft geen onderhoud nodig.

Het apparaat reinigen

- Reinig het apparaat altijd voor gebruik.
- Veeg het apparaat af met een droge, zachte doek.
Gebruik zo nodig een doek die met water of zeep is bevochtigd, en knijp deze goed uit voordat u het apparaat afveegt. Veeg het apparaat droog met een droge doek.
- U kunt de elektroden met alcohol reinigen, maar gebruik geen alcohol voor andere onderdelen van het apparaat.
- Gebruik voor het reinigen van het apparaat geen benzeen of verdunner.

Verzorging en opbergen

- Berg het apparaat niet op onder de volgende omstandigheden:
 - vochtige plaatsen, waar vocht of water in het apparaat kan komen,
 - hoge temperaturen, in direct zonlicht of op stoffige plaatsen,
 - plaatsen waar het risico bestaat van plotselinge schokken of trillingen,
 - plaatsen waar chemicaliën zijn opgeslagen of waar bijtende gassen aanwezig zijn.
- Voer nooit zelf reparaties uit. Als een storing optreedt, raadpleegt u de distributeur van OMRON of de klantenservice, zoals vermeld op de verpakking.

11. Foutweergaven

Foutweergave	Oorzaak	Oplossing
Err 1	Uw voetzolen maken niet voldoende contact met de elektroden.	Druk uw voetzolen stevig op de elektroden en voer een meting uit. (Raadpleeg hoofdstuk 5.)
Err 2	De houding voor het meten is verkeerd of uw voetzolen maken niet voldoende contact met de elektroden.	Voer de meting uit zonder uw voetzolen te bewegen. (Raadpleeg hoofdstuk 5.)
Err 3	Uw voetzolen zijn te droog.	Bevochtig uw voetzolen met een natte handdoek en herhaal de meting.
Err 5	Apparaatfout.	Plaats de batterijen opnieuw en herhaal de meting. Raadpleeg uw OMRON-servicevertegenwoordiger als de fout aanhoudt.
Err	U bent op het apparaat gestapt of hebt het apparaat verplaatst voordat "0.0 kg" werd weergegeven op het display.	Stap op het apparaat nadat "0.0 kg" wordt weergegeven op het display.
	U hebt uw lichaam bewogen tijdens het wegen.	Beweeg niet tijdens het wegen.
	Het gewicht is hoger dan 150 kg (330,0 lb).	Een lichaamsgewicht van meer dan 150 kg (330,0 lb) ligt buiten het meetbereik van dit apparaat. U kunt dit apparaat niet gebruiken.

12. Problemen oplossen

Probleem	Oorzaak	Oplossing
De weergegeven waarde voor lichaamssamenstelling is abnormaal hoog of laag.	Raadpleeg "Informatie over lichaamssamenstelling".	
Voor bepaalde onderdelen van de meetresultaten wordt " - - - " weergegeven.	De waarden voor de lichaamssamenstelling vallen buiten het meetbare bereik.	<ul style="list-style-type: none"> Zorg dat de instellingen voor geboortedatum, geslacht en lengte die zijn opgeslagen als persoonlijke gegevens juist zijn. (Raadpleeg Onderdelen instellen in het hoofdstuk 13.) Het apparaat kan geen lichaamssamenstellingen meten die buiten het meetbereik liggen, ook al zijn de instellingen juist.
Het apparaat wordt uitgeschakeld nadat het lichaamsgewicht is bevestigd en voordat lichaamsvetpercentage, visceraal vetniveau, percentage skeletspiermassa, BMI en ruststofwisseling worden gemeten.	U hebt niet het juiste persoonlijke profielnummer geselecteerd of u hebt de gastmodus niet geselecteerd. (Het persoonlijke profielnummer of "GUEST" wordt niet op het display weergegeven.)	Selecteer het juiste persoonlijke profielnummer of selecteer de gastmodus. (Raadpleeg hoofdstuk 5.)
Er wordt niets weergegeven als u het apparaat inschakelt.	De batterijen zijn niet geplaatst.	Plaats de batterijen.
	De batterijen zijn niet in de juiste richting geplaatst.	Plaats de batterijen in de juiste richting.
	De batterijen zijn leeg.	Vervang alle vier de batterijen door nieuwe. (Raadpleeg hoofdstuk 2.)
Er kunnen geen gegevens worden verzonden. (Indicator "Err" brandt.)	Het doelapparaat voor de gegevens is te ver weg.	Nadat u hebt gecontroleerd of zich geen storingsbronnen in de buurt bevinden, verplaatst u het apparaat binnen 5 meter van de lichaamscompositiemeter.
	Paren (registreren) is niet voltooid.	Voer het paren (registreren) uit. (Raadpleeg hoofdstuk 8.)
	De toepassing op het verbonden apparaat is niet gereed.	Controleer de toepassing en probeer de gegevens vervolgens opnieuw te verzenden. Als de indicator "Err" nog steeds brandt nadat u de toepassing hebt gecontroleerd, neemt u contact op met de service-/onderhoudsdienst van de leverancier van de toepassing.

NL

13. Technische gegevens

Product	<i>Bluetooth</i> [®] -lichaamscompositiemeter	
Model	BF206-BT (HBF-206IT-E)	
Weergave	Lichaamsgewicht:	0 tot 150 kg in stappen van 0,1 kg (0,0 tot 330,0 lb in stappen van 0,2 lb)
	Lichaamsvetpercentage:	5,0 tot 60,0% in stappen van 0,1%
	Percentage skeletspiermassa:	5,0 tot 50,0% in stappen van 0,1%
	BMI:	7,0 tot 90,0 in stappen van 0,1
	Ruststofwisseling:	385 tot 3.999 kcal in stappen van 1 kcal
	Lichaamsleeftijd:	18 tot 80 jaar in stappen van 1 jaar
	Visceraal vetniveau:	30 niveaus in stappen van 1 niveau
	Categorie-indeling voor lichaamsvetpercentage en percentage skeletspiermassa: – (laag) / 0 (normaal) / + (hoog) / ++ (zeer hoog): 4 categorieën met elk 3 subniveaus	
	Categorie-indeling voor visceraal vetniveau: 0 (normaal) / + (hoog) / ++ (zeer hoog): 3 categorieën met elk 3 subniveaus	
Geheugen	Displaygeheugen:	Laatste (vorige) meetresultaten
	Maximaal aantal metingen in geheugen:	Maximaal 30 sets
Overdrachtsprotocol	Draadloze <i>Bluetooth</i> [®] -technologie versie 2.1 + EDR, Klasse 2	
In te stellen onderdelen	Persoonlijke gegevens:	De volgende gegevens kunnen worden opgeslagen voor maximaal 4 personen.
	Lengte:	100,0 tot 199,5 cm (3' 4" tot 6' 6 3/4")
	Geboortedatum:	1 januari 1900 tot 31 december 2030
	Geslacht:	man/vrouw
	* Meeteenheden: kg (cm) / lb (voet•inch)	
	* Het leeftijdsbereik voor het lichaamsvetpercentage is 10 tot 80 jaar.	
	* Het leeftijdsbereik voor het percentage skeletspiermassa, de categorie-indeling voor het percentage skeletspiermassa, de ruststofwisseling, het visceraal vetniveau, de categorie-indeling voor het visceraal vetniveau en de lichaamsleeftijd is 18 tot 80 jaar.	
	* Het leeftijdsbereik voor de categorie-indeling voor het lichaamsvetpercentage is 20 tot 80 jaar.	
Weegnauwkeurigheid	0,0 kg tot 40,0 kg: ± 0,4 kg (0,0 lb tot 88,2 lb: ± 0,88 lb) 40,0 kg tot 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb tot 330,0 lb: ± 1%)	
Nauwkeurigheid (S.E.E.)	Lichaamsvetpercentage:	3,5%
	Percentage skeletspiermassa:	3,5%
	Visceraal vetniveau:	3 niveaus
Voeding	4 AA-alkalinebatterijen (LR6)	
Levensduur batterijen	Ongeveer zes maanden (wanneer AA-alkalinebatterijen worden gebruikt met vier metingen en gegevensoverdrachten per dag en bij een kamertemperatuur van 23 °C)	
Bedrijfstemperatuur/ -luchtvochtigheid	+10 °C tot +40 °C, 30% tot 85% RV	
Temperatuur, vochtigheid en luchtdruk voor opslag	-20 °C tot +60 °C, 10% tot 95% RV, 700 hPa tot 1.060 hPa	
Gewicht	Circa 1,8 kg (3,97 lb) (inclusief batterijen)	
Afmetingen	Circa 300 (b) × 38 (h) × 290 mm (d) (Circa 11 3/4" (b) × 1 1/2" (h) × 11 3/8" (d))	
Inhoud pakket	<i>Bluetooth</i> [®] -lichaamscompositiemeter, 4 AA-alkalinebatterijen (LR6), gebruiksaanwijzing, garantiekaart	

Opmerking: Technische wijzigingen kunnen zonder voorafgaande berichtgeving worden doorgevoerd.



= type BF

CE0197

Dit apparaat voldoet aan de bepalingen van de EG-richtlijn 93/42/EEG (Richtlijn medische apparatuur).



**Correcte verwijdering van dit product
(elektrische & elektronische afvalapparatuur)**

Dit merkteken op het product of het bijbehorende informatiemateriaal duidt erop dat het niet met ander huishoudelijk afval verwijderd moet worden aan het einde van zijn gebruiksduur. Om mogelijke schade aan het milieu of de menselijke gezondheid door ongecontroleerde afvalverwijdering te voorkomen, moet u dit product van andere soorten afval scheiden en op een verantwoorde manier recyclen, zodat het duurzame hergebruik van materiaalbronnen wordt bevorderd.

Huishoudelijke gebruikers moeten contact opnemen met de winkel waar ze dit product hebben gekocht of met de gemeente waar ze wonen om te vernemen waar en hoe ze dit product milieuvriendelijk kunnen laten recyclen.

Zakelijke gebruikers moeten contact opnemen met hun leverancier en de algemene voorwaarden van de koopovereenkomsten nalezen. Dit product moet niet worden gemengd met ander bedrijfsafval voor verwijdering.

Dit product bevat geen schadelijke stoffen.

Verwijdering van gebruikte batterijen dient plaats te vinden overeenkomstig de nationale regelgeving aangaande de verwijdering van batterijen.

Belangrijke informatie met betrekking tot de elektromagnetische compatibiliteit (EMC)

Door het gestegen aantal elektronische apparaten, zoals pc's en mobiele telefoons, kan bij het gebruik van medische apparatuur elektromagnetische interferentie van andere apparaten optreden. Elektromagnetische interferentie kan ertoe leiden dat het medische apparaat niet goed werkt, zodat een potentieel onveilige situatie ontstaat.

Medische instrumenten mogen zelf ook geen andere apparaten storen.

Om de vereisten voor EMC (elektromagnetische compatibiliteit) zo toe te passen dat onveilige situaties met betrekking tot het product worden voorkomen, is de EN60601-1-2:2007 norm geïmplementeerd. Deze norm definieert de mate van immuniteit voor elektromagnetische interferenties en de maximale elektromagnetische uitstralingen voor medische apparatuur.

Dit medische apparaat dat is gefabriceerd door OMRON Healthcare voldoet aan deze EN60601-1-2:2007 norm, zowel voor immuniteit als voor uitstralingen.

Desalniettemin dienen speciale voorzorgsmaatregelen in acht te worden genomen:

Gebruik geen mobiele telefoons en andere apparaten die een sterk elektrisch of elektromagnetisch veld genereren in de buurt van dit medische apparaat. Dit kan ertoe leiden dat het apparaat niet goed werkt, zodat een potentieel onveilige situatie ontstaat. Wij raden aan minimaal 7 meter afstand te houden. Controleer bij een kortere afstand of het apparaat goed werkt.

Meer documentatie met betrekking tot de overeenstemming met EN60601-1-2:2007 is verkrijgbaar bij OMRON Healthcare Europe, op het adres dat in deze gebruiksaanwijzing staat vermeld.

Documentatie is ook beschikbaar op www.omron-healthcare.com.

Fabrikant 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084, Japan		
Vertegenwoordiging in de EU <table border="1" data-bbox="272 1597 456 1675"> <tr> <td data-bbox="272 1597 363 1675">EC</td> <td data-bbox="363 1597 456 1675">REP</td> </tr> </table>	EC	REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Nederland Netherlands www.omron-healthcare.com
EC	REP		
Dochteronderneming	OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, Verenigd Koninkrijk		
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Duitsland www.omron-medizintechnik.de		
	OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Frankrijk		

Geproduceerd in China

BF206-BT

Монитор состава тела с *Bluetooth*[®]

Предполагаемое использование

В медицинских целях

Уважаемый покупатель!

Благодарим вас за приобретение монитора состава тела от компании OMRON. Прибор BF-206BT предназначен для измерения и отображения следующих параметров состава тела:

- масса тела;
- процентное содержание жира в организме;
- процентное соотношение скелетных мышц;
- уровень висцерального жира (до 30 уровней);
- индекс массы тела (ИМТ);
- биологический возраст.

Кроме того, показатель обмена веществ при полном покое организма (в ккал) позволяет установить ежедневную потребность в калориях и может использоваться при составлении программы снижения веса.

Уникальная технология замера по четырем датчикам OMRON позволяет реализовать одну из точнейших методик измерения параметров тела.

Оптимальное использование

Прибор BF206-BT предназначен для выполнения измерений у людей со следующими параметрами.

- Рост: от 100,0 до 199,5 см
- Вес: 150 кг или менее
- Возраст: для всех возрастов*

* Возрастной диапазон различается в зависимости от измеряемого параметра.
См. «Ввод данных» в разделе Технические характеристики.

Меры предосторожности при использовании



Прежде чем использовать прибор, а также для получения дополнительной информации об отдельных функциях внимательно прочтите данное руководство.

Содержание

Перед началом работы с прибором

Примечания по безопасности	122
Информация о составе тела	123

Порядок работы

1. Знакомство с прибором	125
2. Установка и замена элементов питания	125
3. Установка даты и времени	126
4. Ввод и сохранение личных данных	127
5. Выполнение измерений	129
6. Измерение только массы тела	132
7. Просмотр результатов последнего измерения	133
8. Передача данных	134
9. О функции беспроводной связи	136




Уход и техническое обслуживание

10. Уход за прибором и его хранение	136
11. Отображение ошибок	137
12. Устранение неполадок	137
13. Технические данные	138

RU

Примечания по безопасности

Ниже приведены обозначения, используемые в данном руководстве, и их определения.

 Опасно!	Неправильное использование может привести к смерти или серьезной травме.
 Внимание!	Неправильное использование может с определенной вероятностью привести к смерти или серьезной травме.
 Осторожно!	Неправильное использование может привести к травме или повреждению оборудования.

Опасно!

• Нельзя применять прибор в сочетании со следующими медицинскими электронными устройствами.

- (1) Медицинские электронные имплантаты (например, кардиостимуляторы).
- (2) Электронные системы жизнеобеспечения, такие как искусственное сердце/легкие.
- (3) Портативные электронные медицинские устройства, такие как электрокардиограф.



Прибор может нарушить работу этих устройств, что подвергнет здоровье людей, пользующихся этими устройствами, большой опасности.

Внимание!

• Не приступайте к программе снижения веса или упражнениям без предварительной консультации у врача или в органах здравоохранения.

- Самостоятельная диагностика опасна для вашего здоровья.
- Не пользуйтесь прибором на скользких поверхностях, например, на мокром полу.
- Храните прибор в недоступном для детей месте.
- Не становитесь на прибор прыжком и не подпрыгивайте на нем.
- Не пользуйтесь прибором, когда ваше тело и/или стопы влажные (например, после ванны).
- Вставайте на прибор босыми ногами. При попытке встать на прибор в носках, можно поскользнуться и получить травму.
- Не вставайте на край прибора или на область дисплея.
- Люди с физическими ограничениями или слабые физически должны пользоваться прибором только с посторонней помощью. Вставайте на прибор, опираясь руками на поручни или что-либо подобное.
- При попадании в глаза жидкости из элемента питания немедленно промойте их большим количеством чистой воды. Затем сразу же обратитесь к врачу.

Осторожно!

- Этот прибор предназначен только для домашнего использования. Прибор не предназначен для профессиональной эксплуатации в больницах и других медицинских учреждениях. Этот прибор не поддерживает стандарты профессионального применения.
- Не разбирайте, не чините и не модифицируйте прибор.
- Мобильным телефоном вблизи прибора следует пользоваться только для беспроводной связи.
- Не следует использовать элементы питания, не предназначенные для данного прибора. Не устанавливайте элементы питания с нарушением полярности.

- Отработанные элементы питания необходимо немедленно заменять новыми.
- Не утилизируйте элементы питания путем их сжигания.
- При попадании жидкости из элемента питания на кожу или одежду немедленно промойте их большим количеством чистой воды.
- Вынимайте элементы питания из прибора, если не собираетесь им пользоваться в течение длительного времени (три месяца и более).
- Не следует одновременно использовать элементы питания разных типов.
- Не следует одновременно использовать новые и отработанные элементы питания.
- При гнойно-некротических заболеваниях стопы или иных кожных заболеваниях обязательно мойте ноги перед каждым использованием прибора. Невыполнение этого требования может привести к заражению других людей. При совместном использовании прибора вытирайте его влажной тканью, пропитанной жидким моющим средством после каждого применения. Вытирайте прибор насухо.

Общие рекомендации

- Не ставьте прибор на пол с мягким покрытием (например, на палас или на ковер). В результате измерения могут оказаться неправильными.
- Не храните прибор в местах с повышенной влажностью. Не допускайте попадания воды на прибор.
- Не ставьте прибор рядом с источниками тепла или под кондиционерами воздуха. Не допускайте попадания на прибор прямого солнечного света.
- Не вставайте на дисплей или кнопки прибора.
- Не используйте прибор для целей, отличных от указанных в этом руководстве.
- Поскольку прибор предназначен для получения точных измерений, не роняйте его, не подвергайте вибрации или сильным ударам.
- Утилизация отработанных элементов питания должна проводиться в соответствии с национальными правилами утилизации аккумуляторных батарей.
- Не мойте прибор водой.
- Не протирайте прибор бензолом, бензином, разбавителем для краски, спиртом или иными летучими растворителями.
- Не помещайте прибор туда, где на него будут действовать химические вещества или агрессивные пары.

Прочитайте и соблюдайте «Важную информацию об электромагнитной совместимости (ЭМС)» в разделе Технические характеристики.

Информация о составе тела

Принцип измерения состава тела

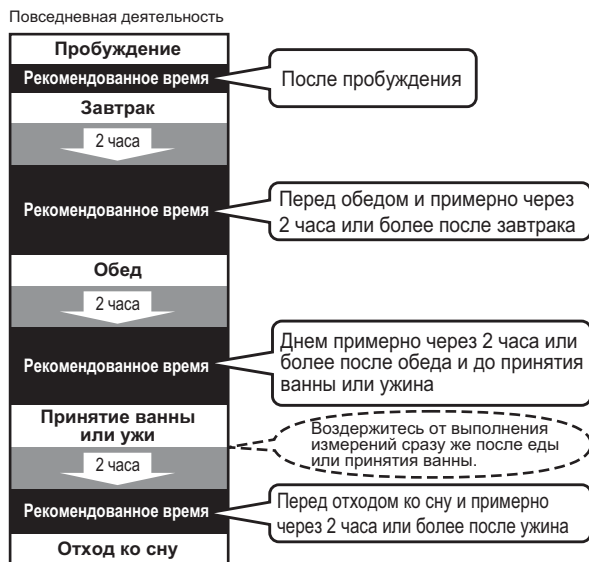
Жир обладает низкой электропроводностью

Прибор BF206-BT измеряет процентное содержание жира в организме методом биоэлектрического импеданса (БИ). Такие ткани организма, как мышцы, кровеносные сосуды и кости, содержат много воды — хорошего проводника электричества. Жир представляет собой ткань, обладающую низкой электропроводностью. Чтобы определить количество жировой ткани, прибор BF206-BT пропускает через тело очень слабый электрический ток с частотой 50 кГц и силой менее 500 мА. При работе прибора BF206-BT этот слабый электрический ток не ощущается.

Для создания шкалы по определению состава тела прибор учитывает полное электрическое сопротивление, а также рост, вес, возраст и пол, и выдает показатели состава тела на основе данных прибора OMRON.

Рекомендуемое время проведения измерений

Понимание норм изменений процентного содержания жира в организме помогает предотвратить или уменьшить ожирение. Зная о том, когда и как в зависимости от вашего режима дня изменяется процентное содержание жира в организме, можно точно оценивать тенденции его изменения. Рекомендуется использовать прибор в одних и тех же условиях и в одно и то же время дня (см. схему).



Воздержитесь от выполнения измерений при следующих условиях.

- Сразу после интенсивных упражнений, приема ванны или посещения сауны.
- После употребления алкоголя или большого количества воды и после еды (должно пройти не менее 2 часов).

Если выполнять измерение в этих физических состояниях, расчетный состав тела может существенно отличаться от фактического вследствие изменения содержания воды в организме.

Что такое индекс массы тела (ИМТ)?

В ИМТ используется следующая простая формула расчета соотношения веса и роста человека.

$$\text{ИМТ} = \text{вес (кг)} / \text{рост (м)} / \text{рост (м)}$$

OMRON BF206-BT использует данные о росте, хранящиеся под номером личного профиля или введенные в режиме Guest, для расчета классификации по ИМТ.

Если уровень жира, оцениваемый по ИМТ, превышает международный стандарт, существует предрасположенность к общим заболеваниям. Однако индекс ИМТ позволяет оценивать количество не всех типов жира.

Информация о составе тела

Что такое процентное содержание жира в организме?

Процентное содержание жира в организме — это отношение массы жира в организме к общей массе тела, выраженное в процентах.

Процентное содержание жира в организме: (%) = {масса жира в организме (кг)/масса тела (кг)} × 100

Для оценки процентного содержания жира в организме в приборе используется метод БИ.

В зависимости от места накопления жира в организме он делится на висцеральный (внутренний) и подкожный жир.

Что такое уровень висцерального жира?

Висцеральный жир — это жир, окружающий внутренние органы

Считается, что повышенное количество висцерального жира непосредственно связано с увеличением содержания жира в кровотоке, что может приводить к таким распространенным заболеваниям, как гиперлипемия и диабет. Чтобы избежать распространенных заболеваний или повысить иммунитет, необходимо понижать количество висцерального жира до приемлемого уровня. Люди с повышенным уровнем висцерального жира обычно имеют большой желудок. Однако это не всегда так, и высокий уровень висцерального жира может приводить к развитию ожирения вследствие нарушения обмена веществ. Ожирение из-за нарушения обмена веществ (висцеральное ожирение при нормальном весе) характеризуется уровнями жира, которые выше среднего значения, даже если вес человека приблизительно соответствует стандартному значению для его роста.



Пример висцерального жира (изображение МРТ)

Что такое подкожный жир?

Подкожный жир — это жир под кожей

Подкожный жир откладывается не только вокруг желудка, но и на плечах, бедрах и голени, что может приводить к искажению пропорций тела. Хотя подкожный жир и не связан непосредственно с риском развития заболевания, считается, что он увеличивает нагрузку на сердце и вызывает другие осложнения. Подкожный жир не отображается данным прибором, однако включается в процентное содержание жира в организме.



Пример подкожного жира (изображение МРТ)

Что такое скелетные мышцы?

Мышцы подразделяются на два вида: мышцы внутренних органов (например, сердца) и мышцы, соединенные с костями и необходимые для движения тела. Скелетные мышцы можно нарастить за счет физических упражнений и другой деятельности.

Увеличение процентного отношения скелетных мышц означает, что организм может легче растрчивать энергию, а значит, менее склонен к накоплению жира. Это облегчает ведение активного образа жизни.

Что такое обмен веществ при полном покое организма?

Независимо от уровня активности для поддержания функций организма ежедневно требуется минимальный уровень энергии. Это называется «обменом веществ при полном покое организма» и указывает количество калорий, которое необходимо потребить, чтобы в полной мере обеспечить организм энергией для его функционирования.

Что такое биологический возраст?

Возраст тела определяется обменом веществ при полном покое организма. Возраст тела вычисляется через массу, процентное содержание жира и скелетной мускулатуры в организме и определяется отношением возраста организма к нормативным показателям для возраста. Знание биологического возраста полезно для улучшения состояния здоровья.

Случаи, когда подсчитанные результаты могут отличаться от фактического процентного содержания жира в организме

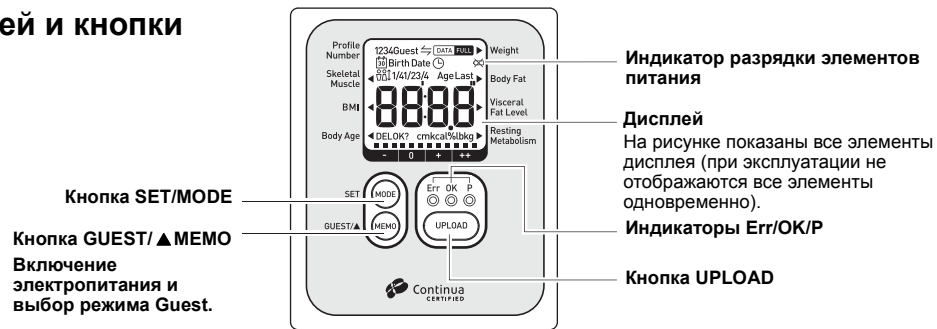
Процентное содержание жира в организме, измеряемое этим прибором, может значительно отличаться от реального показателя у следующих лиц.

Престарелые люди (старше 81 года) / люди с высокой температурой / люди, занимающиеся бодибилдингом, или сильно натренированные спортсмены / пациенты, подвергающиеся диализу / пациенты с остеопорозом, имеющие очень низкую плотность костной массы / беременные женщины / люди с опухолью.

Наблюдаемые различия могут быть связаны с изменяющимися соотношениями жидкости в организме и/или в составе тела.

1. Знакомство с прибором

Дисплей и кнопки



Основной блок



О подаваемых сигналах

Сигнал подается в следующих случаях.

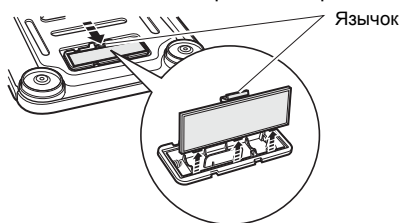
- При включении электропитания: 1 короткий сигнал.
- При отображении на дисплее значения 0.0 kg и готовности прибора к выполнению измерений: 2 коротких сигнала.
- По окончании измерений: 1 короткий и 1 длинный сигнал.
- При отображении сообщения об ошибке «Err»: 5 коротких сигналов (быстрая серия коротких сигналов).
- При успешной отправке данных: 2 коротких сигнала.
- Если не удается отправить данные: 3 длинных сигнала (серия из трех длинных сигналов).

2. Установка и замена элементов питания

1. Откройте крышку отсека элементов питания, расположенную на задней стороне прибора.

- 1) Нажмите язычок крышки отсека элементов питания в направлении стрелки, чтобы освободить крышку, как это показано на рисунке.

- 2) Потяните за язычок крышки вверх.




2. Установите элементы питания, соблюдая полярность, как обозначено внутри отсека.



3. Закройте крышку отсека элементов питания.

Срок службы элементов питания и их замена

Если загорается индикатор разрядки

элементов питания ()~~1~~, замените все четыре элемента питания новыми.

Данные в памяти сохраняются даже при замене элементов питания.

- Замену элементов питания следует производить при выключенном электропитании прибора.
- Утилизация отработанных элементов питания должна производиться в соответствии с национальными правилами утилизации аккумуляторных батарей.
- Четырех элементов питания AA хватает приблизительно на шесть месяцев (если выполнять измерения по четыре раза в день).
- Поставляемые с прибором элементы питания предназначены только для проверки, поэтому срок их службы может быть меньше.

RU

3. Установка даты и времени

При первом включении прибора необходимо установить дату и время.

1. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для включения электропитания.

При первом включении прибора мигают цифры, указывающие год.

2. [УСТАНОВКА ГОДА]

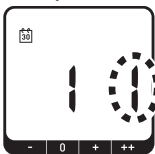
1) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки года, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.

- Диапазон установки: от 2010 до 2030
- Нажмите и удерживайте для быстрого продвижения с шагом 10.



3. [УСТАНОВКА МЕСЯЦА И ДНЯ]

1) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки месяца, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.



2) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки дня, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.

- Нажмите и удерживайте для быстрого продвижения с шагом 10.



4. [УСТАНОВКА ЧАСОВ И МИНУТ]

1) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки часа, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.

- Часы с 24-часовым форматом времени.



2) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки минут, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.

- Нажмите и удерживайте для быстрого продвижения с шагом 10.

Текущие настройки года, месяца, дня, часов и минут отображаются на дисплее в указанной последовательности. Электропитание автоматически выключается.

Этим завершается настройка.

Примечания.

- Если в процессе установки требуется внести изменения...
Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для выключения электропитания и повторно включите его. Цифры года мигают, после чего можно переходить к шагу 2 процедуры настройки.
- Если электропитание отключается во время настройки...
Электропитание автоматически выключается, если при установке даты и времени в течение трех минут не вводится никаких данных. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для выключения электропитания и повторно включите его.
- Если требуется изменить установленное время или дату.
Нажмите кнопку WEIGHT/OFF, а после отображения на дисплее «0.0 kg» нажмите и удерживайте кнопку SET/MODE в течение двух секунд.
Цифры года мигают, после чего можно переходить к шагу 2 процедуры настройки.

Выключатель электропитания

Питание автоматически отключается при следующих условиях.

1. Если прибор не используется в течение одной минуты после появления на дисплее значения «0.0 kg».
2. Если при установке даты и времени в течение 3 минут не вводится никаких данных.
3. Если в режиме ввода личных данных в течение 3 минут не вводится никаких данных.
4. Если монитор не используется в течение 3 минут после отображения результатов измерений или результатов последнего (предыдущего) измерения.
5. Через 30 секунд после отображения на дисплее результата при измерении только массы.
6. Через 10 секунд после отображения на дисплее сообщения «Err».

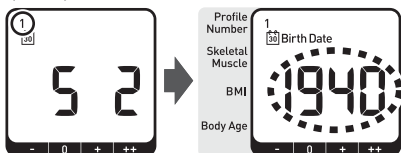
Примечание. При выключении электропитания на дисплее отображается сообщение «OFF».

4. Ввод и сохранение личных данных

Для правильного измерения состава тела необходимо ввести личные данные (дата рождения, пол, рост). На мониторе сохраняется до четырех личных профилей.

- 1) Нажмите кнопку с номером личного профиля, чтобы выбрать номер личного профиля.

На дисплее отображается текущая дата, после чего отображается дата рождения (1940).



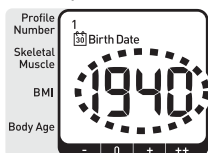
Примечание. Когда вместо текущей даты отображается дата рождения, настройка номера личного профиля завершена. Используйте другой номер или удалите данные личного профиля. Об удалении личных данных см. раздел 4, Удаление личных данных.

- 2) [УСТАНОВКА ДАТЫ РОЖДЕНИЯ]

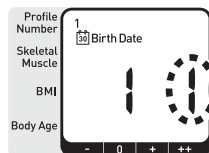
Диапазон установки: от 1900 до 2030

Нажмите и удерживайте для быстрого продвижения с шагом 10.

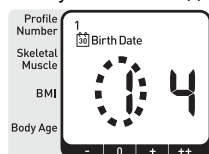
- 1) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки года рождения, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.



- 2) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки месяца рождения, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.

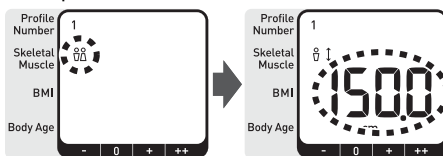


- 3) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для установки дня рождения, а затем нажмите кнопку SET/MODE для подтверждения.



- 3) [УКАЗАНИЕ ПОЛА И РОСТА]

Аналогичным образом укажите пол (♂ (МУЖСКОЙ) или ♀ (ЖЕНСКИЙ)), а также свой рост.



В итоге на дисплее отображаются настройки для подтверждения и появляется значение «0.0 kg».

Этим завершается настройка. Теперь можно приступить к измерению состава тела.

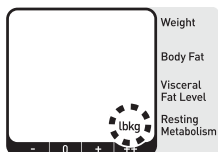
Выбор единиц измерения

Можно изменить единицы измерения, используемые для настроек роста и массы.

1. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для включения электропитания.

На дисплее отображается текущая дата, после чего отображается «0.0 kg».

2. Удерживайте нажатой кнопку GUEST/▲MEMO в течение 2 секунд, пока на дисплее не начнут мигать «lb» и «kg».



3. Нажимая кнопку GUEST/▲MEMO, выберите «kg» или «lb».

При этом автоматически выбирается «cm» или «inch».

4. Нажмите для подтверждения кнопку SET/MODE.

Все измерения роста и массы отображаются на дисплее в новых единицах измерения. Новые единицы измерения остаются в силе, пока не будут изменены вновь.

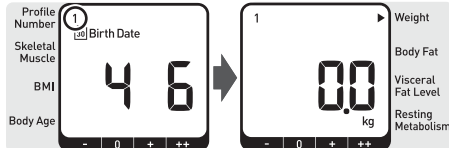
RU

4. Ввод и сохранение личных данных

Изменение личных данных

1. Нажмите кнопку с номером личного профиля, чтобы выбрать номер личного профиля.

На дисплее отображается дата рождения, после чего отображается «0.0 kg»
 Дождитесь, когда на дисплее появится значение «0.0 kg».



2. Измените личные данные.

- 1) При отображении значения «0.0 kg» нажмите кнопку SET/MODE.

На дисплее мигает год рождения.



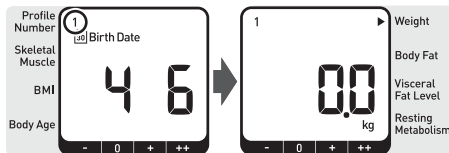
- 2) Перейдите к шагу 2 и шагу 3 в разделе 4. Ввод и сохранение личных данных для изменения личных данных.

3. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для выключения электропитания или выполните измерение. См. раздел 5 «Выполнение измерений».

Удаление личных данных

1. Нажмите кнопку номера личного профиля, чтобы выбрать номер личного профиля для удаления.

На дисплее отображается дата рождения, после чего отображается «0.0 kg».
 Дождитесь, когда на дисплее появится значение «0.0 kg».



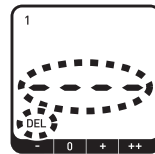
2. Удалите личные данные.

- 1) При отображении значения «0.0 kg» нажмите кнопку SET/MODE.

На дисплее мигает год рождения.

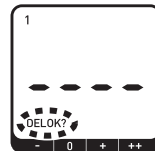


- 2) Нажмите и удерживайте кнопку GUEST/▲MEMO, пока на дисплее не начнет мигать «- - -» и «DEL».



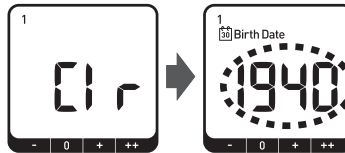
- 3) Нажмите кнопку SET/MODE.

На дисплее мигает «DEL OK?».



- 4) Нажмите кнопку SET/MODE.

На дисплее отображается «Clr», а затем появляется настройка года рождения.



Примечание. Для отмены удаления нажмите кнопку GUEST/▲MEMO.

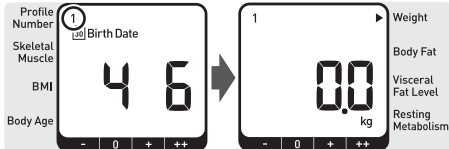
3. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для выключения электропитания.

5. Выполнение измерений

Измерение следует производить на твердой и ровной поверхности.

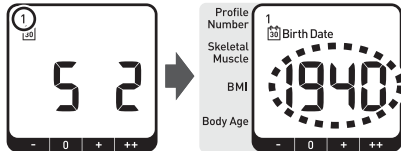
- 1) Нажмите кнопку номера личного профиля для включения электропитания.

На дисплее отображается дата рождения, после чего отображается «0.0 kg».



Примечание. Если встать на прибор до появления значения «0.0 kg», на дисплее появится сообщение об ошибке «Err».

Если на дисплее отображается следующее:



Под выбранным номером личного профиля не сохранены личные данные. Сведения о сохранении личных данных см. в разделе 4.

Если в памяти прибора не сохранены личные данные (режим GUEST)

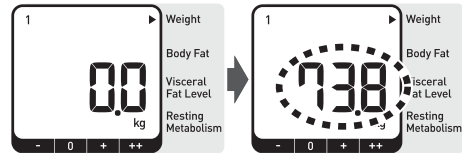
- 1) Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO для включения электропитания. На дисплее отображается текущая дата, а затем отображается «GUEST», и на дисплее начинает мигать год рождения (1940).
- 2) Установите дату рождения, пол и рост. См. шаг 2 и шаг 3 в разделе 4, Ввод и сохранение личных данных.

- 2) Начните измерение.

- 1) Встаньте на прибор босыми ногами и установите ноги на ножных электродах, равномерно распределяя вес тела.



На дисплее появится индикация веса тела, затем показание веса мигнет два раза.



После этого прибор начинает измерение состава тела.

- 2) Во время измерения состава тела изображение «□» движется, что указывает на выполнение измерения.



- 3) После завершения измерения на дисплее снова появится значение веса вашего тела. После этого можно сойти с прибора.



Неправильные позы при измерении

Неправильная поза может привести к неточному измерению состава тела.



Пользователь стоит на краю прибора



Колени согнуты



На корточках

5.Выполнение измерений

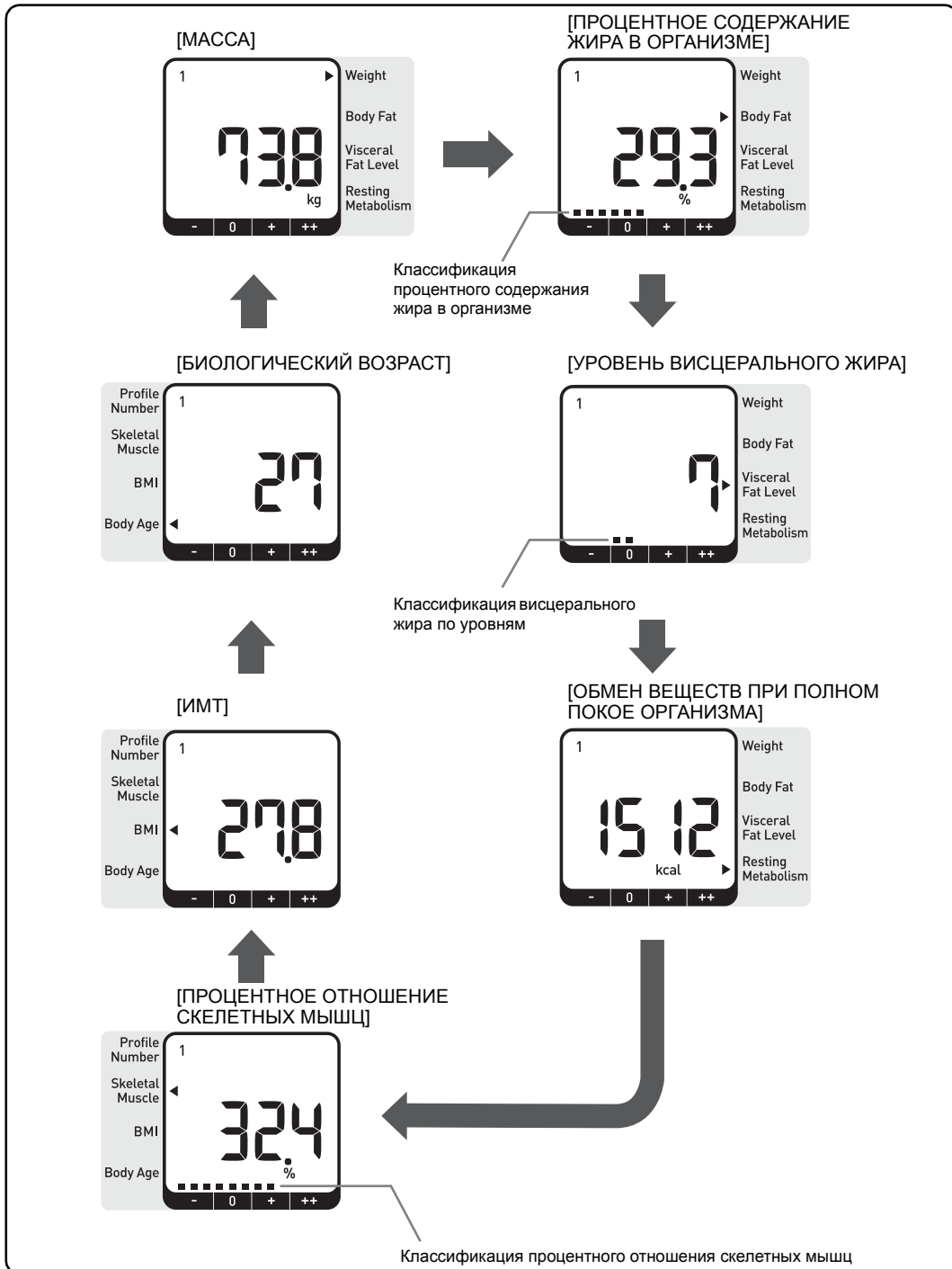
3. Проверьте результаты измерений.

Результаты чередуются автоматически.

Для остановки автоматического чередования результатов или для просмотра результатов других измерений нажмите кнопку SET/MODE.

Отображение сменяется при каждом нажатии кнопки SET/MODE, как это показано ниже.

Примечание. В качестве показателя измерения используйте шкалу индикатора.



Интерпретация результатов измерения процентного содержания жира в организме

Пол	Возраст	- (низкий)	0 (нормальный)	+ (высокий)	++ (очень высокий)
Женщины	20-39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≥ 39,0%
	40-59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≥ 40,0%
	60-80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≥ 42,0%
Мужчины	20-39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≥ 25,0%
	40-59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≥ 28,0%
	60-80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≥ 30,0%

Основано на рекомендациях Национальных институтов здоровья США (НИН)/ВОЗ для ИМТ
Основано на публикации Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, № 72, сент., 2000

Интерпретация результата измерения уровня висцерального жира

Уровень висцерального жира	Классификация по уровням
1 - 9	0 (нормальный)
10 - 14	+ (высокий)
15 - 30	++ (очень высокий)

Согласно показателям OMRON HEALTHCARE

Интерпретация результата ИМТ

ИМТ	ИМТ (по данным ВОЗ)
ИМТ < 18,5	Недостаточная масса тела
18,5 ≤ ИМТ < 25	Нормально
25 ≤ ИМТ < 30	Тучность
30 ≤ ИМТ	Ожирение

Перечисленные выше показатели согласуются с показателями ожирения, предложенными ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения).

Интерпретация результата измерения процентного отношения скелетных мышц (для взрослых)

Пол	Возраст	- (низкий)	0 (нормальный)	+ (высокий)	++ (очень высокий)
Женщины	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≥ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≥ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≥ 35,0%
Мужчины	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≥ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≥ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≥ 43,7%

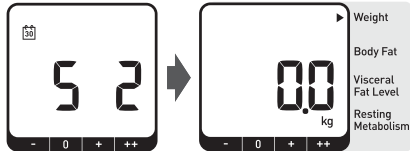
Согласно показателям OMRON HEALTHCARE

4. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для выключения электропитания.

6. Измерение только массы тела

1. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для включения электропитания.

На дисплее отображается текущая дата, после чего отображается значение «0.0 kg».



Примечание. Если встать на прибор до появления значения «0.0 kg», на дисплее появится сообщение об ошибке «Err».

2. Когда на дисплее появится значение «0.0 kg», встаньте на прибор.

3. Посмотрите на результат измерения.

Значение веса тела отображается на дисплее и мигает два раза, что указывает на завершение измерения.

4. По завершении измерения сойдите с прибора и выключите электропитание.

7. Просмотр результатов последнего измерения

Для каждого номера личного профиля автоматически сохраняются до 30 результатов измерений, а результаты последнего (предыдущего) измерения прибора можно просмотреть.

Примечание. При использовании режима Guest результаты измерений не сохраняются.

1. Нажмите кнопку номера личного профиля для включения электропитания.

2. Выполните измерение.

Если требуется сравнить результаты со значениями последнего (предыдущего) измерения, выполните измерение состава своего тела.

3. Нажмите кнопку GUEST/▲MEMO.

Отображается значение массы последнего измерения.

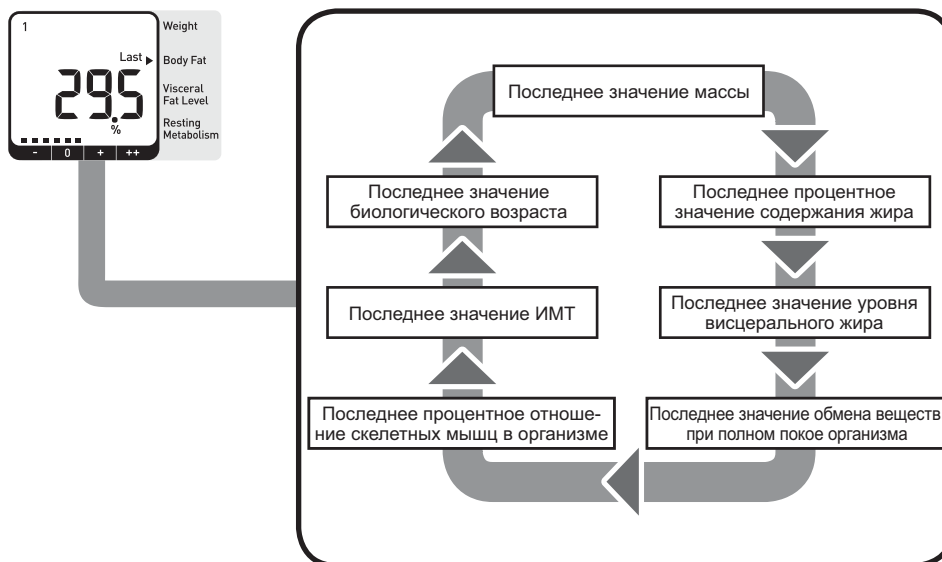


Если вы измерили состав своего тела на шаге 2, при каждом нажатии кнопки GUEST/▲MEMO происходит изменение показателей результата текущего и последнего (предыдущего) измерения.

Примечания.

- Если результаты последнего измерения отсутствуют, отображается «- - -».
- Если вы не измерили состав своего тела на шаге 2, то результаты текущего измерения отобразить невозможно, даже если вы нажмете кнопку GUEST/▲MEMO.

4. Нажмите кнопку SET/MODE для последовательного просмотра значений других измерений.



Примечание. О том, как передать данные, см. раздел 8.

5. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для выключения электропитания.

8. Передача данных

Данные измерения можно передать на устройство, поддерживающее беспроводную связь *Bluetooth*[®]. Можно передать до 30 наборов сохраненных результатов измерений для каждого номера личного профиля. Содержание и отображение результатов измерений может различаться в зависимости от приложения, используемого для просмотра.

Подробнее см. руководство к приложению, используемому для просмотра.

Регистрация прибора на устройстве назначения (паринг)

Что означает паринг.

Паринг означает процедуру регистрации прибора на устройстве, чтобы его можно было использовать для передачи данных.

Паринг требуется, если устройство подсоединяется к прибору впервые, или же если то же устройство используется для передачи данных для другого номера личного профиля.

Для паринга прибора с устройством назначения выполните действия ниже.

Подробнее о передаче данных на устройство, уже прошедшее паринг с прибором, см. раздел «Передача данных».

1. Отобразите результаты измерений.



- Паринг (регистрация) после выполнения измерений.
Для отображения результатов измерения следуйте инструкциям в разделе 5.
- Паринг (регистрация) без выполнения измерений.
Для отображения результатов последнего измерения следуйте инструкциям в разделе 7.
- Паринг (регистрация) при использовании режима GUEST.
Можно также зарегистрировать устройство после выполнения измерения в режиме GUEST.
Для отображения результатов измерения следуйте инструкциям в разделе 5.

2. Включите паринг (регистрацию) на устройстве.

Подготовьте приложение на устройстве для паринга.

Подробнее см. руководство, поставляемое с используемым приложением.

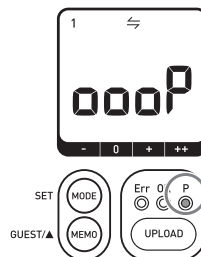
3. Нажмите кнопку UPLOAD и удерживайте ее в течение 2 секунд или более.



С помощью приложения проведите паринг прибор с устройством. Подробнее см. руководство к приложению, используемому для просмотра.

Примечание. Если нажать кнопку UPLOAD в процессе паринга, выполнение паринга прекращается, и отображается предыдущий экран.

Если паринг завершается успешно, загорается индикатор «P» и подается сигнал (два коротких сигнала).



Примечания.

- Если паринг не завершается в течение приблизительно одной минуты, процесс прекращается, а паринг прибора с устройством не выполняется.
- Если процесс паринга не завершен, загорается индикатор «Err», и три раза подается сигнал (три длинных сигнала). Проверьте приложение на подсоединенном устройстве, а затем повторите процедуру, начиная с шага 2.

Передача данных

1. Отобразите результаты измерений.



- Передача данных после выполнения измерения.
Для отображения результатов измерения следуйте инструкциям в разделе 5.
- Передача данных без выполнения измерения.
Для отображения результатов последнего измерения следуйте инструкциям в разделе 7.
- Передача данных с использованием режима GUEST.
Можно также зарегистрировать устройство после выполнения измерения в режиме GUEST.
Для отображения результатов измерения следуйте инструкциям в разделе 5.

Примечание. При использовании режима GUEST передать результаты, сохраненные в приборе, невозможно. Можно лишь передать результаты текущего измерения.

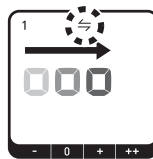
2. Включите передачу данных.

Установите режим передачи в приложении на устройстве назначения.
Подробнее см. руководство к приложению, используемому для просмотра.

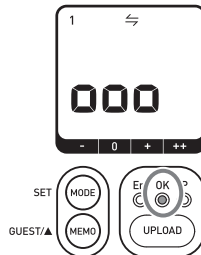
3. Нажмите кнопку UPLOAD.

Отображается экран передачи данных, и прибор начинает передавать данные.

Примечание. Если нажать кнопку UPLOAD во время передачи данных, передача прекращается, и отображается предыдущий экран.



Если передача данных завершается успешно, загорается индикатор «OK», и подается сигнал (два коротких сигнала).



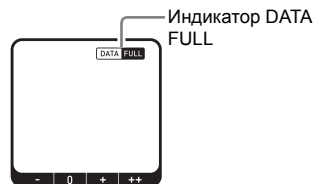
Примечание. Если выполнить передачу данных не удастся, загорается индикатор «Egg», и три раза подается сигнал (три длинных сигнала). Проверьте приложение на подсоединенном устройстве, а затем повторите процедуру, начиная с шага 2.

Через 10 секунд вновь появляется экран, который отображался до начала передачи данных.

4. Нажмите кнопку WEIGHT/OFF для выключения электропитания.

Об индикаторе DATA FULL

Можно сохранить до 30 наборов результатов измерений для каждого номера личного профиля.
Если число сохраненных наборов превышает 30, последний из них удаляется.
Если индикатор DATA FULL мигает или горит, выполните передачу данных как можно скорее во избежание потери результатов измерения.



DATA FULL мигает: сохранено 24-29 наборов результатов измерений.

DATA FULL горит: сохранено 30 наборов результатов измерений.

Примечание. Индикатор DATA FULL не отображается, если сохранено лишь 0-23 наборов результатов измерений.

9. О функции беспроводной связи

CE 0197

Настоящим компания OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd заявляет, что этот монитор состава тела соответствует основным требованиям и другим, связанным с ними положениям Директивы 1999/5/EC. С заявлением о соответствии можно ознакомиться по адресу: www.omron-healthcare.com.



Это Изделие работает в нелицензированной полосе частот, отведенной для промышленной, научной и медицинской радиослужбы (ISM) 2,4 ГГц. Если Изделие используется вблизи других беспроводных устройств (например, микроволновая печь или беспроводная сеть), работающих в той же полосе частот, что и данное Изделие, есть вероятность возникновения интерференции между Изделием и упомянутыми устройствами. В случае возникновения интерференции следует остановить работу других устройств или переместить Изделие до его использования, или же не использовать Изделие вблизи других беспроводных устройств.



Словесный знак *Bluetooth*[®] и логотип являются зарегистрированными товарными знаками, являющимися собственностью компании Bluetooth SIG, Inc., и любое использование этих знаков компанией OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd. обеспечивается лицензией. Другие товарные знаки и торговые марки являются собственностью соответствующих владельцев.



Найдите логотип Continua Certified. Он может служить гарантией того, что устройство надежно обеспечивает связь и ведет обмен данными с изделиями, имеющими аналогичную сертификацию, для улучшения вашего здоровья и самочувствия.

10. Уход за прибором и его хранение

Этот монитор состава тела с *Bluetooth*[®] не требует какого-либо технического обслуживания.

Очистка прибора

- Перед использованием всегда очищайте прибор.
- Протирайте прибор мягкой сухой тканью.
При необходимости смочите ткань водой или моющим средством и тщательно выжмите ее, прежде чем протирать прибор, а затем вытрите сухой тканью насухо.
- Спиртовой раствор можно использовать только для протирания электродов. Для очистки других частей прибора его использование запрещено.
- Для очистки прибора запрещается использовать бензол или растворитель.

Уход и хранение

- Запрещается хранить прибор в следующих условиях:
 - повышенная влажность, когда в прибор может попасть жидкость или влага;
 - высокая температура, прямой солнечный свет и пыльное помещение;
 - места, где возможна неожиданная встряска или вибрация;
 - в местах хранения химикатов или в местах присутствия агрессивного газа.
- Не пытайтесь самостоятельно ремонтировать прибор. При обнаружении дефекта свяжитесь с дистрибутором OMRON или с отделом обслуживания клиентов, чьи контактные данные указаны на упаковке.

11. Отображение ошибок

Отображение ошибки	Причина	Устранение
E _{rr} 1	Недостаточный контакт ступней с электродами.	Нажмите ступнями на электроды, затем выполните измерение (см. раздел 5).
E _{rr} 2	Занято неподходящее для измерения положение, либо недостаточен контакт ступней с электродами.	Выполните измерение, сохраняя неподвижность ступней (см. раздел 5).
E _{rr} 3	Ступни слишком сухие.	Смочите ступни мокрым полотенцем, затем повторите измерение.
E _{rr} 5	Ошибка устройства.	Извлеките элементы питания и вставьте их обратно, затем повторите измерение. Если эта ошибка продолжает возникать, обратитесь к представителю сервисной службы компании OMRON.
E _{rr}	Пользователь встал на прибор или сдвинул прибор прежде, чем на дисплее отобразилось значение «0.0 kg».	Встаньте на прибор после того, как на дисплее отобразится значение «0.0 kg».
	При измерении массы тела пользователь сдвинулся с места.	Не двигайтесь при измерении массы тела.
	Масса вашего тела превышает 150 кг (330,0 фунтов).	Масса тела свыше 150 кг (330,0 фунтов) не может быть измерена этим прибором. Вы не можете пользоваться этим прибором.

12. Устранение неполадок

Проблема	Причина	Устранение
Отображаемое значение состава тела слишком высокое или слишком низкое.	См. раздел «Информация о составе тела».	
Для некоторых параметров в качестве результата измерения отображается «- - -».	Значения состава тела находятся за пределами диапазона измерения.	<ul style="list-style-type: none"> Убедитесь, что в памяти хранятся правильные личные данные: дата рождения, пол и рост (о вводе данных см. в разделе 13). Прибор не может измерять состав тела вне диапазона измерений даже при правильных настройках.
Питание отключается после подтверждения массы тела и до измерения процентного содержания жира, уровня висцерального жира, процентного отношения скелетных мышц в организме, ИМТ и обмена веществ при полном покое организма.	Не выбран правильный номер личного профиля или режим GUEST (на дисплее не отображается номер личного профиля или режим «GUEST»).	Выберите правильный номер личного профиля или режим GUEST (см. раздел 5).
После включения питания ничего не отображается.	Не установлены элементы питания.	Установите элементы питания.
	Элементы питания установлены с нарушением полярности.	Вставьте элементы питания с соблюдением полярности.
	Элементы питания разряжены.	Замените все четыре элемента питания на новые (см. раздел 2).
Невозможно отправить данные. (горит индикатор «E _{rr} »).	При передаче данных устройство назначения находится слишком далеко.	Убедитесь в отсутствии источников интерференции и установите устройство на расстояние не более 5 м от прибора.
	Спаривание (регистрация) не завершено.	Выполните спаривание (регистрацию) (см. раздел 8).
	Приложение на подсоединенном устройстве не готово к работе.	Проверьте приложение и еще раз попробуйте отправить данные. Если после проверки приложения индикатор «E _{rr} » продолжает гореть, свяжитесь с центром обслуживания (поддержки) поставщика приложения.

RU

13. Технические данные

Изделие	Монитор состава тела с <i>Bluetooth</i> [®]	
Модель	BF206-BT (HBF-206IT-E)	
Дисплей	Масса тела:	от 0 до 150 кг с шагом 0,1 кг (от 0,0 до 330,0 фунтов с шагом 0,2 фунта)
	Процентное содержание жира в организме:	от 5,0 до 60,0% с шагом 0,1%
	Процентное отношение скелетных мышц:	от 5,0 до 50,0% с шагом 0,1%
	ИМТ:	от 7,0 до 90,0 с шагом 0,1
	Обмен веществ при полном покое организма:	385–3999 ккал с шагом 1 ккал
	Возраст тела:	от 18 до 80 лет с шагом в 1 год
	Уровень висцерального жира:	30 уровней с шагом в 1 уровень
	Классификация процентного содержания жира в организме и процентного отношения скелетных мышц:	
	– (низкое) / 0 (нормальное) / + (высокое) / ++ (очень высокое) с 4 уровнями по 3 подуровня в каждом	
	Классификация висцерального жира по уровням:	
	0 (нормальное) / + (высокое) / ++ (очень высокое) с 3 уровнями по 3 подуровня в каждом	
Память	Память дисплея:	результаты последнего (предыдущего) измерения
	Емкость памяти прибора:	до 30 наборов
Протокол передачи	Беспроводная технология <i>Bluetooth</i> [®] , версия 2.1 + EDR, класс 2	
Ввод данных	Персональные данные: До четырех пользователей могут сохранять следующую информацию.	
	Рост:	от 100,0 до 199,5 см (от 3 футов 4 дюймов до 6 футов 6 3/4 дюйма)
	Дата рождения:	с 1 января 1900 г. по 31 декабря 2030 г.
	Пол:	мужской/женский
	* Единицы измерения: кг (см)/фунты (фут·дюйм)	
	* Возрастной диапазон для процентного содержания жира в организме составляет 10-80 лет.	
	* Возрастной диапазон для процентного отношения скелетных мышц, классификации процентного отношения скелетных мышц, уровня обмена веществ при полном покое организма, классификации уровня висцерального жира в организме и для возраста тела составляет 18–80 лет.	
	* Возрастной диапазон для классификации процентного содержания жира в организме составляет 20-80 лет.	
Точность измерения массы тела	0,0–40,0 кг: ± 0,4 кг (0,0–88,2 фунта: ± 0,88 фунта) 40,0–150,0 кг: ± 1% (88,2–330,0 фунтов: ± 1%)	
Точность (стандартная ошибка)	Процентное содержание жира в организме:	3,5%
	Процентное отношение скелетных мышц:	3,5%
	Уровень висцерального жира:	3 уровня
Энергопитание	4 щелочных элемента питания типа AA (LR6)	
Срок службы элементов питания	Приблизительно шесть месяцев (при использовании щелочных элементов питания AA в режиме измерения с передачей данных четыре раза в день при комнатной температуре 23°C).	
Рабочая температура/влажность	от +10°C до +40°C, относительная влажность от 30% до 85%	
Температура/влажность/давление воздуха при хранении	от –20°C до +60°C, относительная влажность от 10% до 95%, 700–1060 гПа	
Масса	Приблизительно 1,8 кг (3,97 фунта) (включая элементы питания)	
Габаритные размеры	Прибл. 300 (Ш) × 38 (В) × 290 мм (Г) (прибл. 11 3/4 (Ш) × 1 1/2 (В) × 11 3/8 дюйма (Г))	
Комплект поставки	Монитор состава тела с <i>Bluetooth</i> [®] , 4 щелочных элемента питания AA (R6), руководство по эксплуатации, гарантийный талон	

Примечание. Возможны технические изменения без предварительного уведомления.



= Тип BF

CE 0197

Данный прибор удовлетворяет требованиям директивы EC 93/42/EEC (Директива о медицинских приборах).



**Надлежащая утилизация продукта
(использованное электрическое и электронное оборудование)**

Этот символ на продукте или описании к нему указывает, что данный продукт не подлежит утилизации вместе с другими домашними отходами по окончании срока службы. Для предотвращения возможного ущерба для окружающей среды или здоровья человека вследствие неконтролируемой утилизации отходов, пожалуйста, отделите этот продукт от других типов отходов и утилизируйте его надлежащим образом для рационального повторного использования материальных ресурсов.

Домашним потребителям следует связаться с розничным торговым представителем, у которого продукт был приобретен, или местным органом власти, для получения подробной информации о том, куда и как доставить данный прибор для экологически безопасной переработки.

Промышленным потребителям надлежит связаться с поставщиком и проверить сроки и условия контракта на закупку. Данный продукт не следует утилизировать совместно с другими коммерческими отходами.

Данный продукт не содержит никаких вредных веществ.
Утилизация отработанных батареек должна производиться в соответствии с установленными правилами утилизации аккумуляторных батарей.

Важная информация об электромагнитной совместимости (ЭМС)

Поскольку количество таких электронных устройств, как ПК и мобильные (сотовые) телефоны, увеличивается, используемые медицинские приборы могут быть чувствительными к электромагнитным помехам, создаваемым другими устройствами. Электромагнитные помехи могут нарушать работу медицинского прибора и создавать потенциально небезопасную ситуацию.

Медицинские приборы также не должны мешать функционированию других устройств.

Чтобы регламентировать требования по ЭМС (электромагнитной совместимости) с целью предотвращения возникновения небезопасных ситуаций, связанных с использованием продукции, был введен в действие стандарт EN60601-1-2:2007. Этот стандарт определяет уровни устойчивости к электромагнитным помехам, а также максимальные уровни электромагнитного излучения применительно к медицинскому оборудованию.

Данный медицинский прибор, произведенный компанией OMRON Healthcare, удовлетворяет требованиям стандарта EN60601-1-2:2007 относительно устойчивости к помехам и испускаемого излучения.


Тем не менее следует соблюдать специальные меры предосторожности:

Вблизи данного медицинского прибора не следует использовать мобильные (сотовые) телефоны и прочие устройства, которые генерируют сильные электрические или электромагнитные поля. Это может нарушать работу прибора и создавать потенциально небезопасную ситуацию. Рекомендуется соблюдать дистанцию не менее 7 м. Удостоверьтесь в правильности работы прибора, если дистанция меньше.


Остальная документация о соответствии EN60601-1-2:2007 находится в офисе компании OMRON Healthcare Europe по адресу, указанному в этом руководстве.

С этой документацией также можно ознакомиться на сайте www.omron-healthcare.com.

RU

 <p>Производитель</p>	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Укьо-ку, Киото, 615-0084, Япония</p>		
<p>Представитель в ЕС</p> <table border="1" data-bbox="272 1608 456 1684"> <tr> <td data-bbox="272 1608 363 1684">ЕС</td> <td data-bbox="363 1608 456 1684">REP</td> </tr> </table>	ЕС	REP	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, Нидерланды www.omron-healthcare.com</p>
ЕС	REP		
<p>Филиал</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, Великобритания</p>		
	<p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, Германия www.omron-medizintechnik.de</p>		
	<p>OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Франция</p>		

Сделано в Китае

<p align="center">OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, اليابان, 615-0084</p>	<p align="center">الشركة المُصنعة</p> 		
<p align="center">OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, هولندا www.omron-healthcare.com</p>	<p align="center">جهة التمثيل بالاتحاد الأوروبي</p> <table border="1" data-bbox="1141 1585 1327 1659"> <tr> <td align="center">EC</td> <td align="center">REP</td> </tr> </table>	EC	REP
EC	REP		
<p align="center">OMRON HEALTHCARE UK LIMITED Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK15 0DG, المملكة المتحدة</p>	<p align="center">الشركات التابعة</p>		
<p align="center">OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, ألمانيا www.omron-medizintechnik.de</p>			
<p align="center">OMRON Santé France SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, فرنسا</p>			

صنع في الصين

AR

معلومات هامة عن التوافق الكهرومغناطيسي (EMC)

مع الزيادة المطردة في عدد الأجهزة الإلكترونية مثل الحواسيب الشخصية والهواتف المحمولة (الخلوية)، قد تتعرض الأجهزة الطبية قيد الاستخدام للتشويش الكهرومغناطيسي من الأجهزة الأخرى. قد يؤدي التداخل الكهرومغناطيسي إلى عمل الجهاز الطبي بشكل غير صحيح وغير آمن. يجب ألا تتداخل أيضًا الأجهزة الطبية مع الأجهزة الأخرى.

تم تطبيق معيار EN60601-1-2:2007 لتنظيم متطلبات EMC (التوافق الكهرومغناطيسي) للحيلولة دون استخدام المنتج بشكل غير آمن. يحدد المعيار مستويات المقاومة للتداخلات الكهرومغناطيسية، بالإضافة إلى المستويات القصوى للانبعاثات الكهرومغناطيسية للأجهزة الطبية.

تم تصنيع هذا الجهاز الطبي بواسطة OMRON Healthcare وهو يتوافق مع هذا المعيار EN60601-1-2:2007 من حيث المقاومة والانبعاثات. وبالرغم من ذلك، هناك احتياطات خاصة يجب مراعاتها:

● لا تستخدم الهواتف المحمولة والأجهزة الأخرى التي تولد مجالات كهربائية أو كهرومغناطيسية قوية بالقرب من الجهاز الطبي. فقد يؤدي هذا إلى عمل الجهاز بصورة بشكل غير صحيح وغير آمن. ينصح بالابتعاد لمسافة ٧ أمتار على الأقل عن تلك الأجهزة. تأكد من عمل الجهاز بشكل سليم إذا كانت المسافة أقل من ذلك.

تتوفر وثائق إضافية حول التوافق مع معيار EN60601-1-2:2007 لدى OMRON Healthcare Europe في العنوان الوارد في كتيب الإرشادات هذا.

كما تتوفر الوثائق أيضًا في موقع الويب التالي: www.omron-healthcare.com.

**التخلص السليم من هذا المنتج
(معدات كهربائية وإلكترونية مستهلكة)**

تشير هذه العلامة الموجودة على المنتج أو المطبوعات الخاصة به إلى حتمية عدم التخلص منه مع المخلفات المنزلية الأخرى عندما يصبح غير صالح للاستخدام. للحيلولة دون تعرض البيئة أو الصحة البشرية لأي أذى ينجم عن التخلص غير الموجه من النفايات، يرجى عزل هذا الجهاز عن أنواع المخلفات الأخرى وإعادة تدويره بشكل موثوق به وذلك لدعم إعادة استخدام موارد الخامات بشكل دائم.

يجب على من يستخدمون الجهاز بالمنزل الاتصال بالمكان الذي ابتاعوا الجهاز منه أو المكتب الحكومي المحلي التابعين له للحصول على معلومات بخصوص المكان الذي يمكن التوجه إليه بالجهاز لإعادة تدويره بشكل لا يمثل خطرًا على البيئة.

يجب على من يستخدمون الجهاز داخل نطاق مؤسسي الاتصال بالمورّد ومراجعة بنود وشروط عقد الشراء.

يجب ألا يختلط هذا المنتج مع المخلفات التجارية الأخرى المقرر التخلص منها.

يجب التخلص من البطاريات المستهلكة وفقًا للوائح المحلية للتخلص من البطاريات.

١٣. البيانات الفنية

جهاز مراقبة مكونات الجسم باستخدام Bluetooth® BF206-BT (HBF-206IT-E)	المنتج الطراز الشاشة
وزن الجسم: من ٠ إلى ١٥٠ كجم مع زيادة ٠,١ كجم (من ٠,٠ إلى ٣٣٠,٠ كجم مع زيادة ٠,٢ رطل) من ٥,٠ إلى ٦٠,٠٪ مع زيادة ٠,١٪ من ٥,٠ إلى ٥٠,٠٪ مع زيادة ٠,١٪ من ٧,٠ إلى ٩٠,٠ مع زيادة بمقدار ٠,١ من ٣٨٥ إلى ٣٩٩٩ سعر حراري مع زيادة ١ سعر حراري ١٨ إلى ٨٠ عام مع زيادة ١ عام ٣٠ مستوى مع زيادة بمقدار مستوى واحد	النسبة المئوية للدهون بالجسم: النسبة المئوية للعضلات الهيكلية: مؤشر كتلة الجسم: الأيض وقت الراحة: عمر الجسم: مستوى الدهون الحشوية: تصنيف النسبة المئوية للدهون بالجسم والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية: - (منخفض) / (طبيعي) / (مرتفع) ++ (مرتفع جدًا) أربعة مستويات بثلاثة مستويات فرعية لكل منها تصنيف مستوى الدهون الحشوية: ٠ (طبيعي) / + (مرتفع) ++ (مرتفع جدًا) ثلاثة مستويات بثلاثة مستويات فرعية لكل منها نتائج القياس الأخير (السابق) ما يصل إلى ٣٠ مجموعة
تكنولوجيا Bluetooth® اللاسلكية إصدار 2.1 + EDR Class 2 معلومات البيانات الشخصية: يمكن تخزين المعلومات التالية لما يصل إلى أربعة أشخاص. من ١٠٠,٠ إلى ١٩٩,٥ سم (من ٣'٤" إلى ٦'٦" / ٣") ١ يناير ١٩٠٠ إلى ٣١ ديسمبر ٢٠٣٠ ذكر/أنثى	الذاكرة بروتوكول النقل عناصر الإعداد
النوع: وحدات القياس: كجم (سم) / رطل (قدم*بوصة) * يتراوح نطاق العمر للنسبة المئوية للدهون بالجسم ما بين ١٠ إلى ٨٠ عامًا. * يتراوح نطاق العمر للنسبة المئوية للعضلات الهيكلية وتصنيف النسبة المئوية للعضلات الهيكلية ومعدل الأيض في وقت الراحة ومستوى الدهون الحشوية وتصنيف مستوى الدهون الحشوية وعمر الجسم من ١٨ إلى ٨٠ عامًا. * بينما يبلغ نطاق العمر بالنسبة لتصنيف النسبة المئوية للدهون في الجسم من ٢٠ إلى ٨٠ عامًا.	دقة الوزن
من ٠,٠ كجم إلى ٤٠,٠ كجم: ± ٠,٤ كجم (من ٠,٠ رطل إلى ٨٨,٢ رطلاً: ± ٠,٨٨ رطل) من ٤٠,٠ كجم إلى ١٥٠,٠ كجم: ± ١٪ (من ٨٨,٢ رطلاً إلى ٣٣٠,٠ رطلاً: ± ١٪) ٣,٥٪ النسبة المئوية للدهون بالجسم: النسبة المئوية للعضلات الهيكلية: مستوى الدهون الحشوية: ثلاثة مستويات	الدقة (S.E.E.)
أربع بطاريات قلبية بحجم AA (LR6). حوالي ستة أشهر (عند استخدام البطاريات القلبية بحجم AA مع أربعة مقاييس ومع نقل البيانات يوميًا في درجة حرارة الغرفة ٢٣ درجة مئوية) من ١٠٤ درجات مئوية إلى ٤٠٤ درجة مئوية، من ٣٠٪ إلى ٨٥٪ رطوبة نسبية من ٢٠- درجة مئوية إلى ٦٠٤ درجة مئوية، من ١٠٪ إلى ٩٥٪ رطوبة نسبية، من ٧٠٠ هيكروباسكال إلى ١٠٦٠ هيكروباسكال حوالي ١,٨ كجم (٣,٩٧ رطل) (بما في ذلك البطاريات) حوالي. ٣٠٠ (عرض) ٣٨ × (ارتفاع) ٢٩٠ × مم (عمق) (حوالي ١١ ٣/٤" (عرض) ١ ١/٢" (ارتفاع) ١١ ٣/٨" (عمق))	مورد الطاقة عمر البطارية حرارة/رطوبة التشغيل درجة الحرارة/الرطوبة/الضغط الجوي الخاص بالتخزين الوزن الأبعاد الخارجية محتويات العبوة
جهاز مراقبة مكونات الجسم باستخدام Bluetooth® ، أربع بطاريات قلبية بحجم AA من نوع (LR6)، كتيب إرشادات، بطاقة الضمان	

ملاحظة: عرضة للتعديل الفني دون إخطار مسبق.

CE0197 BF نوع = 

يفي الجهاز بشروط التوجه الأوروبي 93/42/EEC (توجيهات الأجهزة الطبية).

AR

١١. شاشات الخطأ

شاشة الخطأ	السبب	التصحيح
Err 1	باطن قدميك ليس على اتصال جيد بالأقطاب الكهربائية.	اضغط بباطن قدميك على الأقطاب الكهربائية، ثم قم بإجراء القياس. (راجع القسم ٥.)
Err 2	وضع القياس خطأ أو أن باطن القدمين ليس على اتصال جيد بالأقطاب الكهربائية.	القياس دون تحريك باطن القدمين. (راجع القسم ٥.)
Err 3	باطن القدمين جاف تمامًا.	قم بتطهير باطن القدمين باستخدام منشفة مبللة، ثم أعد عملية القياس.
Err 5	خطأ الجهاز.	قم بتركيب البطاريات مرة أخرى، ثم كرر عملية القياس. إذا استمر حدوث هذا الخطأ، فاستشر مندوب خدمة OMRON.
Err	لقد صعدت على الجهاز أو قمت بتحريكه قبل أن يظهر "0.0 kg" على الشاشة.	اصعد إلى الجهاز بعد ظهور "0.0 kg" على الشاشة.
	لقد قمت بتحريك جسمك أثناء قياس وزن الجسم.	لا تتحرك أثناء قياس وزن الجسم.
	وزنك أكثر من ١٥٠ كجم (٣٣٠.٠ رطلاً).	يقع وزن الجسم الذي يزيد عن ١٥٠ كجم (٣٣٠.٠ رطلاً) خارج نطاق القياس الخاص بهذا الجهاز. لا يمكنك استخدام هذه الوحدة.

١٢. استكشاف الأخطاء وإصلاحها

المشكلة	السبب	التصحيح
قيمة مكونات الجسم المعروضة مرتفعة أو منخفضة بشكل غير طبيعي.	راجع "معلومات حول مكونات الجسم".	
"- - -" تظهر لبعض عناصر نتائج القياس.	قيم مكونات الجسم خارج النطاق القابل للقياس.	<ul style="list-style-type: none"> يرجى التأكد من صحة إعدادات تاريخ الميلاد والنوع والطول التي تم تخزينها كبيانات شخصية. (راجع عناصر الإعداد في القسم ١٣.) لا يمكن للجهاز قياس مكونات الجسم الموجودة خارج نطاق القياس الخاص بها، حتى وإن كانت الإعدادات صحيحة.
يتم فصل الطاقة بعد تأكيد وزن الجسم وقيل أن يتم قياس النسبة المئوية للدهون بالجسم ومستوى الدهون الحشوية والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية ومؤشر كتلة الجسم والأبيض وقت الراحة.	لم يتم بتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الصحيح أو وضع GUEST (ضعيف). (لا يتم عرض رقم ملف التعريف الشخصي أو "GUEST" (ضعيف) على جهاز العرض).	حدد رقم ملف التعريف الشخصي الصحيح أو وضع GUEST (ضعيف). (راجع القسم ٥.)
لا يتم عرض أي شيء عند تشغيل الجهاز.	لم يتم تركيب البطاريات.	قم بتركيب البطاريات.
	أقطاب البطاريات غير محاذاة لبعضها البعض على نحو صحيح.	قم بتركيب البطاريات مع محاذاتها على النحو الصحيح.
	لقد استُهلكت البطاريات.	استبدل كافة البطاريات الأربعة بأخرى جديدة. (راجع القسم ٢.)
	جهاز استقبال البيانات بعيد جدًا.	بعد التحقق من عدم وجود مصادر تداخل بالقرب، حرك الجهاز لمسافة حوالي ٥ متر من الوحدة.
	لم يتم استكمال الإقران (التسجيل).	إجراء الإقران (التسجيل). (راجع القسم ٨.)
يتعذر إرسال البيانات. (بضوء المؤشر "Err").	التطبيق الموجود على الجهاز الموصل غير جاهز.	تحقق من التطبيق ثم حاول إرسال البيانات مرة أخرى. إذا استمر مؤشر "Err" في الإضاءة بعد التحقق من التطبيق، فاتصل بمركز الدعم للخدمة لمقدم التطبيق.

٩. حول وظيفة الاتصالات اللاسلكية

بموجب هذا، تعلن OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd، أن جهاز مراقبة مكونات الجسم هذا يتوافق مع المتطلبات الأساسية لتوجيهات الاتحاد الأوروبي "Directive 1999/5/EC" والشروط الأخرى المتعلقة بذلك قد يتم الرجوع لإعلان المطابقة على موقع www.omron-healthcare.com.

CE0197

يعمل هذا المنتج في نطاق التردد ISM غير المرخص عند ٢,٤ جيجا هرتز. في حالة استخدام هذا المنتج حول أجهزة لاسلكية أخرى بما في ذلك فرن الميكروويف وحول الشبكة المحلية "LAN" اللاسلكية، التي تشغل نفس نطاق التردد لهذا المنتج، فهناك احتمالية حدوث تداخل بين هذا المنتج وأجهزة أخرى. إذا حدث هذا التداخل، فالرجاء إيقاف عمل الأجهزة الأخرى أو نقل هذا المنتج قبل استخدام هذا المنتج أو لا تستخدم هذا المنتج حول الأجهزة اللاسلكية الأخرى.



إن علامة Bluetooth® هي علامة تجارية مسجلة تابعة لشركة Bluetooth SIG, Inc. ويكون أي استخدام لهذه العلامات بواسطة شركة OMRON HEALTHCARE Co.,Ltd بموجب ترخيص. تكون العلامات التجارية الأخرى والأسماء التجارية لهذا المنتج خاصة بمالكه.



ابحث عن شعار Continua Certified. يعد هذا الشعار ضمان لك بأن يقوم الجهاز بتوصيل المعلومات وتبادلها بشكل موثوق فيه مع منتجات موثقة على نفس النحو، لمساعدتك على إدارة صحتك ورفاهيتك.



١٠. كيفية العناية بالجهاز وتخزينه

لا يحتاج جهاز مراقبة مكونات الجسم باستخدام Bluetooth® إلى صيانة.

كيفية تنظيف الجهاز

- حافظ دوماً على الجهاز نظيفاً قبل الاستخدام.
- امسح الجهاز بقطعة قماش جافة لينة.
- عند الضرورة، استخدم قطعة قماش عليها ماء أو مادة منظفة واعصرها جيداً قبل مسح الجهاز، ثم امسح الجهاز بقطعة قماش جافة.
- يمكنك استخدام كحول التنظيف لتنظيف الأقطاب الكهربائية، لكن لا تستخدمه مع أجزاء أخرى من الجهاز.
- لا تستخدم البنزين أو السائل الطيار لتنظيف الجهاز.

الرعاية والتخزين

- لا تقم بتخزين الجهاز في الظروف التالية:
 - الرطوبة، حيث قد تصل الرطوبة أو الماء إلى داخل الجهاز
 - درجات الحرارة المرتفعة أو ضوء الشمس المباشر أو الأماكن المليئة بالأتربة
 - الأماكن التي تتعرض لمخاطر الصدمات أو الاهتزازات المفاجئة
 - في أماكن تخزين المواد الكيميائية أو حيث توجد غازات مسببة للتآكل.
- لا تقم بإجراء إصلاحات من أي نوع بنفسك. في حالة حدوث أي خلل، استشر خدمة العملاء أو الموزع التابع لشركة OMRON كما هو موضح على العبوة.

نقل البيانات

١. عرض نتائج القياس.



- نقل البيانات بعد أخذ القياس:
- اتبع الخطوات في قسم ٥، لعرض نتائج القياس.
- نقل البيانات دون أخذ القياس:
- اتبع الخطوات في قسم ٧، لعرض النتائج للقياس الأخير.
- نقل البيانات أثناء استخدام وضع GUEST (ضيف):
يمكنك تسجيل جهاز أيضًا بعد أخذ قياس باستخدام وضع GUEST (ضيف).
- اتبع الخطوات في قسم ٥، لعرض نتائج القياس.

ملاحظة: عند استخدام وضع GUEST (ضيف)، لا يمكنك إرسال النتائج المخزنة على الجهاز، يمكنك فقط إرسال نتائج القياس للقياس الحالي.

٢. تمكين نقل البيانات.

تعيين التطبيق على جهاز الاستقبال على وضع النقل.
للحصول على تفاصيل، راجع الدليل المزود مع التطبيق الذي تستخدمه.

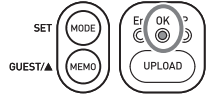
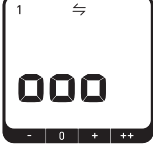
٣. اضغط زر UPLOAD (تحميل).

تتغير الشاشة إلى شاشة نقل البيانات، ويبدأ الجهاز في نقل البيانات.

ملاحظة: إذا قمت بالضغط على زر UPLOAD (تحميل) أثناء نقل البيانات، فستتوقف عملية النقل وستعود الشاشة إلى الشاشة السابقة.



إذا تم إرسال البيانات بنجاح، فسيضيء المؤشر "OK" وسيطلق الإنذار صوت صغير (علامة ضوئية! علامة ضوئية!).



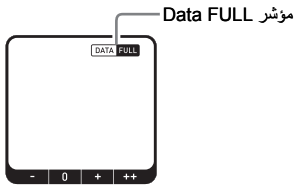
ملاحظة: إذا لم يتم استكمال عملية نقل البيانات بنجاح، فسيضيء المؤشر "Err" وسيطلق الإنذار صوت صغير ثلاث مرات (صوت صغير! صوت صغير! صوت صغير!).
تحقق من التطبيق الموجود على الجهاز المتصل، ثم كرر الإجراء من الخطوة ٢ للمحاولة مرة أخرى.
ستعود الشاشة إلى الشاشة التي ظهرت قبل بدء نقل البيانات بعد ١٠ ثوانٍ.

٤. اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف التشغيل).

لإيقاف تشغيل الطاقة.

حول مؤشر Data FULL

يمكن تخزين ما يزيد عن ٣٠ مجموعة من نتائج القياس المخزنة لكل رقم ملف تعريف شخصي.
إذا زاد الرقم عن ٣٠، يتم حذف النتائج القديمة.
إذا ومض مؤشر Data FULL أو ظل مضيئًا، فقم بنقل البيانات إلى الجهاز بأسرع ما يمكن لتجنب فقدان نتائج القياس.



DATA FULL يومض: تم تخزين ٢٩-٢٤ مجموعة من نتائج القياس.

DATA FULL يضيء: تم تخزين ٣٠ مجموعة من نتائج القياس.

ملاحظة: لا يظهر مؤشر Data FULL عند تخزين ٠ إلى ٢٣ نتيجة قياس فقط.

٨. نقل البيانات

يمكنك نقل بيانات القياس إلى جهاز يعمل بتكنولوجيا Bluetooth® اللاسلكية. يمكنك نقل ما يزيد عن ٣٠ مجموعة من نتائج القياس المخزنة لكل رقم ملف تعريف شخصي. قد يختلف المحتوى لنتائج القياس وعرضها على حسب التطبيق المستخدم لعرضها. للحصول على تفاصيل، راجع الدليل المزود مع التطبيق الذي تستخدمه.

تسجيل الجهاز مع الجهاز المستقبل (إقران)

ما المقصود بالإقران:

يشير ذلك إلى الإجراء المستخدم لتسجيل الوحدة كي يمكن استخدامه في نقل البيانات. يلزم إجراء الإقران عند توصيل جهاز بالوحدة للمرة الأولى، أو إذا تم استخدام نفس الجهاز لنقل البيانات لرقم ملف تعريف شخصي مختلف. اتبع الإجراء أدناه لإقران الوحدة بجهاز الاستقبال.

راجع "نقل البيانات" للحصول على معلومات حول نقل البيانات مع جهاز تم إقرانه بالفعل مع الوحدة.

١. عرض نتائج القياس.



- الإقران (التسجيل) بعد أخذ قياس:
- اتبع الخطوات في قسم ٥، لعرض نتائج القياس.
- الإقران (التسجيل) دون أخذ قياس:
- اتبع الخطوات في قسم ٧، لعرض النتائج للقياس الأخير.
- الإقران (التسجيل) أثناء استخدام وضع GUEST (ضيف):
يمكنك تسجيل جهاز أيضاً بعد أخذ قياس باستخدام وضع GUEST (ضيف).
اتبع الخطوات في قسم ٥، لعرض نتائج القياس.

٢. تمكين الإقران (تسجيل) على الجهاز.

تعيين التطبيق على الجهاز الجاهز للإقران.
للحصول على تفاصيل، راجع الدليل المزود مع التطبيق الذي تستخدمه.

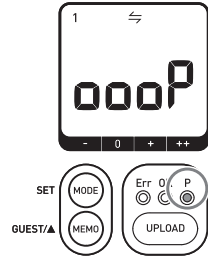
٣. اضغط زر UPLOAD (تحميل) لثانيتين أو لمدة أطول.



استخدم التطبيق للإقران مع الجهاز.
للحصول على تفاصيل، راجع الدليل المزود مع التطبيق الذي تستخدمه.

ملاحظة: إذا قمت بالضغط على زر UPLOAD (تحميل) أثناء الإقران، فستتوقف عملية الإقران وستعود الشاشة إلى الشاشة السابقة.

إذا تم استكمال الإقران بنجاح، فسيضيء المؤشر "P" وسيطلق الإنذار صوت صفير (علامة ضوئية! علامة ضوئية!).



ملاحظات:

- إذا لم يتم استكمال عملية الإقران خلال دقيقة تقريباً، فستنتهي العملية دون الإقران بالجهاز.
- إذا لم يتم استكمال عملية الإقران بنجاح، فسيضيء المؤشر "Err" وسيطلق الإنذار صوت صفير ثلاث مرات (صوت صفير! صوت صفير! صوت صفير!).
- تحقق من التطبيق الموجود على الجهاز المتصل، ثم كرر الإجراء من الخطوة ٢ للمحاولة مرة أخرى.

٧. عرض نتائج القياس الأخيرة

يتم تخزين ما يصل إلى ٣٠ نتيجة قياس تلقائيًا لكل رقم ملف تعريف شخصي ويمكن عرض نتائج القياس الأخير (السابقة) لهذا القياس.

ملاحظة: عند استخدام الوضع Guest (ضيف)، لا يتم تخزين نتائج القياس.

٣. اضغط على زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة).



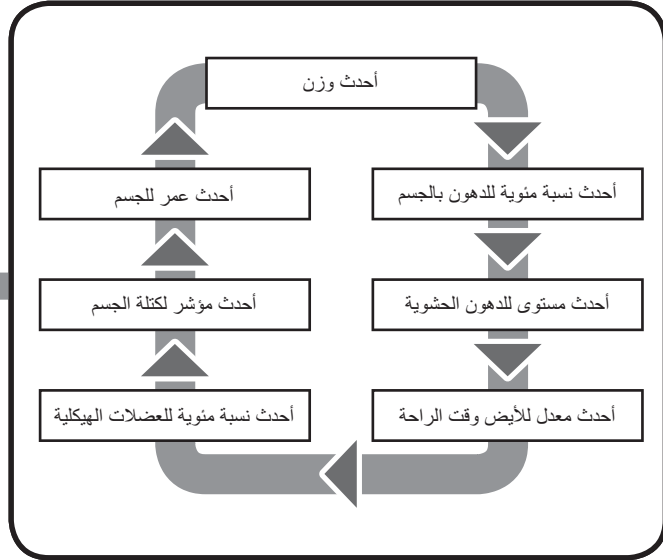
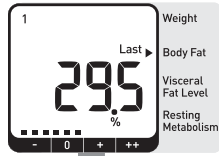
يتم عرض قيمة الوزن الأخير.

إذا قمت بقياس مكونات جسمك في الخطوة ٢، تعمل كل ضغطة على زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة) بالتبديل بين نتيجة القياس الحالية وبين النتيجة الأخيرة (السابقة).

ملاحظات:

- إذا لم تكن هناك نتائج للقياس الأخير، تظهر " - - - ".
- إذا لم يتم بقياس مكونات جسمك في الخطوة ٢، لا يمكن عرض نتائج القياس الحالية حتى وإن قمت بالضغط على زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة).

٤. اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتنتقل بين قيم القياس الأخرى.



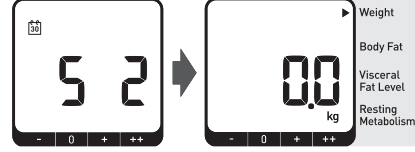
ملاحظة: راجع قسم ٨ إذا كنت تريد نقل البيانات.

٥. اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف التشغيل) لإيقاف تشغيل الطاقة.

٦. قياس الوزن فقط

٣. راجع نتيجة القياس.
يظهر الوزن الخاص بك ويومض مرتين للإشارة إلى اكتمال عملية القياس.
٤. عند اكتمال عملية القياس، قم بالنزول من على الجهاز وقم بإيقاف تشغيله.

١. اضغط زر (الوزن/إيقاف التشغيل) WEIGHT/OFF لتشغيل الطاقة.
يظهر التاريخ الحالي على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg".



ملاحظة: إذا صعدت على الجهاز قبل ظهور "0.0 kg" على الشاشة، فستظهر رسالة خطأ "Err".

٢. عند ظهور "0.0 kg" (صفر كجم) يمكنك الصعود إلى الجهاز.

تفسير نتيجة النسبة المئوية للدهون بالجسم

النوع	العمر	- (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جداً)
أنثى	٣٩-٢٠	> ٢١,٠ %	٢١,٠ - ٢٦,٩ %	٢٣,٠ - ٣٨,٩ %	≥ ٣٩,٠ %
	٥٩-٤٠	> ٢٣,٠ %	٢٣,٠ - ٣٣,٩ %	٣٤,٠ - ٣٩,٩ %	≥ ٤٠,٠ %
	٨٠-٦٠	> ٢٤,٠ %	٢٤,٠ - ٣٥,٩ %	٣٦,٠ - ٤١,٩ %	≥ ٤٢,٠ %
ذكر	٣٩-٢٠	> ٨,٠ %	٨,٠ - ١٩,٩ %	٢٠,٠ - ٢٤,٩ %	≥ ٢٥,٠ %
	٥٩-٤٠	> ١١,٠ %	١١,٠ - ٢١,٩ %	٢٢,٠ - ٢٧,٩ %	≥ ٢٨,٠ %
	٨٠-٦٠	> ١٣,٠ %	١٣,٠ - ٢٤,٩ %	٢٥,٠ - ٢٩,٩ %	≥ ٣٠,٠ %

وفقاً لإرشادات المعاهد القومية للصحة لمنظمة الصحة العالمية فيما يتعلق بـ BMI وفقاً لتقارير جالاجر وآخرين، المجلة الأميركية للتغذية الإكلينيكية، المجلد ٧٢، سبتمبر ٢٠٠٠

تفسير نتيجة مستوى الدهون الحشوية

مستوى الدهون الحشوية	تصنيف المستوى
٩ - ١	٠ (طبيعي)
١٤ - ١٠	+ (مرتفع)
٣٠ - ١٥	++ (مرتفع جداً)

وفقاً لأرقام شركة OMRON HEALTHCARE

تفسير نتيجة مؤشر كتلة الجسم

مؤشر كتلة الجسم	مؤشر كتلة الجسم (التعيين بواسطة منظمة الصحة العالمية)
مؤشر كتلة الجسم > ١٨,٥	نقصان الوزن
١٨,٥ ≤ مؤشر كتلة الجسم > ٢٥	طبيعي
٢٥ ≤ مؤشر كتلة الجسم > ٣٠	زيادة الوزن
٣٠ ≤ مؤشر كتلة الجسم	البدانة

تفسير المؤشرات المذكورة أعلاه إلى القيم الخاصة بالحكم على السمنة والمقترحة من قبل WHO، منظمة الصحة العالمية.

تفسير نتيجة النسبة المئوية للعضلات الهيكلية (البالغين)

النوع	العمر	- (منخفض)	٠ (طبيعي)	+ (مرتفع)	++ (مرتفع جداً)
أنثى	٣٩-١٨	> ٢٤,٣ %	٢٤,٣ - ٣٠,٣ %	٣٠,٣ - ٣٥,٣ %	≥ ٣٥,٤ %
	٥٩-٤٠	> ٢٤,١ %	٢٤,١ - ٣٠,١ %	٣٠,٢ - ٣٥,١ %	≥ ٣٥,٢ %
	٨٠-٦٠	> ٢٣,٩ %	٢٣,٩ - ٢٩,٩ %	٣٠,٠ - ٣٤,٩ %	≥ ٣٥,٠ %
ذكر	٣٩-١٨	> ٣٣,٣ %	٣٣,٣ - ٣٩,٣ %	٣٩,٤ - ٤٤,٠ %	≥ ٤٤,١ %
	٥٩-٤٠	> ٣٣,١ %	٣٣,١ - ٣٩,١ %	٣٩,٢ - ٤٣,٨ %	≥ ٤٣,٩ %
	٨٠-٦٠	> ٣٢,٩ %	٣٢,٩ - ٣٨,٩ %	٣٩,٠ - ٤٣,٦ %	≥ ٤٣,٧ %

وفقاً لأرقام شركة OMRON HEALTHCARE

٤. اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف التشغيل) لإيقاف تشغيل الطاقة.

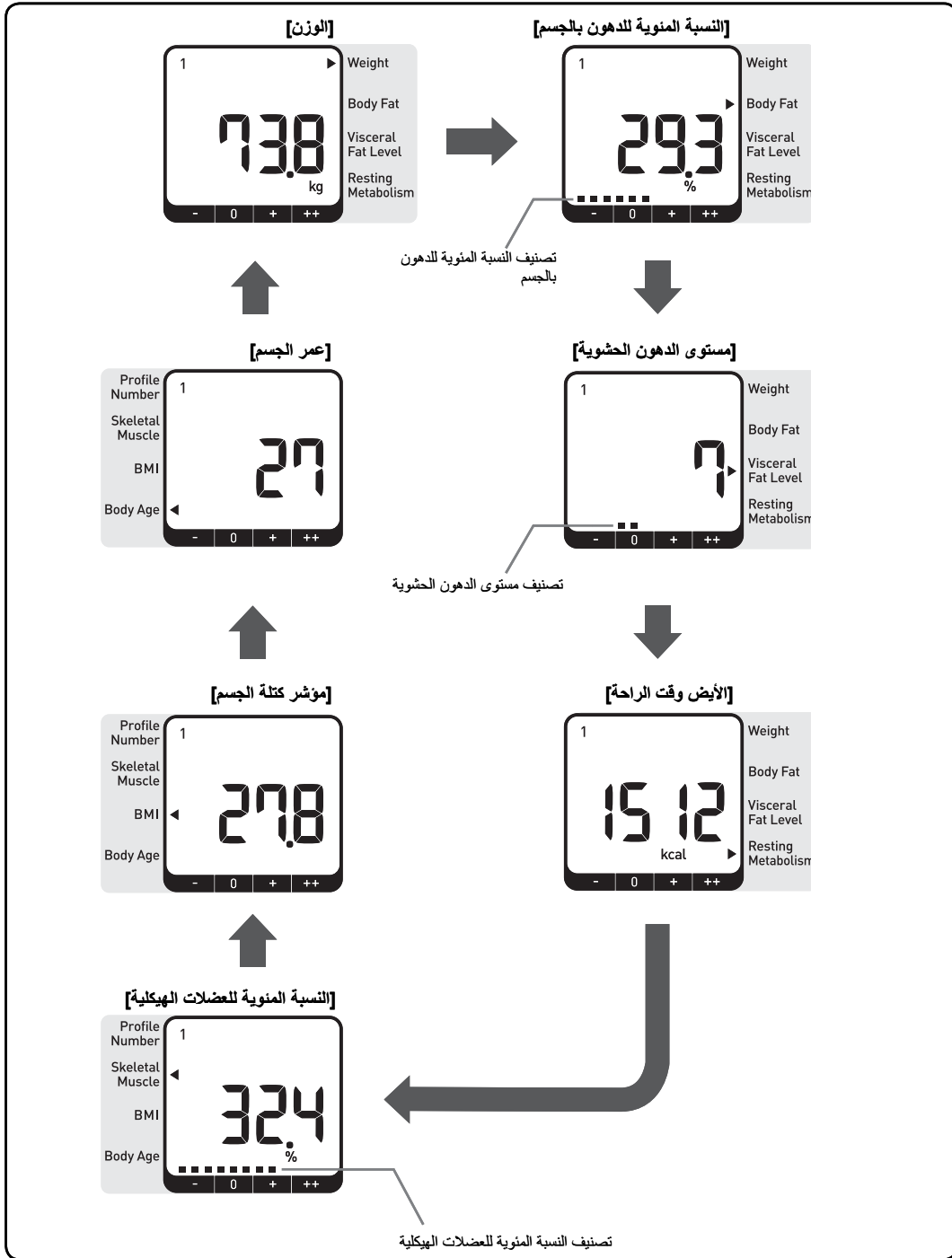
٣. راجع نتائج القياس.

يتناوب عرض النتائج تلقائيًا.

لوقف التناوب التلقائي للنتائج، أو لعرض قيم قياس أخرى، اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع).

تتغير الشاشة مع كل ضغطة على زر SET/MODE (تعيين/وضع) كما هو موضح أدناه.

ملاحظة: استخدم مؤشر الشريط كدليل للقياس.



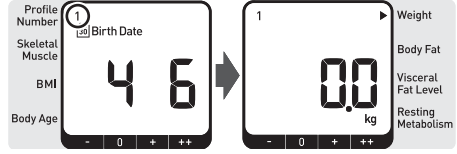
AR

٥. أخذ القياس

يجب إجراء القياس على سطح مستو وصلب.

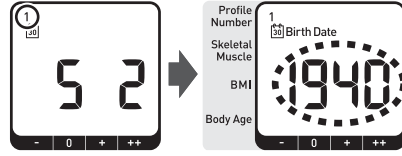
١. اضغط زر رقم ملف التعريف الشخصي لتشغيل الطاقة.

يظهر تاريخ الميلاد على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg".



ملاحظة: إذا صعدت على الجهاز قبل ظهور "0.0 kg" على الشاشة، فستظهر رسالة خطأ "Err".

في حالة ظهور الشاشة التالية:



فاعلم أنه لم يتم تخزين بياناتك الشخصية في رقم ملف التعريف الشخصي الذي قمت بتعيينه. يُرجى الرجوع إلى القسم ٤ لتخزين البيانات الشخصية.

إذا لم يتم تخزين بياناتك الشخصية على الجهاز (وضع GUEST (ضيف)):

(١) اضغط زر ▲/MEMO/GUEST (ضيف)/ذاكرة لتشغيل الطاقة. يظهر التاريخ الحالي على الشاشة، ثم يظهر "GUEST" ثم تومض سنة الميلاد (١٩٤٠) على الشاشة.

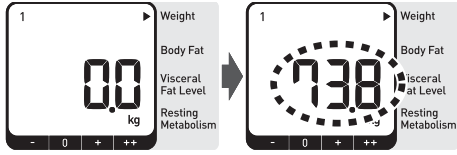
(٢) قم بتعيين تاريخ الميلاد والنوع والطول. اقرأ الخطوات ٢ و٣ في قسم ٤، إعداد البيانات الشخصية وتخزينها.

٢. ابدأ عملية القياس.

(١) اصعد على الجهاز حافي القدمين وضع قدميك على الأقطاب الكهربائية الخاصة بالقدمين مع توزيع وزن الجسم بالتساوي.



ستعرض الشاشة وزنك وعندئذ ستومض نتيجة الوزن مرتين.



سيبدأ الجهاز بعد ذلك في قياس مكونات جسمك.

(٢) أثناء قياس مكونات الجسم، يتحرك "0" لإظهار تقدم القياس.



(٣) بعد اكتمال القياس، يتم عرض وزنك مرة أخرى. عندئذ يمكنك النزول من على الجهاز.



أوضاع يجب تجنبها عند القياس

قد يؤدي الوضع غير الصحيح إلى قياس غير دقيق لمكونات الجسم.



الوقوف على حافة الجهاز



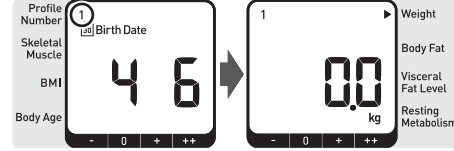
ثني الركبتين



الانحناء

تغيير البيانات الشخصية

١. اضغط على زر رقم ملف التعريف الشخصي لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.
يظهر تاريخ الميلاد على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg".
انتظر حتى تظهر "0.0 kg" على الشاشة.



٢. قم بتغيير البيانات الشخصية.

- ١ أثناء ظهور "0.0 kg"، اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع).
تومض سنة الميلاد على الشاشة.

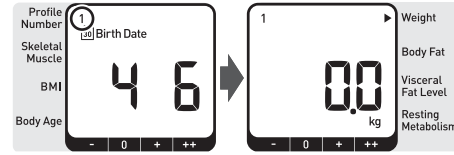


- ٢ راجع الخطوة ٢ و ٣ في قسم ٤، إعداد البيانات الشخصية وتخزينها لتغيير البيانات الشخصية.

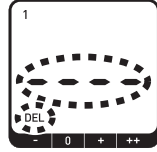
٣. اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف التشغيل) لإيقاف تشغيل الطاقة أو أخذ قياس. (راجع قسم ٥ "أخذ القياس".)

حذف البيانات الشخصية

١. اضغط على زر رقم ملف التعريف الشخصي لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الذي ترغب في حذفه.
يظهر تاريخ الميلاد على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg".
انتظر حتى تظهر "0.0 kg" على الشاشة.



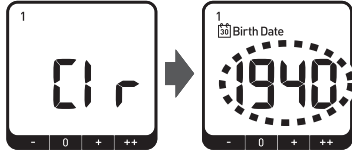
٢. اضغط على زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة) وواصل الضغط حتى يومض "DEL" على الشاشة.



٣. اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع).
"يومض DEL OK?" على الشاشة.



٤. اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع).
"يظهر Clr" على الشاشة ويظهر إعداد سنة الميلاد على الشاشة.

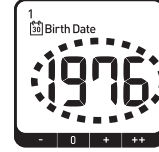


ملاحظة: لإلغاء الحذف، اضغط زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة).

٣. اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف التشغيل) لإيقاف تشغيل الطاقة.

٢. قم بحذف البيانات الشخصية.

- ١ أثناء ظهور "0.0 kg"، اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع).
تومض سنة الميلاد على الشاشة.

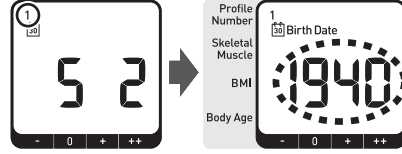


٤. إعداد البيانات الشخصية وتخزينها

يعتبر تعيين البيانات الشخصية (تاريخ الميلاد، النوع، الطول) أمرًا ضروريًا بالنسبة للقياس الصحيح لمكونات الجسم. تحفظ الشاشة ما يزيد عن أربعة ملفات تعريف شخصية.

١. اضغط على زر رقم ملف التعريف الشخصي لتحديد رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك.

يظهر التاريخ الحالي على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى تاريخ الميلاد (١٩٤٠).



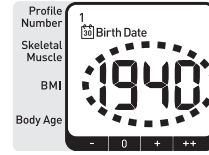
ملاحظة: عندما يتم عرض تاريخ الميلاد، بدلاً من التاريخ الحالي، تنتهي الإعدادات لرقم ملف التعريف الشخصي هذا. الرجاء استخدام رقم مختلف أو حذف معلومات التعريف الشخصي. راجع القسم ٤، حذف البيانات الشخصية لحذف البيانات الشخصية.

٢. [لتعيين تاريخ الميلاد]

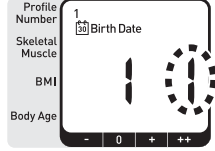
نطاق التعيين: ١٩٠٠ إلى ٢٠٣٠.

اضغط باستمرار للتقدم سريعاً مع زيادة بمقدار ١٠.

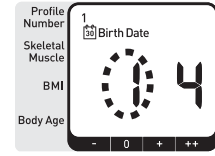
١) اضغط زر MEMO/▲/GUEST (ضيف/ذاكرة) لتعديل سنة الميلاد ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.



٢) اضغط زر MEMO/▲/GUEST (ضيف/ذاكرة) لتعديل شهر الميلاد ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

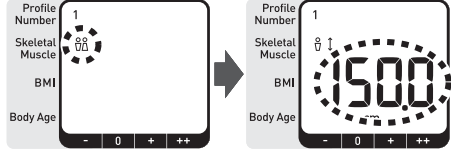


٣) اضغط زر MEMO/▲/GUEST (ضيف/ذاكرة) لتعديل يوم الميلاد ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.



٣. [لتعيين النوع والطول]

قم بتعيين النوع ♂ (ذكر) أو ♀ (أنثى) والطول بنفس الطريقة.



بعد عرض كافة الإعدادات من أجل التأكيد، يظهر "0.0 Kg" (صفر كجم) على الشاشة.

وبهذا تكتمل عملية الإعداد.

يمكنك الآن أخذ قياسات مكونات جسمك.

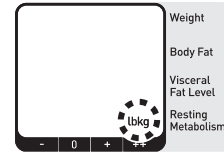
تحديد وحدة القياس

يمكنك تغيير وحدات القياس المستخدمة لإعدادات الطول والوزن.

١. اضغط زر WEIGHT/OFF (الوزن/إيقاف التشغيل) لتنشغيل الطاقة.

يظهر التاريخ الحالي على الشاشة، ثم تتغير الشاشة إلى "0.0 kg" (صفر كجم).

٢. واصل الضغط على زر MEMO/▲/GUEST (ضيف/ذاكرة) حتى يومض "lb" و "kg" على الشاشة.



٣. اضغط على زر MEMO/▲/GUEST (ضيف) /كجم) لتحديد "kg" أو "lb".

سيؤدي ذلك أيضًا إلى تغيير "cm" و "inch" تلقائيًا.

٤. اضغط على زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

يتم عرض كافة قياسات الطول والوزن باستخدام وحدات القياس الجديدة. ويبقى التغيير ساري المفعول حتى تقوم بتغييره مرة أخرى.

٣. تعيين التاريخ والوقت

عند تشغيل الطاقة لأول مرة، يلزم تعيين التاريخ والوقت.

١. اضغط زر WEIGHT/OFF (الوزن/إيقاف التشغيل) لتشغيل الطاقة.

عند تشغيل الطاقة لأول مرة، تومض أرقام السنة.

٢. [لتعيين السنة]

١) اضغط زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة) لتعديل السنة ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

• نطاق التعيين: ٢٠١٠ إلى ٢٠٢٠

• اضغط باستمرار للتقدم سريعًا مع زيادة بمقدار ١٠.



٣. [لتعيين الشهر واليوم]

١) اضغط زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة) لتعديل الشهر ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.



٢) اضغط زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة) لتعديل اليوم ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

• اضغط باستمرار للتقدم سريعًا مع زيادة بمقدار ١٠.



٤. [لتعيين الساعة والدقيقة]

١) اضغط زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة) لتعديل الساعة ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

• هذه ساعة معدة على وضع ٢٤ ساعة.



٢) اضغط زر GUEST/▲MEMO (ضيف/ذاكرة) لتعديل الدقيقة ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) للتأكيد.

• اضغط باستمرار للتقدم سريعًا مع زيادة بمقدار ١٠.

تظهر الإعدادات الحالية للسنة والشهر واليوم والساعة والدقيقة في هذا التسلسل على الشاشة. يتم إيقاف تشغيل الطاقة تلقائيًا.

وبهذا تكتمل عملية الإعداد.

ملاحظات:

- إذا كنت بحاجة للتصحيح أثناء تكوين الإعدادات:
- اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف التشغيل) لإيقاف تشغيل الطاقة وتشغيلها مرة أخرى. تومض أرقام السنة، وتتقدم من الخطوة ٢ للإجراء.
- إذا انقطعت الطاقة أثناء تكوين الإعدادات:
- يتم إيقاف تشغيل الطاقة تلقائيًا إذا لم يتم إدخال معلومات لثلاث دقائق عند تعيين التاريخ والوقت. اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف التشغيل) لإيقاف تشغيل الطاقة وتشغيلها مرة أخرى.
- إذا كان عليك تصحيح التاريخ والوقت اللذين قمت بتعيينهما:
- اضغط زر WEIGHT/OFF (وزن/إيقاف تشغيل)، ثم اضغط زر SET/MODE (تعيين/وضع) لثانيتين أو أطول بعد ظهور "٠.٠ كجم" على الشاشة. تومض أرقام السنة، وتتقدم من الخطوة ٢ للإجراء.

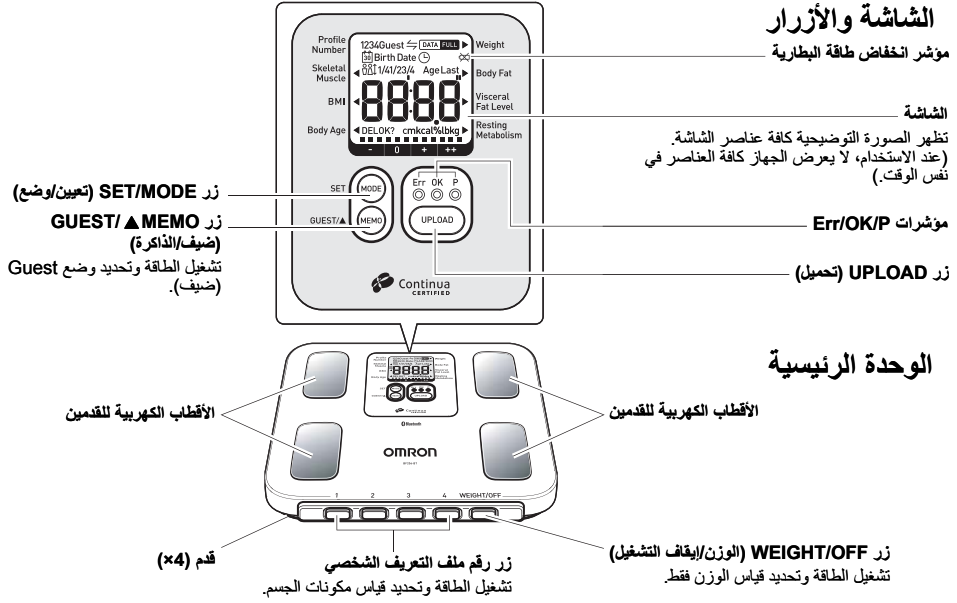
مفتاح التشغيل

سيتم فصل الطاقة تلقائيًا في الحالات التالية:

١. إذا لم يتم استخدام الشاشة خلال دقيقة من ظهور "0.0 kg" (صفر كجم) على الشاشة.
٢. إذا لم يتم إدخال معلومات خلال ثلاث دقائق من تعيين التاريخ والوقت.
٣. إذا لم يتم إدخال معلومات لمدة ثلاث دقائق عند إدخال البيانات الشخصية.
٤. إذا لم يتم استخدام الشاشة لمدة ثلاث دقائق بعد عرض نتائج القياس أو نتائج القياس الأخيرة (السابقة).
٥. بعد مرور ثلاثين ثانية من عرض النتيجة عند قياس الوزن فقط.
٦. بعد مرور عشر ثوانٍ من ظهور رسالة "Err" على الشاشة.

ملاحظة: بعد ظهور "OFF" على الشاشة عند إيقاف تشغيل الطاقة.

١ . تعرف على الجهاز



حول جهاز التنبيه

سيطلق جهاز التنبيه صوت صفير في ظل الظروف التالية:

- عند تشغيل الطاقة: علامة ضوئية!
- عند ظهور ٠.٠ كجم وكون الجهاز جاهزاً لأخذ قياس: علامة ضوئية! علامة ضوئية!
- عند استكمال القياس: علامة ضوئية، صوت صفير!
- عند ظهور رسالة خطأ "Err": علامة ضوئية! علامة ضوئية! علامة ضوئية! علامة ضوئية! (سلسلة سريعة من أصوات صفير قصيرة).
- عند إرسال البيانات بنجاح: علامة ضوئية! علامة ضوئية!
- عند فشل إرسال البيانات: صوت صفير! صوت صفير! صوت صفير! (سلسلة من ثلاثة أصوات صفير طويلة).

٢ . تركيب البطاريات واستبدالها

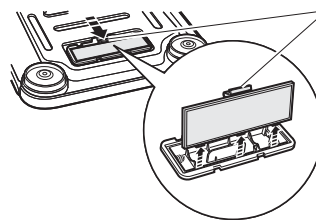
٣ . أغلق غطاء البطارية.

العمر الافتراضي للبطاريات واستبدالها
عندما يظهر مؤشر انخفاض طاقة البطارية (X)، استبدل البطاريات الأربعة كلها بأخرى جديدة.
يتم الاحتفاظ بالعناصر المُخزنة بالذاكرة حتى وإن تمت إزالة البطاريات.
• استبدل البطاريات بعد فصل الطاقة.
• يجب التخلص من البطاريات المستخدمة وفقاً للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.
• سوف تستمر البطاريات القلوية الأربعة بحجم AA لمدة ستة أشهر تقريباً (عند إجراء القياسات ونقل البيانات أربع مرات يومياً).
• ونظراً لأن البطاريات المزود بها الجهاز مخصصة للاستخدام التجريبي فقط، فقد تستمر لفترة أقصر.

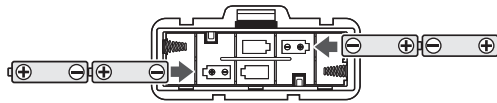
١ . افتح غطاء البطارية الموجود في الجزء الخلفي من الجهاز.

١) اضغط على اللسان الموجود على غطاء البطارية في اتجاه السهم لتحرير الغطاء كما هو موضح.

٢) اسحب لسان الغطاء لأعلى.



٢ . قم بتركيب البطاريات مع مراعاة أن تكون الأقطاب في وضع صحيح كما هو موضح داخل موضع تركيب البطارية.



ما المقصود بالنسبة المئوية للدهون في الجسم؟

تشير النسبة المئوية للدهون بالجسم إلى مقدار كتلة الدهون الموجودة بالجسم بالنظر إلى الوزن الإجمالي للجسم محسوبًا بالنسبة المئوية.

$$\text{النسبة المئوية للدهون في الجسم (\%)} = \left\{ \text{كتلة الدهون بالجسم (كجم)} / \text{وزن الجسم (كجم)} \right\} \times 100$$

إن الجهاز يستخدم طريقة المعاوقة الكهربائية لتقدير النسبة المئوية للدهون بالجسم.

يتم تصنيف الدهون على أنها دهون حشوية أو دهون تحت جلدية وفقًا للمكان الذي تنتشر فيه الدهون في الجسم.

ما المقصود بنسبة الدهون الحشوية؟

الدهون الحشوية هي الدهون المحيطة بالأعضاء الداخلية

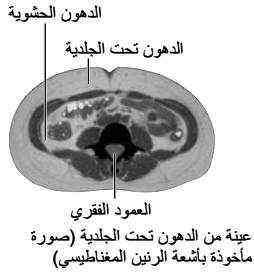
يُعتقد وجود صلة كبيرة بين كميات الدهون الحشوية الكبيرة جدًا ومستويات الدهون المتزايدة في مجرى الدم، مما قد يؤدي إلى الإصابة بأمراض شائعة مثل فرط دهون الدم والسكري، الأمر الذي يضعف قدرة الأنسولين على نقل الطاقة من مجرى الدم واستخدامها في الخلايا. لمنع الإصابة بالأمراض الشائعة أو لتحسين ظروفها، فمن المهم محاولة تقليل مستويات الدهون الحشوية إلى مستوى معقول. يعاني الأشخاص ذوو المستويات المرتفعة من الدهون الحشوية من كبر حجم المعدة. ومع ذلك، فلا يكون الحال كذلك دائمًا كما قد تؤدي مستويات الدهون الحشوية المرتفعة إلى البدانة الأيضية. تمثل البدانة الأيضية (السمنة الحشوية مع وزن طبيعي) مستويات الدهون الأعلى من المتوسط، حتى وإن كان وزن المرء متناسبًا مع طوله أو أقل.



ما المقصود بالدهون تحت الجلدية؟

الدهون تحت الجلدية هي الدهون الموجودة أسفل الجلد

لا تتراكم الدهون تحت الجلدية حول المعدة فقط بل تتراكم أيضًا حول المنطقة العلوية للذراعين وعظام الورك والفخذ، ويمكن أن تسبب تشوهًا في تناسق الجسم. وعلى الرغم من عدم ارتباطها المباشر بالمخاطر المتزايدة للإصابة بالمرض، فيعتقد أنها تزيد الضغط على القلب إلى جانب مضاعفات أخرى. لا يتم عرض الدهون تحت الجلدية على هذا الجهاز، إلا أنها تكون مضمنة في نسبة الدهون الموجودة بالجسم.



ما المقصود بالعضلة الهيكلية؟

تنقسم العضلات إلى نوعين؛ عضلات موجودة بالأعضاء الداخلية، مثل القلب، والعضلات الهيكلية المرتبطة بالعظام والتي تستخدم في حركة الجسم. يمكن زيادة حجم العضلات الهيكلية من خلال التمرينات والأنشطة الأخرى.

وتعني زيادة نسبة العضلات الهيكلية أن الجسم بإمكانه حرق الطاقة بسهولة أكبر، مما يعني وجود احتمالية أقل لتحويلها إلى دهون، الأمر الذي يزيد من سهولة ممارسة الحياة بشكلٍ مفعٍ بالحيوية.

ما المقصود بمعدل الأيض وقت الراحة؟

بغض النظر عن مستوى النشاط الخاص بك، فمن الضروري امتصاص الحد الأدنى من السعرات الحرارية لدعم الوظائف التي يقوم بها الجسم يوميًا. وما يعرف باسم الأيض وقت الراحة، يشير إلى كم السعرات الحرارية التي تحتاج إلى تناولها لتوفير طاقة كافية حتى يقوم الجسم بوظائفه.

ما هو عمر الجسم؟

يعتمد عمر الجسم على معدل الأيض في وقت الراحة. يتم حساب عمر الجسم باستخدام وزنك، والنسبة المئوية للدهون بالجسم والنسبة المئوية للعضلات الهيكلية لتقديم دليل لتقدير ما إذا كان عمر جسمك أعلى من المتوسط للعمر الفعلي أو أقل منه. إن معرفة عمر الجسم مفيد في تحسين الحالة الصحية.

السبب وراء احتمال اختلاف النتائج المحسوبة عن النسبة المئوية الفعلية للدهون بالجسم

قد تختلف النسبة المئوية للدهون بالجسم التي تم قياسها باستخدام هذا الجهاز بشكلٍ كبير عن النسبة المئوية الفعلية للدهون بالجسم في الحالات التالية: كبار السن (فوق ٨١ عامًا) / الأشخاص المصابون بالحمى / الأشخاص الذين يمارسون رياضة بناء الجسم أو الرياضيين المدربين بدرجة عالية / المرضى الذين تم إجراء عملية تنقية الدم من الشوائب لهم / المرضى المصابون بهشاشة العظام الذين تكون كثافة العظام منخفضة لديهم / الحوامل / المصابون بالأورام قد تتعلق هذه الاختلافات بالنسب المتغيرة لسوائل الجسم و/أو مكونات الجسم.

معلومات حول مكونات الجسم

قاعدة حساب مكونات الجسم

تتمتع دهون الجسم بإمكانية منخفضة لتوصيل الكهرباء

يقوم BF206-BT بقياس النسبة المئوية للدهون في الجسم باستخدام طريقة المعاوقة الكهربائية الحيوية (BI). تمثل العضلات والأوعية الدموية والعظام أنسجة الجسم ذات المحتوى المائي الكبير الذي يوصل الكهرباء بسهولة. بينما تعتبر دهون الجسم أنسجة ذات إمكانية توصيل منخفضة للكهرباء. يقوم BF206-BT بإرسال تيار كهربائي ضعيف جداً يبلغ ٥٠ كيلو هرتز وأقل من ٥٠٠ ميكرو أمبير خلال الجسم لتحديد حجم الأنسجة الدهنية. لا يشعر المستخدم بهذا التيار الكهربائي الضعيف أثناء تشغيل BF206-BT. لكي يقوم المقياس بتحديد مكونات الجسم، فإنه يستخدم المعاوقة الكهربائية جنباً إلى جنب مع المعلومات الخاصة بالطول والوزن والعمر والنوع للحصول على نتائج تستند إلى بيانات OMRON الخاصة بمكونات الجسم.

أوقات القياس الموصى بها

إن فهم التغييرات الطبيعية في نسبة الدهون بالجسم من شأنه مساعدتك على منع الإصابة بالسمنة أو الحد منها. كما أن معرفة الأوقات التي تتغير فيها نسب الدهون الموجودة بالجسم وفقاً لجدولك اليومي من شأنه مساعدتك في الحصول على الحالة الدقيقة للدهون الموجودة في جسمك. ويوصى باستخدام هذا الجهاز في نفس البيئة والظروف اليومية. (انظر المخطط)



تجنب إجراء قياسات في ظل الظروف التالية:

- بعد أداء تمرين قاسٍ مباشرة، كما هو الحال بعد الاستحمام أو بعد حمام البخار.
- بعد تناول الكحوليات أو كمية كبيرة من الماء، بعد تناول وجبة (ما يقرب من ساعتين).
- في حالة إجراء القياس في ظل الظروف البدنية هذه، فقد تختلف مكونات الجسم المحسوبة بشكل كبير عن مكونات الجسم الفعلية نظراً لتغير المحتوى المائي في الجسم.

ما المقصود بـ BMI (مؤشر كتلة الجسم)؟

يستخدم مؤشر كتلة الجسم المعادلة البسيطة التالية للإشارة إلى النسبة بين وزن شخص وطوله.




$$\text{مؤشر كتلة الجسم} = \frac{\text{الوزن (كجم)}}{\text{الطول (م)}^2}$$

يستخدم جهاز OMRON BF206-BT معلومات الطول المخزنة في رقم ملف التعريف الشخصي الخاص بك أو عند إدخال معلومات في وضع Guest (ضيف) لحساب تصنيف مؤشر كتلة الجسم الخاص بك.

إذا كانت نسبة الدهون التي أظهرها مؤشر كتلة الجسم أعلى من المعيار الدولي، فإن هناك احتمالاً متزايداً بوجود أمراض شائعة. ومع ذلك، لا يمكن الكشف عن كافة أنواع الدهون بواسطة مؤشر كتلة الجسم.

ملاحظات متعلقة بالأمان

تظهر الرموز والتعريفات على النحو التالي:

قد يتسبب الاستخدام غير الصحيح في مخاطر تؤدي إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.	خطر: 
قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث الوفاة أو إصابات خطيرة.	تحذير: 
قد يؤدي الاستخدام غير الصحيح إلى حدوث إصابات أو إتلاف الممتلكات.	تنبيه: 

- انزع البطاريات من هذا الجهاز في حالة عدم استخدامها لفترة طويلة من الوقت (حوالي ثلاثة أشهر أو أكثر).
- لا تستخدم أنواعًا مختلفة من البطاريات في آن واحد.
- لا تستخدم بطاريات جديدة مع أخرى قديمة.
- اغسل قدميك دائمًا قبل استخدام الجهاز إذا كنت تعاني من إصابة بالقدم أو من مرض جلدي آخر.
- قد يتسبب عدم القيام بذلك في عدوى الآخرين.
- في حالة استخدام العديد من الأشخاص للجهاز، امسح الجهاز بقطعة من القماش بها منظف معتدل بعد استخدامها. ثم جفف الجهاز.

نصائح عامة:

- لا تضع هذا الجهاز على سطح أرضية ذات بطانة، مثل سجادة أو حصيرة. قد يتعذر الحصول على قياسات صحيحة.
- لا تضع هذا الجهاز في بيئات ذات رطوبة عالية وجنبه قطرات الماء.
- لا تضع هذا الجهاز بالقرب من أية مصادر حرارة أو أسفل مكيفات الهواء وتجنب تعريضه لضوء الشمس المباشر.
- لا تقف على الشاشة أو على أزرار هذا الجهاز.
- لا تستخدم هذا الجهاز لأغراض غير المذكورة في هذا الكتيب.
- وحيث إن هذا الجهاز عبارة عن جهاز بالغ الدقة، فلا تقم بإسقاطه أو هزه أو تعريضه لصدمة قوية.
- يجب التخلص من البطاريات المستخدمة وفقًا للقوانين القومية المتعلقة بالتخلص من البطاريات.
- لا تغسل الجهاز بالماء.
- لا تقم بمسح الجهاز باستخدام البنزين أو الجازولين أو السائل الطيار المستخدم في الطباعة أو الكحول أو مذيبات طيارة أخرى.
- لا تضع هذا الجهاز في مكان يُعرضه إلى أبخرة كيميائية أو أبخرة تسبب التآكل.

اقرأ المعلومات الهامة "الخاصة بالتوافق الكهرومغناطيسي (EMC)" في قسم البيانات الفنية واتبعها.

⚠️ خطر:

- لا تقم أبدًا باستخدام هذا الجهاز جنبًا إلى جنب مع الأجهزة الإلكترونية الطبية مثل:
 - (1) الأجهزة الإلكترونية الطبية المزروعة، مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب.
 - (2) الأجهزة الإلكترونية لدعم الحياة، مثل القلب/ الرئة الصناعية.
 - (3) الأجهزة الإلكترونية الطبية المحمولة، مثل جهاز رسم القلب.



قد يتسبب هذا الجهاز في حدوث قصور في أداء تلك الأجهزة، مما يؤدي إلى مخاطر صحية كبيرة لمستخدمي تلك الأجهزة.

⚠️ تحذير:

- لا تبدأ في إنقاص الوزن أو في برنامج تدريب دون استشارة طبيب أو مقدم رعاية صحية أولاً.
- قد يتسبب التشخيص الذاتي في الإضرار بصحتك.
- تجنب استخدام هذا الجهاز على الأسطح الزلقة، مثل الأرضية المبللة.
- احتفظ بالجهاز بعيدًا عن متناول الأطفال.
- اثبت على الجهاز ولا تقفز عليه.
- تجنب استخدام هذا الجهاز عندما يكون جسمك و/أو قدمك مبللتين، كما هو الحال بعد الاستحمام.
- قف على الجهاز حافي القدمين. حيث إن محاولة الوقوف على الجهاز مرتديًا الجوارب قد تتسبب في انزلاقك مما يؤدي إلى حدوث إصابات.
- لا تقف على حافة الجهاز أو على منطقة الشاشة الموجودة بالجهاز.
- يجب دومًا مساعدة الأشخاص المعاقين أو ذوي البنى الضعيفة بواسطة شخص آخر عند استخدام هذا الجهاز. حيث يجب الاستناد إلى شيء ما عند الصعود على الجهاز.
- في حالة وصول سائل البطارية إلى داخل عينيك، اغسلهما على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف. بادر باستشارة الطبيب على الفور.

⚠️ تنبيه:

- إن هذا الجهاز مُعد للاستخدام المنزلي فقط. إن هذا الجهاز ليس مُعدًا للاستخدام المهني في المستشفيات أو في المرافق الطبية الأخرى. لا يدعم هذا الجهاز المعايير المطلوبة للاستخدام المهني.
- لا تقم بفك الجهاز أو إصلاحه أو تعديله.
- لا تستخدم الهواتف الجواله بالقرب من الجهاز إلا في حالة الاتصالات اللاسلكية.
- لا تستخدم بطاريات غير المخصصة لهذا الجهاز. لا تقم بتركيب البطاريات مع وجود أقطابها في الاتجاه الخطأ.
- استبدل البطاريات القديمة بأخرى جديدة على الفور.
- لا تتخلص من البطاريات بالقائها في النار.
- في حالة ملامسة سائل البطارية لجلدك أو ملابسك، اغسلها على الفور باستخدام كمية وفيرة من الماء النظيف.



BF206-BT

جهاز مراقبة مكونات الجسم باستخدام Bluetooth®

دواعي الاستخدام

الغرض الطبي

عملينا العزيز،
نشكرك لشرائك جهاز مراقبة مكونات الجسم عالي الجودة من OMRON. إن BF-206BT مُعد لقياس مكونات الجسم التالية وعرضها:

- وزن الجسم
- نسبة الدهون في الجسم (بالنسبة المئوية)
- العضلات الهيكلية (بالنسبة المئوية)
- الدهون الحشوية (ما يصل إلى ٣٠ مستوى)
- مؤشر كتلة الجسم (BMI)
- عمر الجسم

بالإضافة إلى ذلك، يحدد حساب معدل الأيض وقت الراحة (بالسرعات الحرارية) الاحتياجات اليومية من السرعات الحرارية كما يمكن أن يكون مرجعاً لبرنامج إنقاص الوزن.

تقدم تكنولوجيا OMRON رباعية المجسات الفريدة واحدة من أدق الطرق لقياسات الجسم.

مستخدمون مناسبون

إن BF206-BT مُعد لقياس الأشخاص المطابقين للشروط التالية.

- الارتفاع: ١٠٠,٠ إلى ١٩٩,٥ سم
- الوزن: ١٥٠ كجم أو أقل
- العمر: كافة المستخدمين*

* يختلف معدل العمر حسب معيار القياس.
الرجاء مراجعة "عناصر الإعداد" في قسم البيانات الفنية.

احتياطات الاستخدام

يرجى قراءة كتيب الإرشادات هذا بعناية قبل الاستخدام وللإطلاع على مزيد من المعلومات حول الوظائف الفردية.

المحتويات

قبل استخدام الجهاز

- ٢ ملاحظات متعلقة بالأمان
- ٣ معلومات حول مكونات الجسم

إرشادات التشغيل

- ٥ ١. تعرف على الجهاز
- ٥ ٢. تركيب البطاريات واستبدالها
- ٦ ٣. تعيين التاريخ والوقت
- ٧ ٤. إعداد البيانات الشخصية وتخزينها
- ٩ ٥. أخذ القياس
- ١٢ ٦. قياس الوزن فقط
- ١٣ ٧. عرض نتائج القياس الأخيرة
- ١٤ ٨. نقل البيانات
- ١٦ ٩. حول وظيفة الاتصالات اللاسلكية

الرعاية والصيانة

- ١٦ ١٠. كيفية العناية بالجهاز وتخزينه
- ١٧ ١١. شاشات الخطأ
- ١٧ ١٢. استكشاف الأخطاء وإصلاحها
- ١٨ ١٣. البيانات الفنية

