



Digitale automatische bloeddrukmeter Model M10-IT

- Instruction Manual
- Mode d'emploi
- Gebrauchsanweisung
- Manuale di istruzioni
- Manual de instrucciones
- Gebruiksaanwijzing
- РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

• دليل الإرشادات

EN

FR

DE

IT

ES

NL

RU

AR

Inhoud

Voordat u het apparaat gebruikt

Inleiding	253
Belangrijke veiligheidsinformatie	254
1. Overzicht	256
2. Voorbereiding	260
2.1 De batterijen plaatsen/vervangen	260
2.2 De datum en tijd instellen	262

Bediening

3. Het apparaat gebruiken	266
3.1 De juiste zithouding tijdens het uitvoeren van een meting.....	266
3.2 De armmanchet aanbrengen	268
3.3 Een meting verrichten	271
3.4 Aanwijzingen voor bijzondere situaties	281
3.5 Gebruik van de geheugenfunctie.....	282
3.6 Gegevens op een computer zetten.....	289
4. Snelle referentiehandleiding	290

Verzorging en onderhoud

5. Oplossen van fouten en problemen	291
5.1 Foutmeldingen	291
5.2 Problemen oplossen	292
6. Onderhoud en opslag	293
7. Optionele onderdelen	294
8. Technische gegevens	295
9. Nuttige informatie over bloeddruk	297

Inleiding

Dank u voor de aankoop van de OMRON M10-IT Intellisense bloeddrukmeter voor de bovenarm.

De OMRON M10-IT Intellisense is een volledig automatische bloeddrukmeter die werkt volgens het oscillometrische principe. Het meet de bloeddruk en de hartslag eenvoudig en snel. De meter maakt voor het comfortabel, gecontroleerd opblazen gebruik van de vooruitstrevende "Intellisense"-technologie, waardoor het vooraf instellen van de druk of opnieuw opblazen niet meer nodig is.

De bloeddrukmeter kan meetresultaten voor twee mensen opslaan, en kan ochtend- en avondgemiddelden berekenen. Met de automatische modus zijn drie opeenvolgende metingen met ingestelde tussenpozen mogelijk voor het verkrijgen van een gemiddelde meting.

Met de bloeddrukbeheerssoftware van Omron die bij deze bloeddrukmeter wordt meegeleverd, kunt u gegevens van de met de OMRON M10-IT Intellisense gemeten bloeddrukken weergeven, verwerken en afdrukken. De bijgesloten software is alleen in het Engels beschikbaar.

 **Lees deze handleiding goed door voordat u de meter gaat gebruiken. RAADPLEEG UW ARTS voor specifieke informatie over uw eigen bloeddruk.**

Belangrijke veiligheidsinformatie

Raadpleeg uw arts bij zwangerschap, aritmie of arteriosclerose.

Gebruik de bloeddrukmeter alleen voor het opslaan van meetresultaten van de ingestelde gebruikers.

Lees dit gedeelte zorgvuldig door voordat u de bloeddrukmeter gaat gebruiken.

⚠ Let op:

(Normaal gebruik)

- Raadpleeg altijd uw arts. Wijzig nooit de dosis van door uw arts voorgeschreven medicatie, en breek deze niet af.
- Laat de meter niet zonder toezicht bij kinderen of personen die geen toestemming kunnen geven.
- Gebruik de meter uitsluitend voor het meten van de bloeddruk.
- Gebruik voor deze meter alleen de goedgekeurde manchet. Als u andere manchetten gebruikt, kan dit leiden tot onjuiste meetresultaten.
- Haal de meter en de manchet niet uit elkaar.
- Zorg ervoor dat de luchtslang niet om andere delen van uw lichaam wordt gewonden als u 's nachts meet. Dit kan letsel veroorzaken als de luchtdruk in de luchtslang wordt vergroot.
- Breng de manchet niet strak aan als u 's nachts meet. Dit kan letsel veroorzaken.
- Pomp de armmanchet niet op tot boven 299 mmHg.
- Zorg ervoor dat er tijdens het meten niets in contact komt met de USB-stekker rechts van het apparaat.

(Bij gebruik van optionele netadapter)

- Gebruik uitsluitend de originele netadapter die voor dit apparaat is ontworpen. Gebruik van niet-ondersteunde adapters kan leiden tot schade en/of kan gevaarlijk zijn voor de meter. Steek de stekker van de netadapter in een geschikt stopcontact. Overbelast stopcontacten niet en gebruik geen verlengsnoeren.
- Gebruik de netadapter niet als de meter of het stroomsnoer beschadigd is. Schakel de meter direct uit en trek de stekker uit het stopcontact.

- Steek de stekker nooit met natte handen in het stopcontact.

(Gebruik met batterijen)

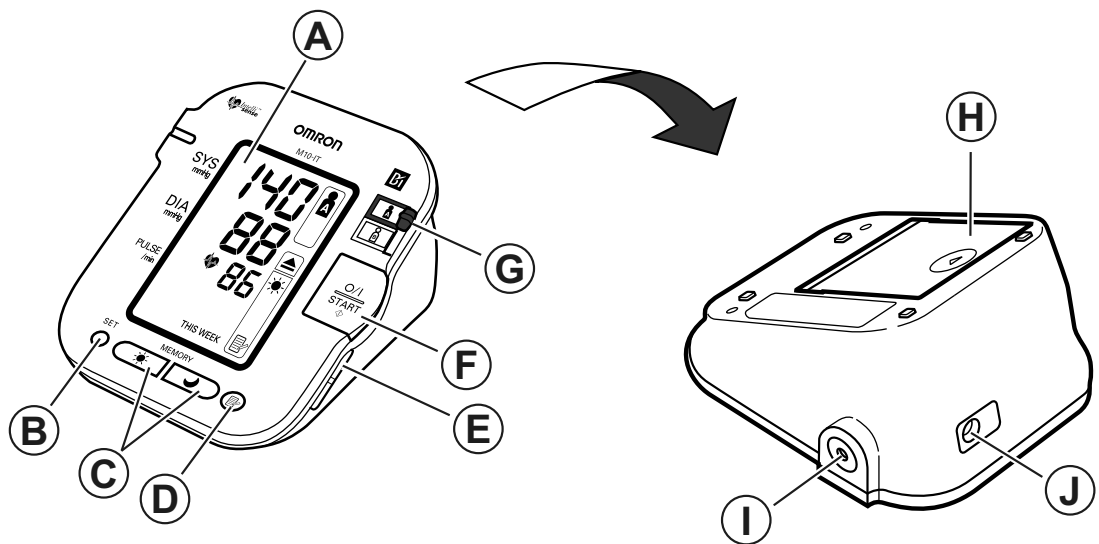
- Als u batterijvloeistof in uw ogen krijgt, spoelt u deze direct met ruim schoon water. Raadpleeg direct een arts.
- Als u batterijvloeistof op uw huid of kleding krijgt, spoelt u deze direct met ruim schoon water.
- Gebruik alleen vier “AA” alkalinebatterijen voor deze meter. Gebruik geen andere soorten batterijen.
- Plaats de batterijen met de polariteit in de juiste positie.
- Vervang oude batterijen direct door nieuwe. Vervang alle vier de batterijen tegelijk.
- Verwijder de batterijen als de meter drie maanden of langer niet gebruikt zal worden. Als de batterijen langer dan 30 seconden zijn verwijderd, moeten de datum en tijd opnieuw worden ingesteld.
- Gebruik geen oude en nieuwe batterijen tegelijk.
- Lees de “Belangrijke informatie met betrekking tot de elektromagnetische compatibiliteit (EMC)” in het hoofdstuk “Technische Gegevens” en volg de daar gegeven aanwijzingen.



Algemene voorzorgsmaatregelen

- Buig de armmanchet niet geforceerd en buig de luchtslang niet te ver door.
- Trek als u de luchtslang verwijdert aan de plug bij de aansluiting op de meter en niet aan de slang zelf.
- Laat de meter en de armmanchet niet vallen en stel deze niet bloot aan sterke schokken of trillingen.
- Pomp de armmanchet niet op als deze niet om uw arm zit.
- De armmanchet mag niet worden gewassen of ondergedompeld in water.
- Verricht geen metingen nadat u in bad bent geweest, alcohol hebt gedronken, of hebt gerookt, gesport of gegeten.
- Lees en volg de “Correcte verwijdering van dit product” onder “Technische gegevens” voor het afvoeren van de meter en gebruikte accessoires of optionele onderdelen.

1. Overzicht

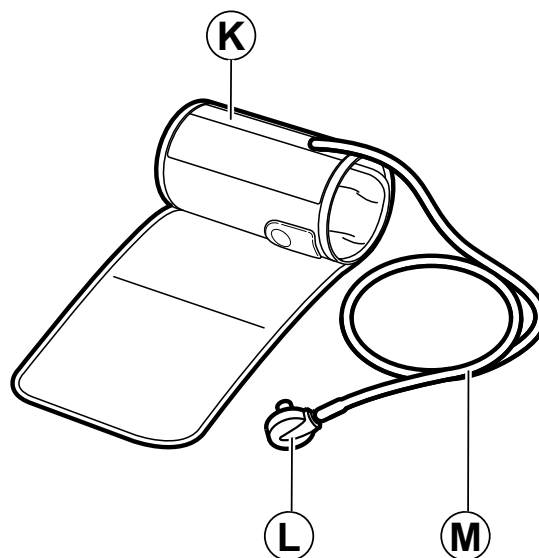
Meter



- A. Display
- B. SET-knop (instellen)
- C. Knoppen voor ochtend/avond-gemiddelden ( / )
- D. MEMORY-knop (geheugen)
- E. USB-aansluiting (USB 1.1 compatibel)
- F. O/I START-knop
- G. Gebruikerskeuzeknop (A & B)

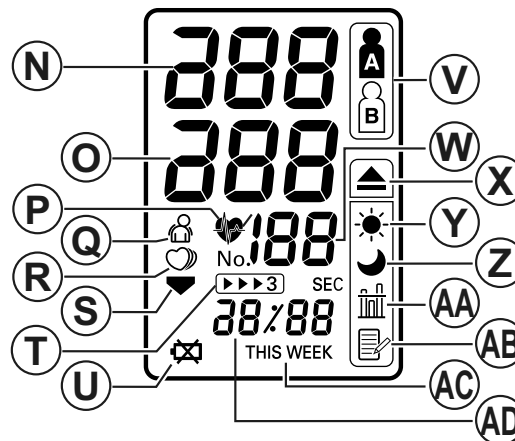
- H. Batterijvak
- I. Luchtslangaansluiting
- J. Netadaptersluiting (voor de netadapter)

Armmanchet



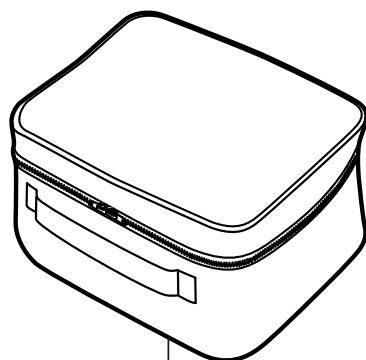
- K. Armmanchet
(Manchet: armomtrek 22-42 cm)
- L. Luchtplug
- M. Luchtslang

Display

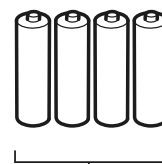


- | | |
|--|--|
| <p>N. Systolische bloeddruk</p> <p>O. Diastolische bloeddruk</p> <p>P. Hartslagsymbool</p> <p>1. (knippert tijdens de meting)</p> <p>2. (als het na de meting knippert, geeft dit aan dat de bloeddruk buiten het aanbevolen bereik valt)</p> <p>Q. Bewegingssymbool (wordt weergegeven als u tijdens de meting uw lichaam beweegt)</p> <p>R. Symbool voor onregelmatige hartslag</p> <p>S. Ontluchtingssymbool</p> <p>T. Symbool automatische werking (wordt weergegeven als automatische werking is ingesteld)</p> <p>U. Batterijsymbool</p> | <p>V. Symbool gebruiker (A of B) (geeft aan of gebruiker A of B is geselecteerd voor de meting of als u de geheugenfunctie gebruikt)</p> <p>W. Hartslag</p> <p>X. Symbool hoge ochtendbloeddruk (wordt weergegeven als het ochtendgemiddelde van een week boven 135 ligt voor de systolische druk en/of boven 85 voor de diastolische druk)</p> <p>Y. Symbool ochtendgemiddelde (wordt weergegeven als u met de geheugenfunctie de ochtendgemiddelden bekijkt)</p> <p>Z. Symbool avondgemiddelde (wordt weergegeven als u met de geheugenfunctie de avondgemiddelden bekijkt)</p> <p>AA. Symbool gemiddelde waarde (wordt weergegeven als u de gemiddelde waarde over de laatste drie metingen bekijkt)</p> <p>AB. Geheugensymbool (wordt weergegeven als u metingen uit het geheugen bekijkt)</p> <p>AC. Week</p> <p>AD. Datum/tijd</p> |
|--|--|

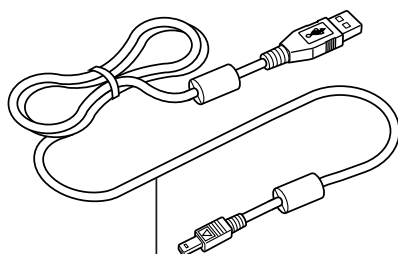
Inhoud verpakking



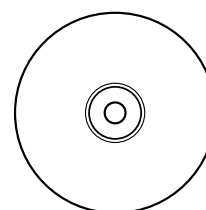
AE



AF



AG



AH

AE. Zachte opbergtas

AF. Vier "AA" alkaline (LR6) batterijen

AG. USB-kabel

AH. Cd-rom (bloeddrukbeheersoftware)

- Gebruiksaanwijzing
- Garantiekaart
- Bloeddrukpas
- Bloeddrukmeter
- Installatiehandleiding (voor bloeddrukbeheersoftware)

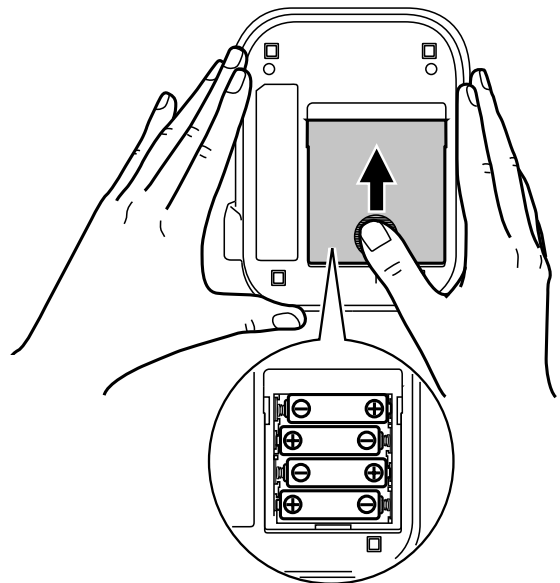
2. Voorbereiding

2.1 De batterijen plaatsen/vervangen

1. Draai de meter ondersteboven.

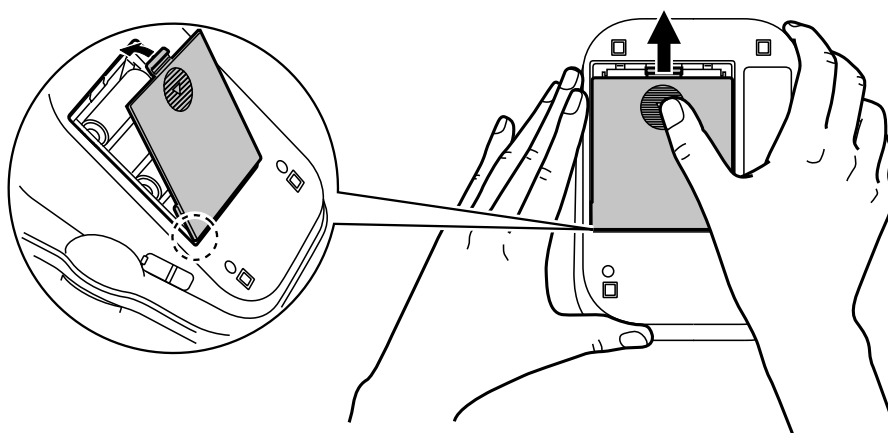
2. Schuif het batterijdeksel in de richting van de pijl, terwijl u op het geribbelde gedeelte drukt.

3. Plaats of vervang vier "AA" batterijen. Zorg ervoor dat de + (positieve) en - (negatieve) polen overeenkomen met de aanwijzingen in het batterijvak.



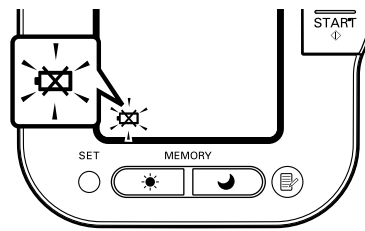
4. Plaats het batterijdeksel terug.


Schuif het batterijdeksel zoals aangegeven, tot het vastklikt.





Opmerking: De metingen blijven in het geheugen staan, ook als de batterijen zijn vervangen.

Levensduur en vervanging van batterijen



Als het batterijsymbool () op de display wordt weergegeven, moeten alle vier de batterijen worden vervangen.

- Als het batterijsymbool () gaat knipperen, kunt u de meter nog even gebruiken. U moet de batterijen ruim op tijd door nieuwe vervangen.
- Als het symbool () aan blijft staan, zijn de batterijen leeg. Vervang de batterijen direct door nieuwe. Schakel de meter uit voordat u de batterijen vervangt.
- Verwijder de batterijen als de meter drie maanden of langer niet gebruikt zal worden.
- Als de batterijen langer dan 30 seconden zijn verwijderd, moet u de datum en tijd opnieuw instellen. Zie hoofdstuk 2.2 voor meer informatie.
- Lever lege batterijen in volgens de plaatselijke regelingen.

Vier nieuwe “AA” alkalinebatterijen gaan ongeveer 1400 metingen mee bij zes metingen per dag.

Omdat de meegeleverde batterijen alleen voor testdoeleinden zijn, kunnen deze een kortere levensduur hebben en niet 1400 metingen meegaan.

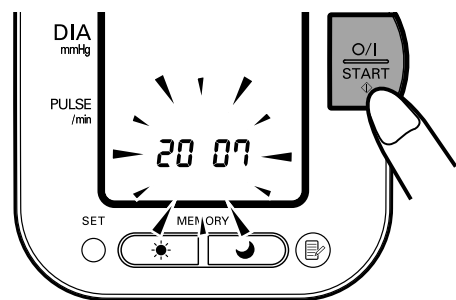
2.2 De datum en tijd instellen

Door de bloeddrukmeter worden automatisch tot 84 afzonderlijke metingen met datum en tijd opgeslagen.

Als u van het geheugen en het gemiddelde gebruik wilt maken:

- Stel de meter in op de juiste datum en tijd voordat u een eerste meting uitvoert.
- Als de batterijen langer dan 30 seconden zijn verwijderd, stelt u de datum en tijd opnieuw in.

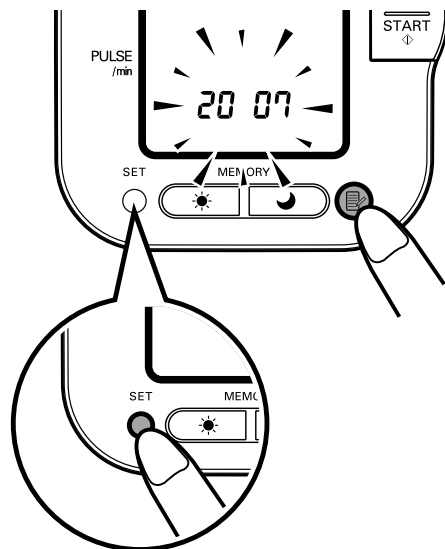
1. Als u na het plaatsen van de batterijen de meter voor het eerst met O/I START inschakelt, knippert het jaar (2007) op de display.



2. Druk op MEMORY om de waarde te verhogen.

Opmerkingen:

- Het bereik voor de jaarinstelling is 2007 tot 2030. Als de jaartelling bij 2030 komt, gaat deze terug naar 2007.
- Als u MEMORY ingedrukt houdt, loopt de waarde snel op.

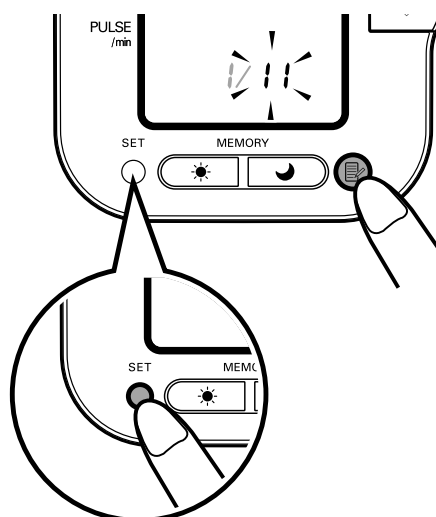


3. Druk als de gewenste waarde op de display wordt weergegeven ter bevestiging op SET.

Het jaar is ingesteld, en de maand knippert op de display.

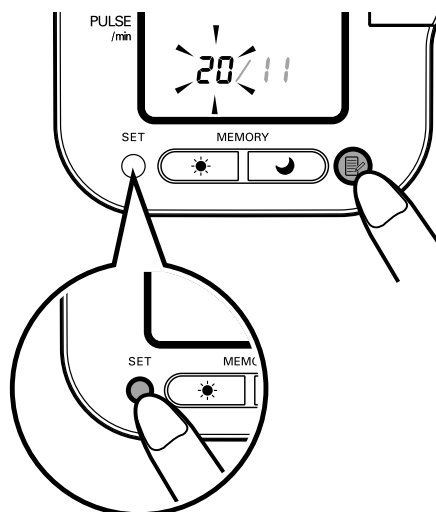
4. Herhaal stap 2 en 3 voor het instellen van de maand.

De maand is ingesteld, en de dag (datum) knippert op de display.



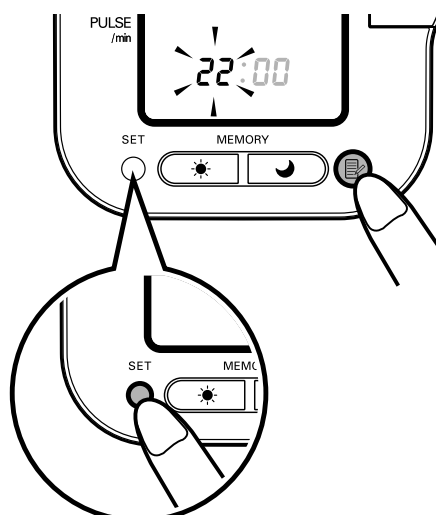
5. Herhaal stap 2 en 3 voor het instellen van de dag.

De dag is ingesteld, en de uuraanduiding knippert op de display.



6. Herhaal stap 2 en 3 voor het instellen van de uuraanduiding.

De uuraanduiding is ingesteld, en de minuutaanduiding knippert op de display.

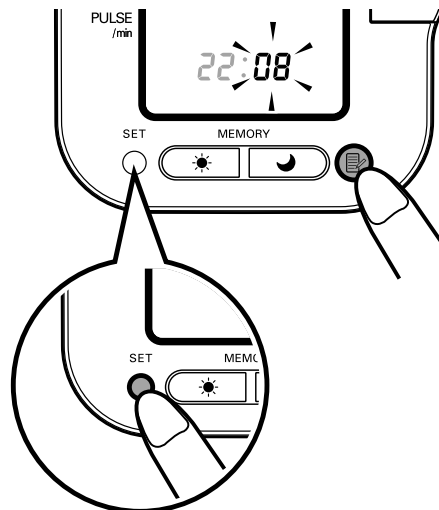


7. Herhaal stap 2 en 3 voor het instellen van de minuutaanduiding.

De minuutaanduiding is ingesteld.

De meter gaat nadat u de minuutaanduiding hebt ingesteld automatisch uit.

Druk voor het aanpassen van de datum en de tijd op SET terwijl de meter op stand-by staat.



Opmerkingen bij het aanpassen van de datum en tijd

Als u de datum en tijd moet aanpassen of als de datum en tijd verloren zijn gegaan na het vervangen van de batterijen, stelt u de datum en tijd in tussen 10:00 en 18:59 uur. Hiermee voorkomt u problemen met de ochtend- en avondweekgemiddelden die in het geheugen zijn opgeslagen.

Voor het aanpassen van de datum of tijd in een later stadium, begint u met de meter uitgeschakeld. Volg de onderstaande stappen.

1. Houd SET ingedrukt.

Het symbool voor automatische werking (▶▶▶3) en de huidige instelling (**on** of **oFF**) wordt voor de geselecteerde gebruiker op de display weergegeven.

Als het jaar niet knippert, drukt u één of twee keer op SET, tot het jaar knippert.

Het jaar knippert op de display.

2. Zie hoofdstuk 2.2.2 voor het instellen van de datum en tijd.

Als u de datum en tijd op deze manier met de hand instelt, moet u de meter zelf uitschakelen. De meter gaat niet automatisch uit nadat u de minuutaanduiding hebt ingesteld.

Opmerkingen:

- Verzeker u ervan dat de datum en tijd goed zijn ingesteld, zodat de weekgemiddelden goed worden weergegeven. Als u de datum en tijd per ongeluk verkeerd instelt, doorloopt u de instellingen met SET en stelt u de juiste waarden in.
- Als de tijd verkeerd wordt weergegeven nadat de meter gedurende langere tijd niet is gebruikt, stelt u de datum en tijd opnieuw in (zie hoofdstuk 2.2 voor het instellen van de klok). Wis de opgeslagen waarden als u de meter opnieuw gaat gebruiken (zie hoofdstuk 3.5 voor het wissen van opgeslagen waarden).

3. Het apparaat gebruiken

3.1 De juiste zithouding tijdens het uitvoeren van een meting

U kunt zowel uw linker- als uw rechterarm gebruiken om te meten.

Opmerkingen:

- Verricht de meting op een rustige plaats in een ontspannen zithouding. Zorg dat het in de ruimte waar u zit niet te koud of te warm is.
- Vermijd eten, drinken, roken en inspanning gedurende ten minste 30 minuten voordat u een meting verricht.
- Tijdens het meten mag u niet bewegen of praten.

De juiste houding

Ga rechtop zitten, met een rechte rug.

Verwijder strak zittende en/of dikke kleding (bijvoorbeeld een trui) van uw bovenarm.

Breng de manchet niet over dikke kleding aan en rol de mouw niet op als deze te strak is.

Leg uw arm op een tafel, zodat de manchet ongeveer op dezelfde hoogte is als uw hart.

De afstand van de stoel tot de bovenkant van de tafel moet 25 tot 30 cm zijn.

Opmerkingen:

- Om goede meetresultaten te krijgen, is een juiste houding tijdens het meten noodzakelijk.
- Probeer tevens uw bloeddruk elke dag op dezelfde tijd te meten. (Aanbevolen wordt om elke dag binnen een uur nadat u bent ontwaakt, te meten.)

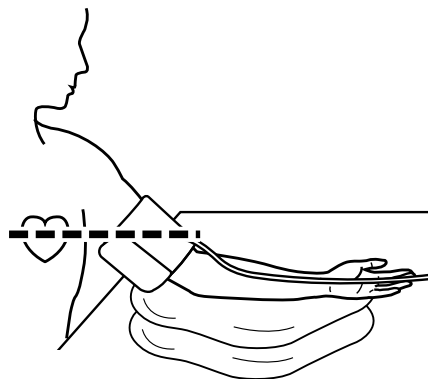
Onjuiste houding

- Gebogen rug (naar voren leunen)
- Met de benen over elkaar zitten
- Op een bank zitten, of bij een lage tafel, zodat u de neiging hebt naar voren te leunen



Deze situaties kunnen ertoe leiden dat u een hogere bloeddruk meet, door inspanning of omdat de manchet lager is dan het hart.

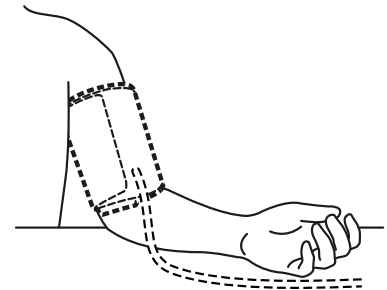
Als de positie van de manchet lager is dan die van uw hart kunt u kussens en dergelijke gebruiken om uw arm hoger te leggen.



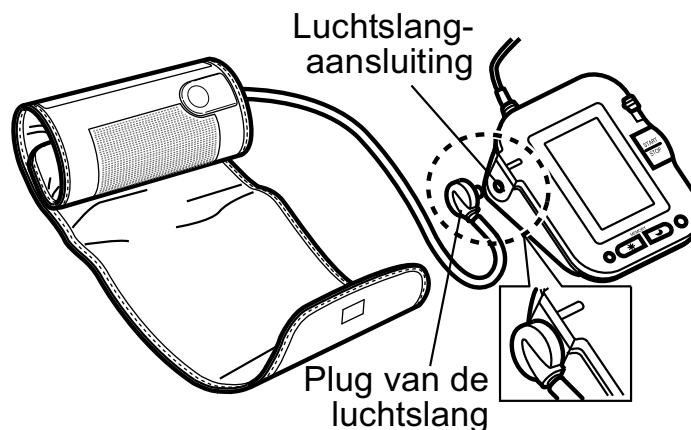
3.2 De armmanchet aanbrengen

U kunt de manchet zowel om uw linker- als rechterarm aanbrengen.

- Trek kleding die strak om uw bovenarm zit uit.
- Breng de manchet niet over dikke kleding aan en rol de mouw niet op als deze te strak is.

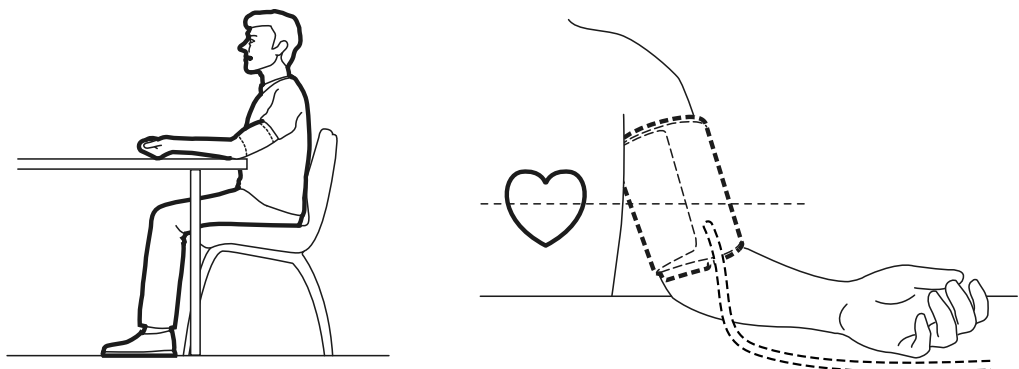


1. Steek de plug van de luchtslang in de luchtslangaansluiting (aan de linkerzijde van het apparaat).

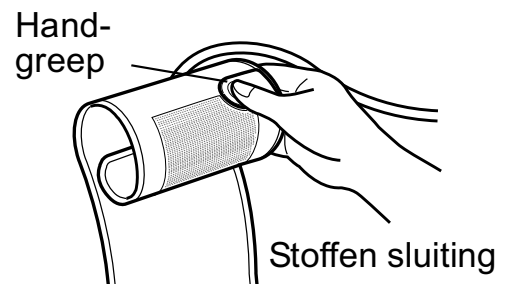


De manchet moet volledig ontlucht zijn als deze op de luchtslangaansluiting wordt aangesloten.

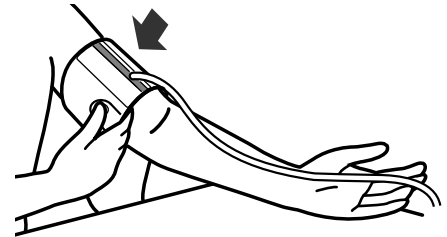
2. Ga op een stoel zitten met uw voeten plat op de grond en leg uw arm zodanig op een tafel dat de armmanchet op dezelfde hoogte zit als uw hart.



- 3.** Houd de handgreep op de manchet stevig vast met uw hand.

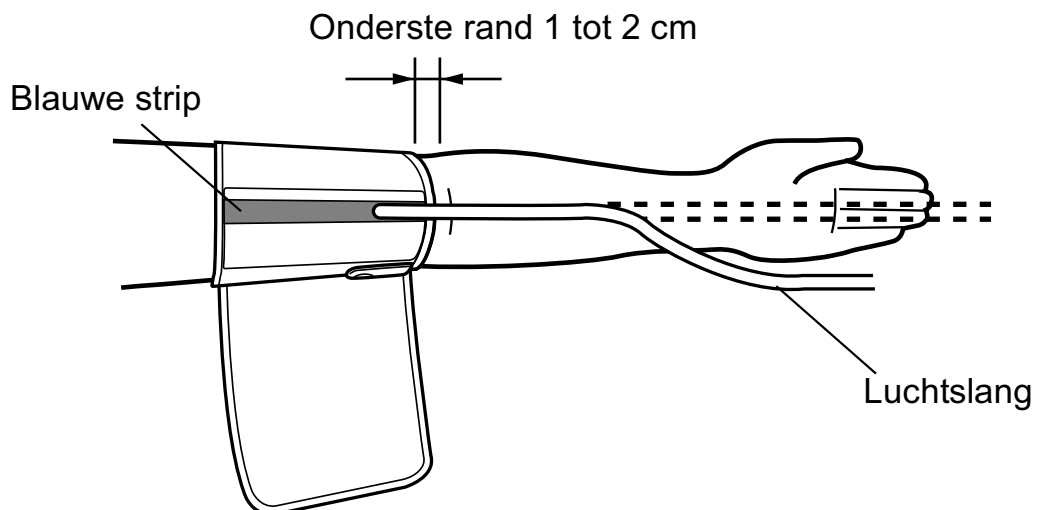


- 4.** Draai de palm van uw hand naar boven.

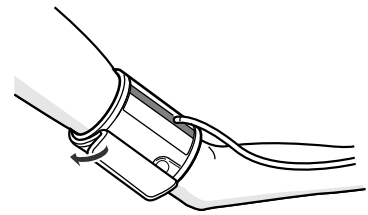


- 5.** Breng de manchet zodanig om uw bovenarm aan, dat de blauwe strip midden op de binnenkant van uw arm ligt en langs de binnenkant van uw arm naar beneden wijst. De luchtslang moet langs de binnenkant van uw onderarm lopen en op een lijn liggen met uw middelvinger.

De onderrand van de manchet moet zich ongeveer 1 tot 2 cm boven de elleboog bevinden.



- 6.** Als de manchet correct is aangebracht de stoffen sluiting **STEVIG** vastdrukken.

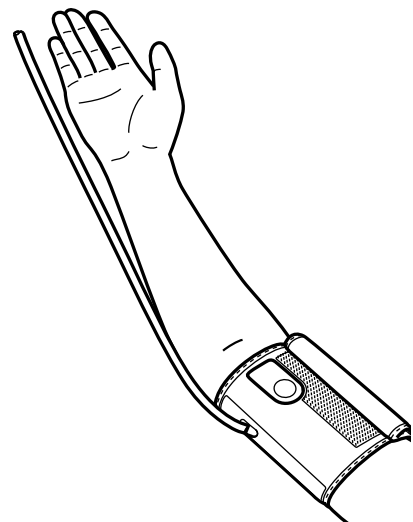


Opmerkingen:

- Let erop dat de manchet goed om uw arm sluit.
- De manchet moet goed contact maken met uw huid. U moet uw wijsvinger makkelijk tussen de manchet en uw arm kunnen steken, zodat u de manchet aan en uit kunt trekken.
- Controleer of er geen knik in de luchtslang zit.

Metingen uitvoeren aan de rechterarm

Let op de volgende punten wanneer u de manchet om uw rechterarm aanbrengt. Breng de manchet zodanig aan, dat de luchtslang zich aan de kant van uw elleboog bevindt.



Opmerkingen:

- Let erop dat uw arm niet op de luchtslang steunt en dat u niet op een andere manier de luchtstroom naar de manchet belemmert.
- Breng de manchet zodanig aan, dat geen enkel deel van de manchet over het ellebooggewricht heen valt. De manchet moet 1 tot 2 cm boven de elleboog zijn aangebracht.
- Als u de manchet tweemaal per dag gebruikt, moet deze drie jaar goed blijven werken.
- De bloeddruk in de rechter- en de linkerarm kan verschillend zijn, waardoor ook de gemeten bloeddruk anders kan zijn. Het wordt door Omron aanbevolen altijd dezelfde arm te gebruiken voor het meten van de bloeddruk. Als de bloeddruk in beide armen substantieel verschilt, vraagt u aan uw arts welke arm u voor het meten moet gebruiken.

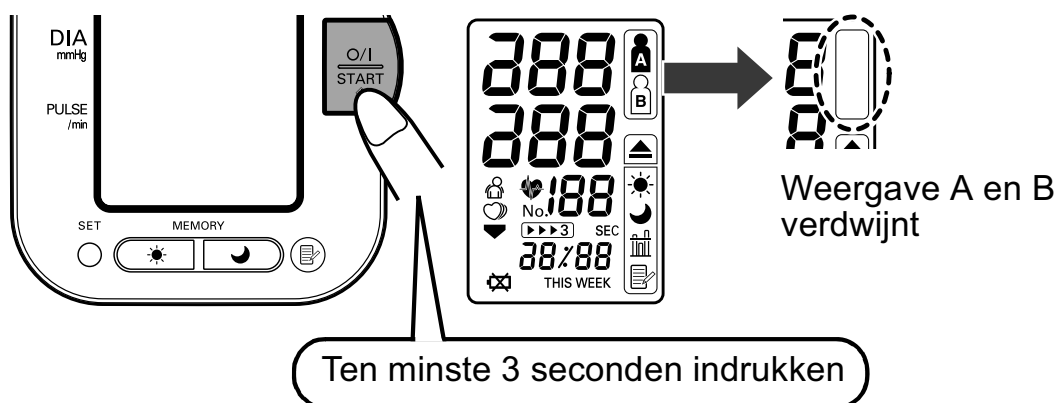
3.3 Een meting verrichten

De meter is ontworpen voor het meten en opslaan van de bloeddruk van twee mensen (gebruikers A en B).

U kunt de meter ook in gastmodus gebruiken voor het eenmalig meten van de bloeddruk. In de gastmodus wordt het gebruikerssymbool niet weergegeven. Metingen die u met de gastmodus maakt, worden niet in het geheugen opgeslagen.

De gastmodus gebruiken

1. Houd O/I START ingedrukt tot de symbolen voor gebruikers A en B op de display worden weergegeven.



2. Laat O/I START los.

De manchet wordt automatisch opgeblazen.

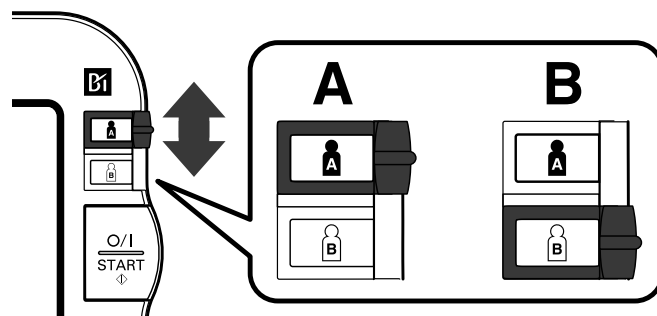
Opmerking: Als u het opblazen wilt stoppen, drukt u op O/I START en laat u de knop weer los. Het opblazen stopt, het leeglopen wordt gestart, en de meter wordt uitgeschakeld.

3. Het opblazen stopt en de meting wordt gestart. Nadat de meting is voltooid, worden de bloeddruk en hartslag op de display weergegeven.

De gebruiker selecteren

Selecteer uw gebruikersnummer. Gebruik voor het meten altijd hetzelfde gebruikersnummer. De meetwaarden worden in het geheugen voor de geselecteerde gebruiker opgeslagen. Deze meetwaarden worden gebruikt voor het berekenen van de ochtend- en avondgemiddelden.

Schuif de gebruikersknop naar gebruiker A of B.



Het gebruikersnummer gebruiken

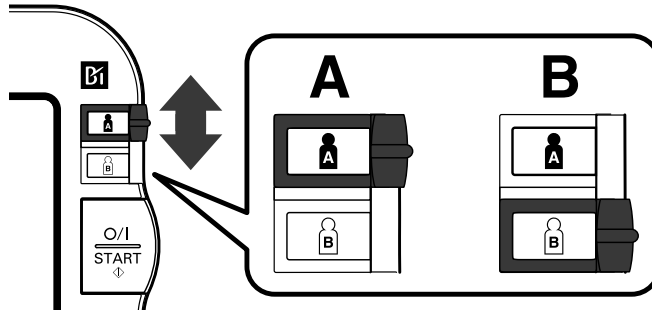
Als u een gebruiker selecteert, kunt u de meter instellen op één meting als u op O/I START drukt, of op drie metingen tegelijk met de automatische werking.

Opmerking: De standaardinstelling is één meting tegelijk.

Bij automatische werking worden er drie metingen achter elkaar gemaakt. De manchet wordt opgeblazen, en er worden kort na elkaar drie metingen verricht.

Eén meting tegelijk verrichten

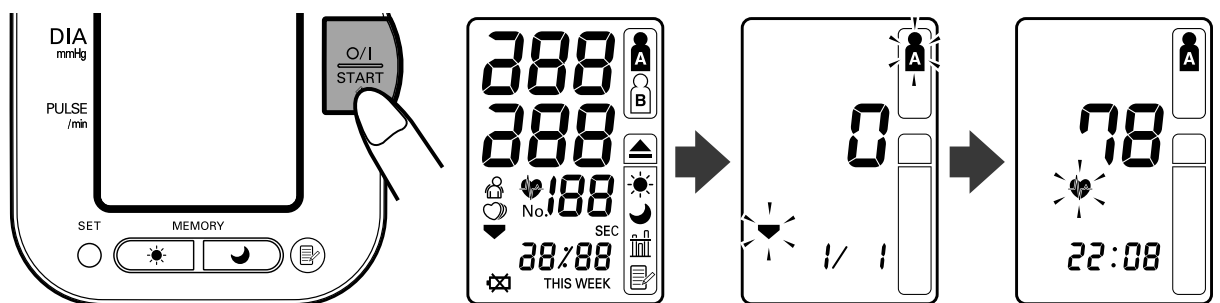
1. Selecteer de gebruiker (A of B).



2. Druk op de O/I START-knop.

Alle symbolen worden op de display weergegeven. Het symbool voor de gebruiker die u hebt geselecteerd knippert op de display.

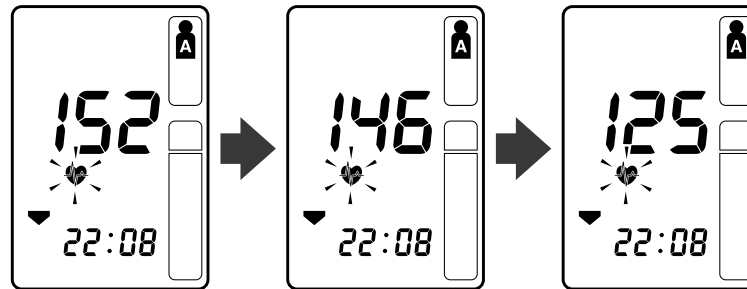
De manchet wordt automatisch opgeblazen. Tijdens het opblazen van de manchet wordt door de meter automatisch bepaald welk opblaasniveau het best bij u past. De hartslag wordt door de meter tijdens het opblazen gemeten. Beweeg uw arm niet en blijf stilzitten tot het hele meetproces is voltooid.



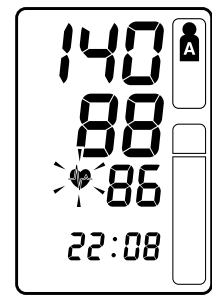
Opmerking: Als u het opblazen of het meten wilt stoppen, drukt u op O/I START en laat u de knop weer los. Het opblazen stopt, het leeglopen wordt gestart, en de meter wordt uitgeschakeld.

3. Het opblazen stopt automatisch en de meting wordt gestart.

Als de manchet leegloopt, worden op de display afnemende getallen weergegeven. Het hartsymbool (♥) knippert bij elke hartslag.

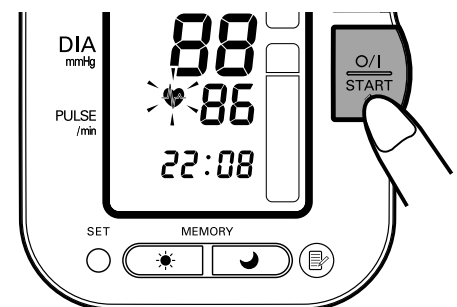


4. Als de meting voltooid is, loopt de manchet volledig leeg. Uw bloeddruk en hartslag worden weergegeven.



5. Druk op de O/I START-knop om de meter uit te schakelen.

Opmerking: Mocht u vergeten de meter uit te schakelen, dan schakelt deze automatisch na vijf minuten uit.



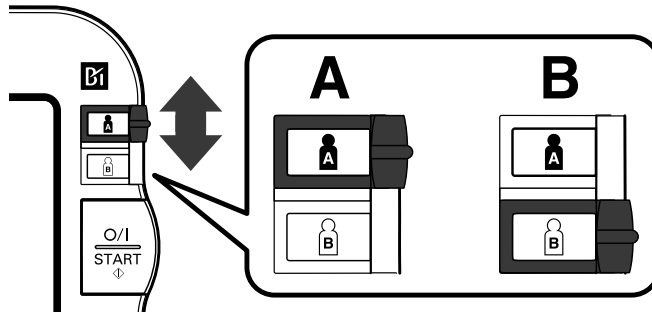
Opmerkingen:

- Zelfdiagnose en -behandeling op basis van meetresultaten is gevaarlijk. Volg de aanwijzingen van uw arts.
- Wacht 2-3 minuten voordat u nogmaals de bloeddruk meet. Deze wachttijd tussen metingen is nodig om de slagaderen terug te laten keren in dezelfde conditie als vóór de bloeddrukmeting.

Automatische werking selecteren

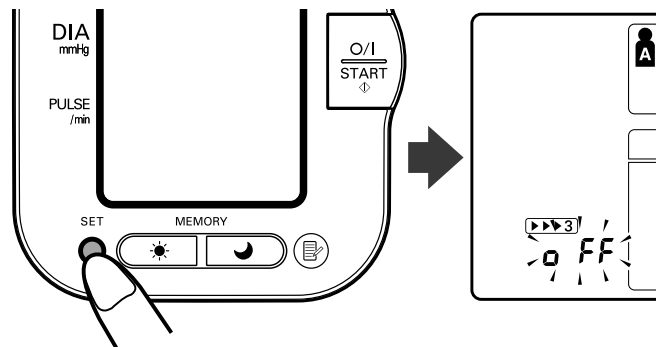
U kunt voor gebruiker A of B automatische werking selecteren.

1. Verzeker u ervan dat de meter uitgeschakeld is.
2. Selecteer de gebruiker (A of B).



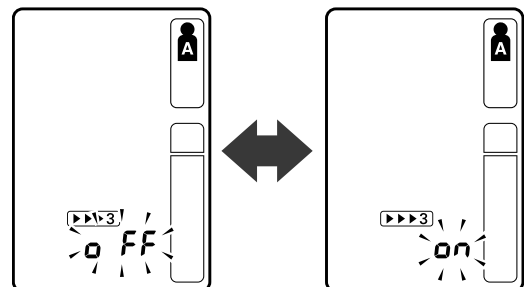
3. Houd SET ingedrukt.

Het symbool voor automatische werking (▶▶▶3) en de instelling **oFF** worden op de display weergegeven.

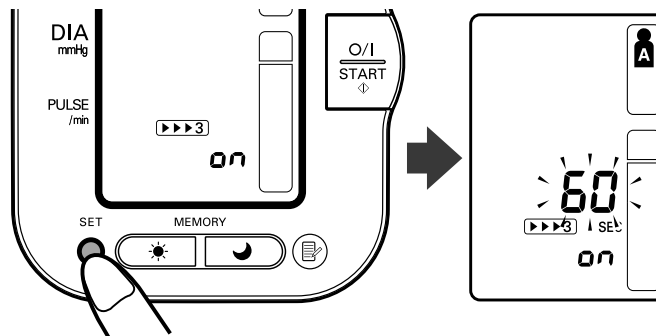


4. Selecteer **on** (aan) met MEMORY (📄).

Opmerking: Met MEMORY schakelt u om tussen **on** (aan) en **oFF** (uit).



5. Druk op SET om de wijziging vast te leggen.



Het aantal seconden tussen de metingen wordt weergegeven.

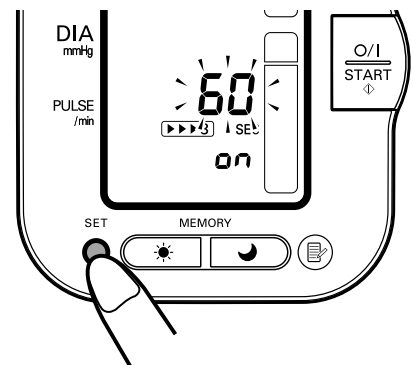
Opmerking: De standaardwaarde is meting om de 60 seconden.

6. Druk op MEMORY (📄) als u de tijd tussen de metingen wilt wijzigen.

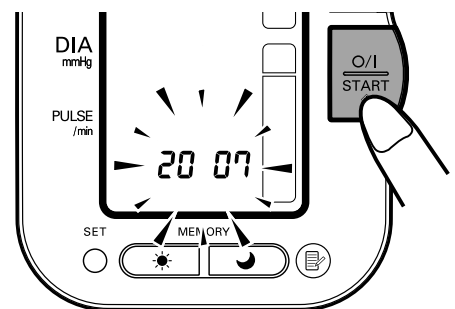
De wachttijd kunt u instellen op 15, 30, 60 of 120 seconden. Druk op MEMORY tot de gewenste wachttijd op de display wordt weergegeven.

7. Druk op SET om de instelling vast te leggen.

Het jaar knippert op de display.



8. Druk op de O/I START-knop om de meter uit te schakelen.



Automatische werking gebruiken

1. Selecteer de gebruiker (A of B).

2. Druk op de O/I START-knop.

Alle symbolen worden op de display weergegeven. Het symbool voor de gebruiker die u hebt geselecteerd knippert op de display. De manchet wordt automatisch opgeblazen.

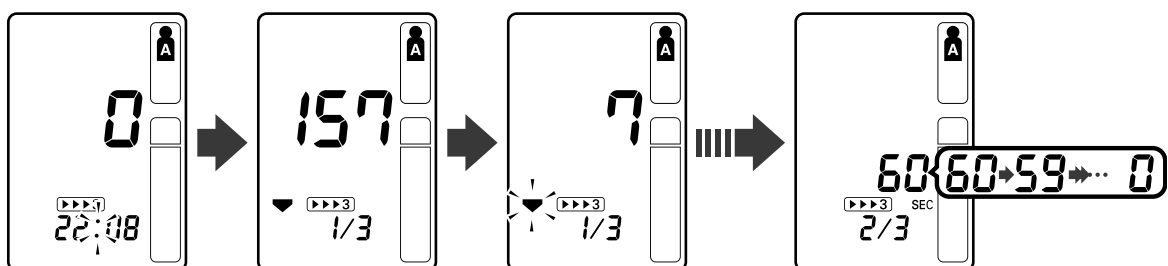
Opmerking: Als u het opblazen of het meten wilt stoppen, drukt u op O/I START. Het opblazen stopt, het leeglopen wordt gestart, en de meter wordt uitgeschakeld.

3. Het opblazen stopt automatisch en de meting wordt gestart.

Als de manchet leegloopt, worden op de display afnemende getallen weergegeven. Het hartsymbool (♥) knippert bij elke hartslag. Als de meting voltooid is, loopt de manchet volledig leeg.

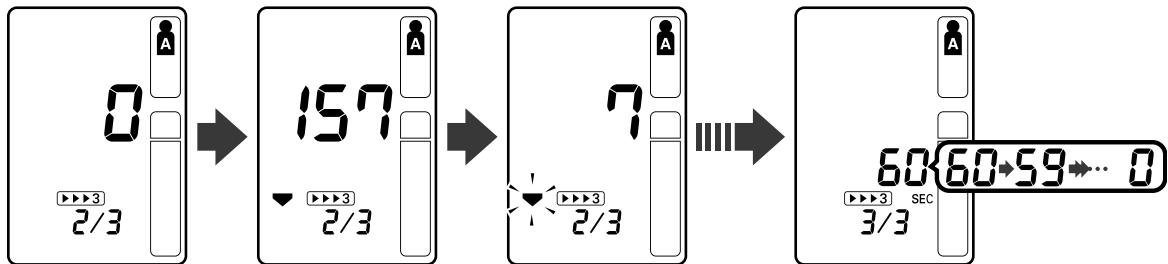
Opmerking: Beweeg uw arm niet en blijf stilzitten tot het hele meetproces is voltooid.

4. Controleer de voortgang van de opeenvolgende metingen.



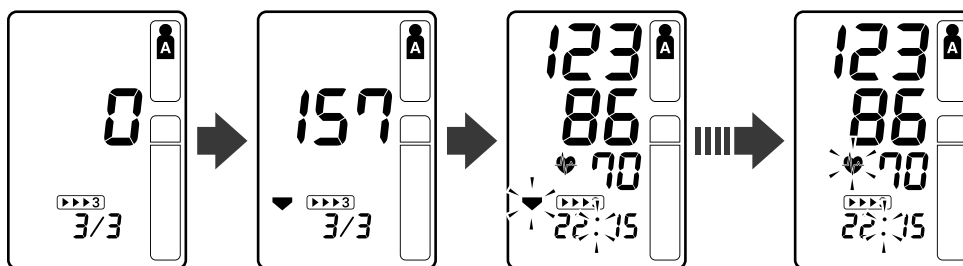
De eerste meting is voltooid, en de meter wacht voor het starten van de volgende meting. De ingestelde wachttijd tussen de metingen wordt op de display weergegeven.

De tweede meting start automatisch.



De tweede meting is voltooid, en de meter wacht voor het starten van de volgende meting.

De derde meting start automatisch.



De opeenvolgende metingen zijn voltooid. Het gemiddelde van de drie metingen wordt op de display weergegeven.

De drie afzonderlijke meetresultaten worden niet tijdens het automatisch meten weergegeven. De resultaten van elke afzonderlijke meting kunt u echter wel weergeven nadat alle metingen zijn voltooid.

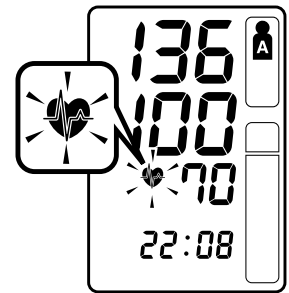
Opmerking: Tijdens het automatisch meten worden metingen herhaald als er een fout optreedt. Na 3 fouten stopt de meter met het uitvoeren van verdere metingen. Als er slechts twee metingen zijn gelukt, wordt het gemiddelde van deze twee metingen weergegeven. Als slechts één meting is gelukt, wordt het resultaat hiervan weergegeven.

5. Druk op SET als u de bloeddruk en hartslag van de eerste meting wilt weergeven. Druk voor de volgende meting opnieuw op SET.
6. Druk op de O/I START-knop om de meter uit te schakelen.

Belangrijk:

- Als de systolische of diastolische bloeddruk buiten het standaardbereik valt, knippert het hartslagsymbool als het meetresultaat wordt weergegeven.


Recent onderzoek geeft aan dat de volgende waarden als indicatie kunnen worden gebruikt voor hoge bloeddruk als metingen thuis worden uitgevoerd.

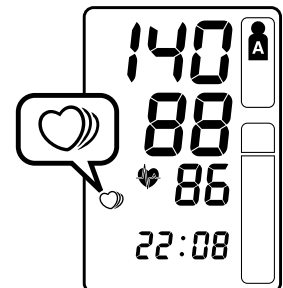


Systolische bloeddruk	Hoger dan 135 mmHg
Diastolische bloeddruk	Hoger dan 85 mmHg

Deze criteria gelden voor thuis uitgevoerde bloeddrukmetingen.

Zie voor criteria voor bloeddrukmetingen in professionele instellingen hoofdstuk 9.

- Uw bloeddrukmeter heeft ook een functie voor onregelmatige hartslag. Een onregelmatige hartslag kan de resultaten van de meting beïnvloeden. Het algoritme voor onregelmatige hartslag bepaalt automatisch of de meting bruikbaar is of moet worden herhaald. Als de meetresultaten zijn beïnvloed door een onregelmatige hartslag, maar het resultaat wel geldig is, wordt het resultaat weergegeven met het symbool voor onregelmatige hartslag. Als de onregelmatige hartslag voor een ongeldige meting zorgt, wordt er geen resultaat weergegeven. Als het symbool voor onregelmatige hartslag () wordt weergegeven nadat u de meting hebt verricht, moet de meting worden herhaald. Als het symbool voor onregelmatige hartslag regelmatig wordt weergegeven, stelt u uw arts hiervan op de hoogte.

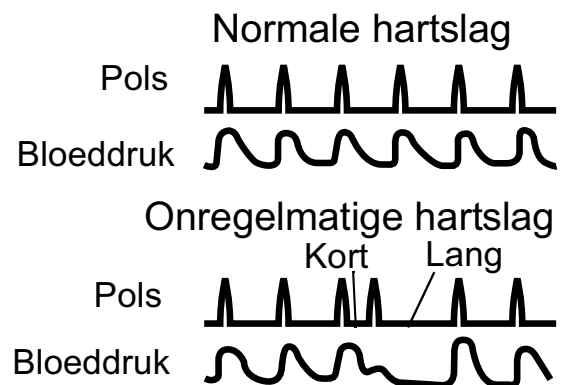


Wat is onregelmatige hartslag?

Onregelmatige hartslag is een hartritme dat meer dan 25% afwijkt van het gemiddelde hartritme tijdens het meten van de systolische en diastolische bloeddruk door de meter.

Als gedurende een meting meer dan twee keer een onregelmatige hartslag wordt

waargenomen, wordt naast het meetresultaat ook het symbool voor onregelmatige hartslag (♡) weergegeven.



Wat is aritmie?

De hartslag wordt veroorzaakt door elektrische signalen die het hart doen samentrekken.

Aritmie is een toestand waarbij het hartritme abnormaal is door storingen in het bio-elektrische systeem dat voor de hartslag zorgt. Typische symptomen zijn overgeslagen hartslagen, voortijdige samentrekking, abnormaal snelle (tachycardia) of langzame (bradycardia) pols. Aritmie kan worden veroorzaakt door hartziekten, ouder worden, fysieke aanleg, stress, slaapgebrek, vermoeidheid enz. Aritmie kan alleen door een arts worden vastgesteld met een speciaal onderzoek.

Of het verschijnen van het symbool voor onregelmatige hartslag (♡) bij het resultaat op aritmie wijst, kan alleen worden vastgesteld na onderzoek en beoordeling door de arts.

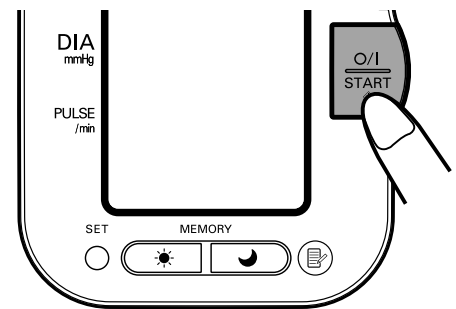
Als het symbool voor onregelmatige hartslag (♡) regelmatig wordt weergegeven, stelt u uw arts hiervan op de hoogte. Zelfdiagnose en -behandeling op basis van de meetresultaten is gevaarlijk. Volg de aanwijzingen van uw arts.

3.4 Aanwijzingen voor bijzondere situaties

Als u weet dat uw systolische druk hoger is dan 220 mmHg, houdt u O/I START ingedrukt tot de armmanchet is opgeblazen tot een druk die 30 tot 40 mmHg hoger is dan uw verwachte systolische druk.

1. Schakel de meter in met O/I START.

Het meten begint.



2. Als de armmanchet opgeblazen wordt, houdt u O/I START ingedrukt tot de druk 30 tot 40 mmHg hoger is dan uw verwachte systolische druk.

Opmerking: U kunt de manchet niet opblazen tot boven 299 mmHg. (Er wordt een foutmelding weergegeven als u de manchet tot boven 300 mmHg probeert op te blazen.)

3. Laat O/I START los als de manchet tot de gewenste druk is opgeblazen.

De manchet begint leeg te lopen, en de meting begint.

4. De rest van de procedure is hetzelfde als voor een normale meting. Zie hoofdstuk 3.3.

Opmerking: Gebruik niet meer druk dan nodig.

3.5 Gebruik van de geheugenfunctie

De meter is ontworpen voor het opslaan van de bloeddruk en hartslag in het geheugen voor twee mensen (gebruikers A en B), telkens als er een meting is voltooid.

Door de meter worden automatisch tot 84 meetwaardesets (bloeddruk en hartslag) voor elke gebruiker (A en B) opgeslagen. Als er 84 meetwaardesets zijn opgeslagen, wordt voor een nieuwe meting de oudste meting overschreven. Door de meter worden tevens 8 ochtendweekgemiddelden en 8 avondweekgemiddelden voor elke gebruiker (A en B) bewaard.

Gemiddelden

Door de meter wordt het gemiddelde berekend op basis van de drie meest recente meetwaardesets die binnen 10 minuten van de meest recente meting zijn gemeten.

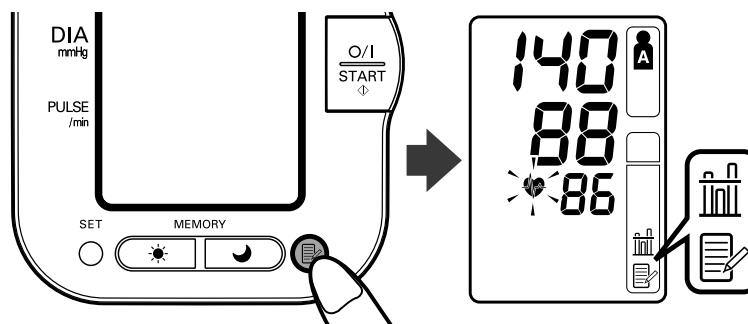
Opmerking: Als er twee meetwaardesets voor de periode van 10 minuten in het geheugen zijn opgeslagen, wordt het gemiddelde gebaseerd op twee meetwaardesets. Als er één meetwaardeset is opgeslagen, wordt deze als gemiddelde weergegeven.

Meetresultaten weergegeven

1. Selecteer de gebruiker (A of B).

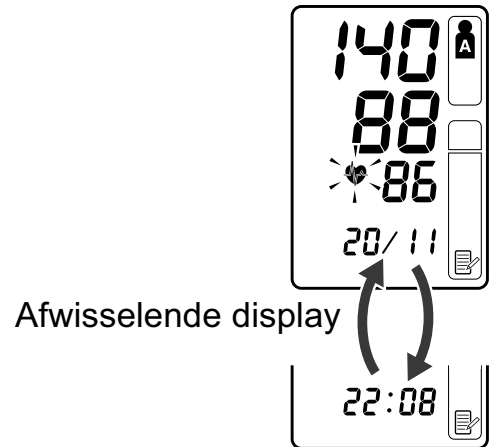
2. Druk op MEMORY (📄).

Het gemiddelde wordt weergegeven en het gemiddeldesymbool (📊) wordt boven het geheugensymbool (📄) op de display weergegeven.



3. Druk op MEMORY (📄) om de meest recente set van afzonderlijke meetwaarden op het scherm weer te geven. De waarden worden van nieuwste naar oudste weergegeven.

Opmerking: De datum en tijd worden afwisselend met de meetwaarden weergegeven.

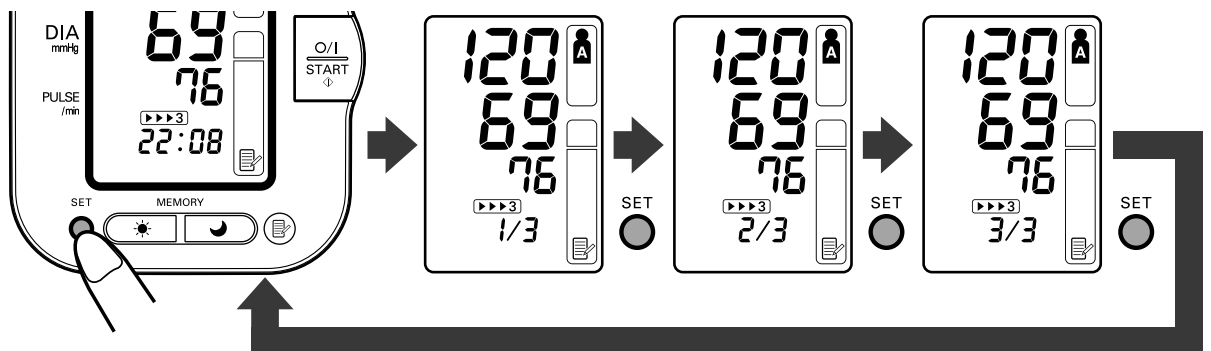


Druk op MEMORY voor de volgende meetwaardeset.

Houd MEMORY ingedrukt als u de waarden sneller wilt weergeven.

Automatische werking

Het gemiddelde van de opeenvolgende metingen wordt op de display weergegeven, met het symbool voor automatische werking (▶▶▶3). Druk terwijl het gemiddelde wordt weergegeven op SET als u de waarden van de afzonderlijke metingen wilt weergeven.



4. Druk op de O/I START-knop om de meter uit te schakelen.

Ochtend- en avondgemiddelden

Door de meter wordt een weekgemiddelde berekend en weergegeven voor de metingen die in de ochtend (☀) en die in de avond (☾) zijn gemaakt. Door de meter worden 8 ochtendweekgemiddelden en 8 avondweekgemiddelden voor elke gebruiker (A en B) bewaard.

Opmerking: De week begint zondag om 4:00 uur.

Ochtendgemiddelden

De ochtendgemiddelden zijn gebaseerd op de eerste gemiddelde automatisch gemeten meting of op de eerste handmatige meting.

De metingen moeten zijn gedaan tussen:

4:00 en 9:59 uur.

Avondgemiddelden

De avondgemiddelden zijn gebaseerd op de laatste gemiddelde automatisch gemeten meting of op de laatste handmatige meting.

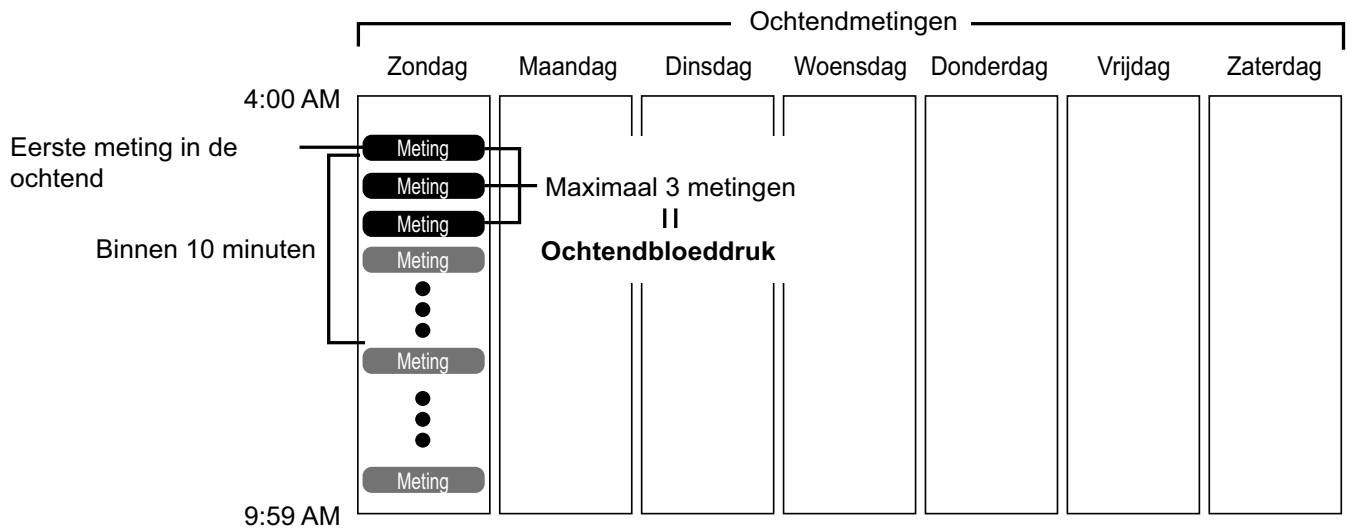
De metingen moeten zijn gedaan tussen:

19:00 en 01:59 uur.

Meer over weekgemiddelden

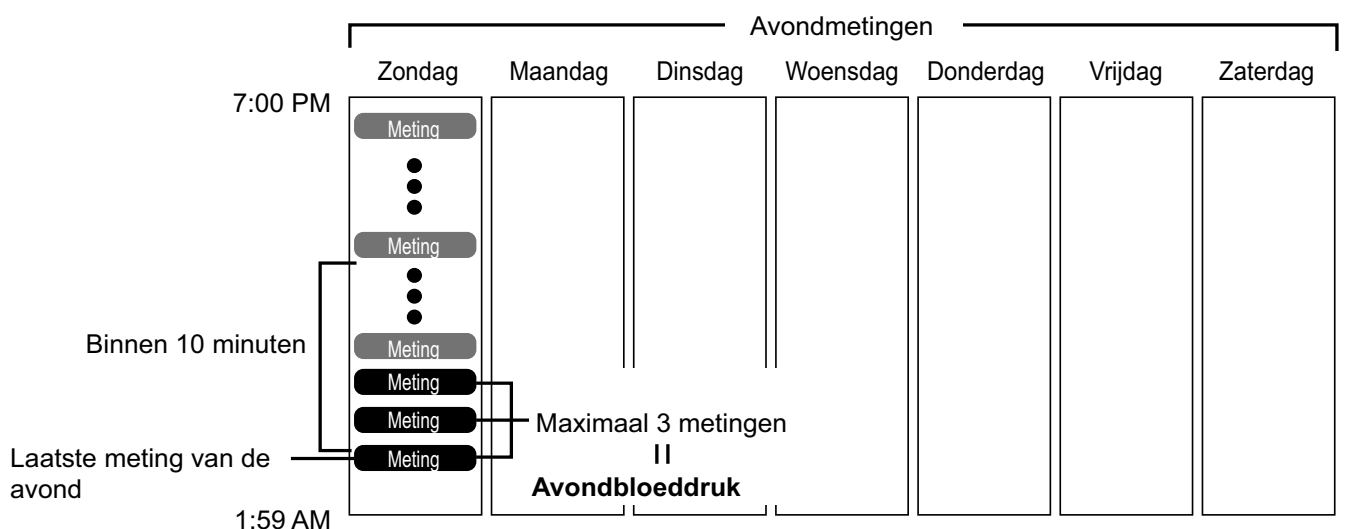
Ochtendweekgemiddelde

Dit is het gemiddelde van de metingen die in de ochtend zijn gedaan (4:00 - 9:59 uur) tussen zondag en zaterdag. Voor elke dag wordt een gemiddelde berekend van maximaal drie metingen binnen 10 minuten van de eerste meting in de ochtend.



Avondweekgemiddelde

Dit is het gemiddelde van de metingen die in de avond zijn gedaan (7:00 - 1:59 uur) tussen zondag en zaterdag. Voor elke dag wordt een gemiddelde berekend van maximaal drie metingen binnen 10 minuten van de laatste meting in de avond.



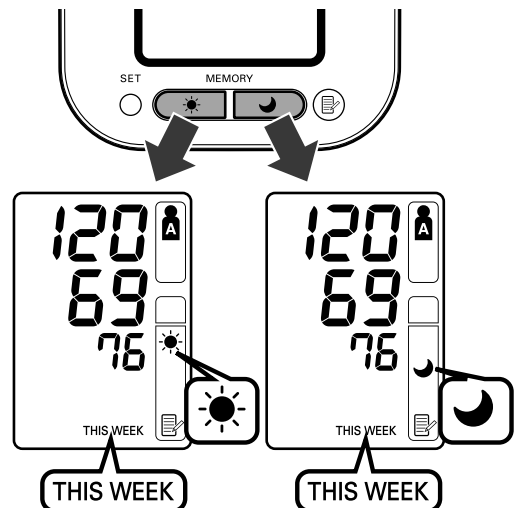
Ochtend- en avondgemiddelden weergeven

1. Selecteer de gebruiker (A of B).

2. Druk op de knop voor ochtendgemiddelden (☀️) of die voor avondgemiddelden (🌙).

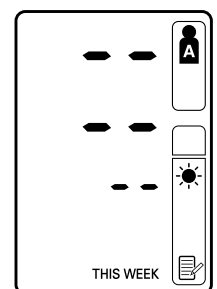
Het gemiddelde voor deze week (THIS WEEK) wordt op de display weergegeven.

Het ochtend- en avondgemiddelde van dezelfde week geeft u weer door op de knop voor het ochtendgemiddelde (☀️) of het avondgemiddelde (🌙) te drukken. Het is belangrijk zowel het ochtend- als het avondgemiddelde van dezelfde week te controleren.



3. Blijf op de knop voor het ochtendgemiddelde (☀️) of het avondgemiddelde (🌙) drukken als u de voorgaande weken wilt weergeven. Op de meter wordt “-1 WEEK” weergegeven voor de vorige week, tot “-7 WEEK” voor de oudste gemiddeldenset.

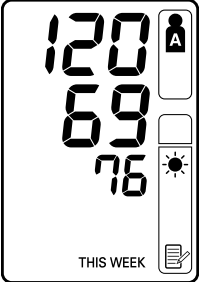
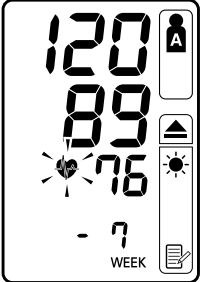
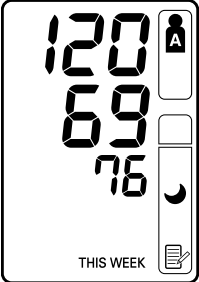
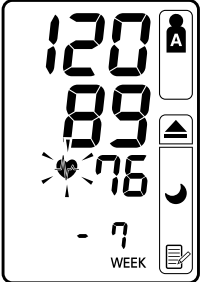
Opmerking: Als er in een week niet voldoende metingen zijn verricht voor het berekenen van een gemiddelde, wordt dit weergegeven zoals in de afbeelding.



4. Druk op de O/I START-knop om de meter uit te schakelen.

Opmerkingen over weergavecombinaties

Naast de symbolen voor ochtend- en avondgemiddelde, kan op de meter ook het symbool voor hoge ochtendbloeddruk worden weergegeven als het ochtendgemiddelde van die week boven de bloeddrukrichtlijn ligt. (Zie hoofdstuk 3 “Het apparaat gebruiken - Belangrijke informatie” voor meer informatie.) Afhankelijk van de meetresultaten kunnen deze in de onderstaande combinaties worden weergegeven.

	Display	
Ochtendgemiddelde	 <p>Ochtendgemiddelde van deze week, met symbool ochtendgemiddelde</p>	 <p>Ochtendgemiddelde van 7 weken geleden, met symbool ochtendgemiddelde + knipperend symbool hartslag + symbool hoge ochtendbloeddruk</p>
Avondgemiddelde	 <p>Avondgemiddelde van deze week, met symbool avondgemiddelde</p>	 <p>Avondgemiddelde van 7 weken geleden, met symbool avondgemiddelde + knipperend symbool hartslag + symbool hoge ochtendbloeddruk</p>
	Gemiddelde binnen richtlijn voor thuis gemeten bloeddruk	Gemiddelde boven richtlijn voor thuis gemeten bloeddruk + hoge ochtendbloeddruk

Het symbool voor hoge ochtendbloeddruk (▲) wordt weergegeven als het weekgemiddelde van de ochtendmetingen boven 135/85 ligt.

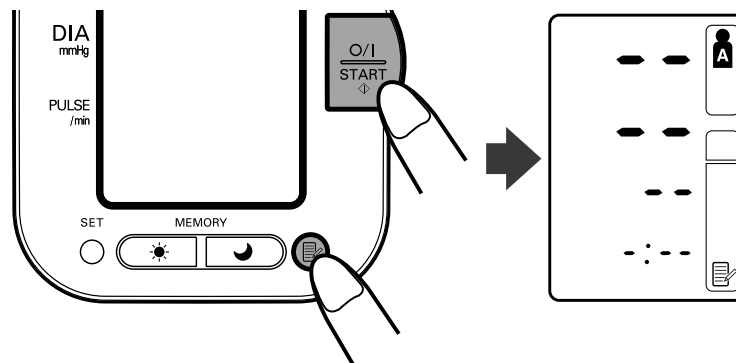
In dit geval wordt het symbool voor hoge ochtendbloeddruk (▲) weergegeven als het weekgemiddelde van de avondmetingen wordt weergegeven, onafhankelijk van de waarde van het avondgemiddelde.

Alle in het geheugen opgeslagen waarden wissen

De in het geheugen opgeslagen waarden wist u per gebruiker.

U kunt de waarden in het geheugen niet gedeeltelijk wissen. Alle waarden voor de gebruiker die u hebt geselecteerd, worden gewist.

1. Selecteer de gebruiker (A of B).
2. Houd MEMORY (📄) ingedrukt en druk tegelijkertijd meer dan 2 seconden op O/I START. Alle waarden worden gewist.



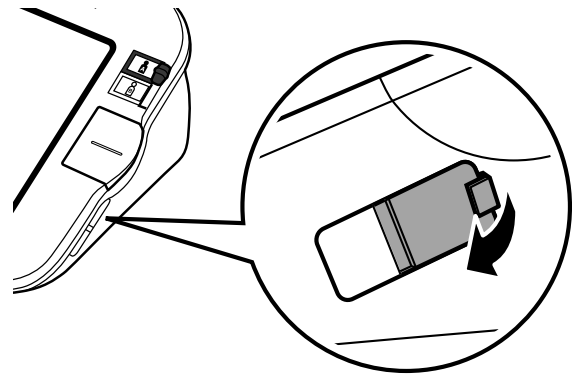
3.6 Gegevens op een computer zetten

Met de bloeddrukbeheersoftware van Omron die bij deze bloeddrukmeter wordt meegeleverd, kunt u gegevens van de met de OMRON M10-IT Intellisense gemeten bloeddrukken weergeven, verwerken en afdrucken.

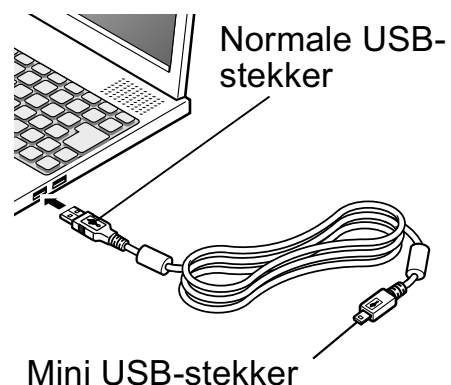
Zie de bijgevoegde “Installatiehandleiding” voor het installeren van de software op een computer. Zie voor het bedienen van de software de Installatiehandleiding en gebruik de Help-functie van de software.

Gebruik alleen de goedgekeurde OMRON USB-kabel die met deze meter is verkocht. Als u een andere kabel gebruikt, kan dit de meter beschadigen en vervalt de garantie.

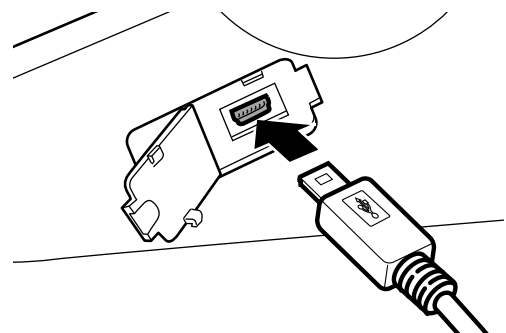
1. Open het USB-poortplaatje.



2. Steek de normale USB-stekker (grote stekker) in de computer.



3. Steek de mini USB-stekker (kleine stekker) in de USB-poort op de meter.



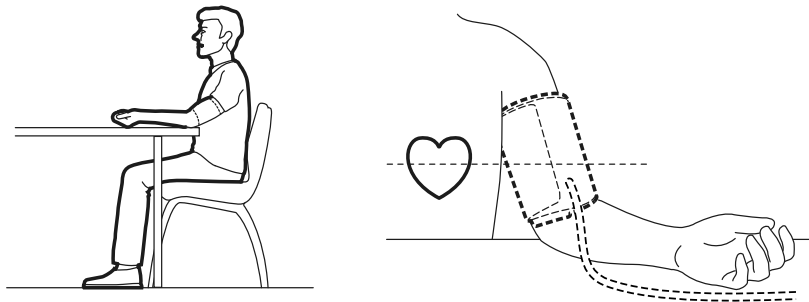
4. Snelle referentiehandleiding

Deze snelle referentiehandleiding is alleen ter referentie. Lees de hele handleiding door als u de meter voor het eerst gaat gebruiken.

Om een betrouwbare meting te verkrijgen, is het beter minimaal 30 minuten voor de meting niet meer te eten, te roken of lichamelijke inspanning te verrichten.

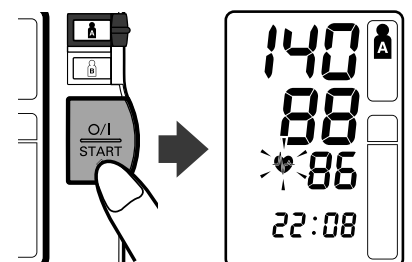
Opmerking: Trek kleding die strak om uw bovenarm zit uit.

1. Ga op een stoel zitten met uw voeten plat op de vloer en leg uw arm op een tafel, zodanig dat de armmanchet op dezelfde hoogte zit als uw hart.



2. Maak de manchet vast om uw arm met behulp van de stoffen sluitstrip.
3. Selecteer de gebruiker (A of B).
4. Druk op de O/I START-knop.

Nadat de meting is voltooid, geeft de meter uw bloeddruk en hartslag weer en wordt de manchet automatisch ontlucht.

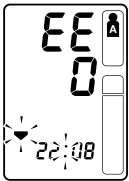

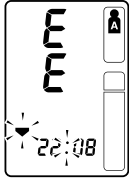
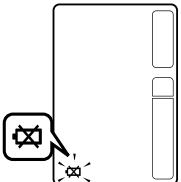
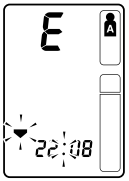


Opmerkingen:

- Wacht altijd minimaal 2-3 minuten voordat u nogmaals de bloeddruk meet.
- Alle meetresultaten worden in het geheugen opgeslagen. Houd hier rekening mee als meerdere mensen met hetzelfde apparaat hun bloeddruk meten.

5. Oplossen van fouten en problemen

5.1 Foutmeldingen

Foutendisplay	Oorzaak	Oplossing
	De manchet is niet voldoende opgeblazen.	Lees en herhaal de stappen zoals beschreven in hoofdstuk 3.3.
	Beweging tijdens de meting.	
	De manchet is te hard opgeblazen.	
 Knippert of wordt continu getoond.	De batterijen zijn leeg.	Vervang alle vier "AA"-batterijen door nieuwe. Zie hoofdstuk 2.1.
	Beweging, geluid.	Lees en herhaal de stappen zoals beschreven in hoofdstuk 3.3.
	Manchet lekt lucht.	Vervang door nieuwe manchet.

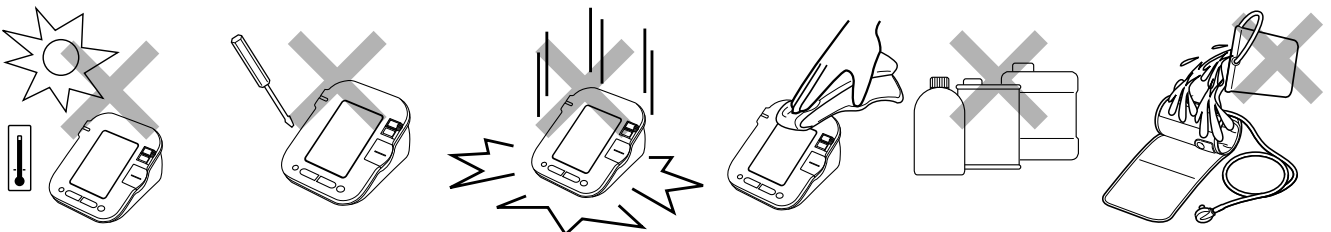
5.2 Problemen oplossen

Probleem	Oorzaak	Oplossing
Het display blijft leeg nadat op de O/I START-knop is gedrukt.	De batterijen zijn leeg.	Vervang de batterijen.
Kan geen meting uitvoeren of de meting is te hoog.	Is de manchet juist om de arm aangebracht?	Bevestig de armmanchet correct.
	De druk in de manchet stijgt niet, terwijl de pompmotor wel te horen is.	Controleer of de plug van de luchtslang op de juiste wijze op de meter is aangesloten. Druk de plug van de luchtslang stevig in de luchtaansluiting.
De bloeddruk is elke keer verschillend. De meting is extreem laag (of hoog).	De bloeddrukmetingen variëren constant, afhankelijk van het tijdstip van meting en de mate van (ont)spanning. Haal een aantal keer diep adem om te ontspannen voordat u de meting uitvoert.	

6. Onderhoud en opslag

Neem onderstaande voorzorgsmaatregelen in acht om beschadiging van uw meter te voorkomen:

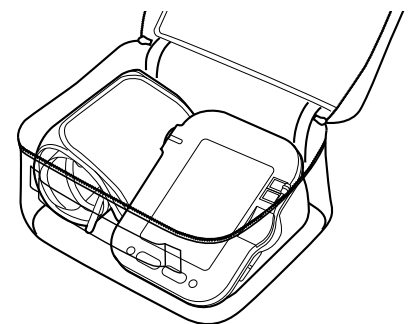
- Stel de meter en manchet niet bloot aan extreme temperaturen, vochtigheid, vocht of direct zonlicht.
- De manchet en de slangen mogen niet strak opgevouwen worden.
- Haal de meter niet uit elkaar.
- Voer nooit zelf reparaties uit. Mocht zich een defect voordoen, neem dan contact op met de OMRON-distributeur of de klantenservice, zoals vermeld op de verpakking. U kunt ook advies vragen aan uw leverancier van medische hulpmiddelen of uw apotheker.
- De OMRON M10-IT is een precisie-meetinstrument. Het is belangrijk dat de nauwkeurigheid binnen de specificaties blijft. Aanbevolen wordt de meter om de twee jaar te laten controleren op nauwkeurigheid en juiste werking. Raadpleeg voor verdere details de OMRON-distributeur of de klantenservice zoals vermeld op de verpakking.
- Stel de meter niet bloot aan sterke schokken of vibraties (bijvoorbeeld door de meter op de vloer te laten vallen.)
- Gebruik geen vluchtige vloeistoffen om de meter te reinigen. **DE METER MOET MET EEN ZACHTE, DROGE DOEK WORDEN GEREINIGD.**
- De armmanchet mag niet worden gewassen of ondergedompeld in water.



Opslag

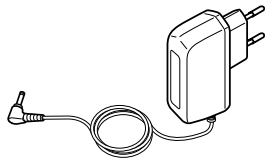
Bewaar de meter in de zachte opbergtas als deze niet wordt gebruikt.

Opmerking: Als u de optionele netadapter gebruikt, moet deze onder de manchet en de meter worden geplaatst, zodat hij het display niet beschadigt.



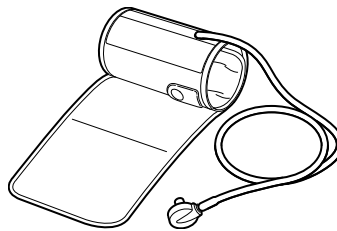
7. Optionele onderdelen

Netadapter S



Bestelnr. 9515336-9

Armmanchet



Bestelnr. 9956685-4

De optionele netadapter gebruiken

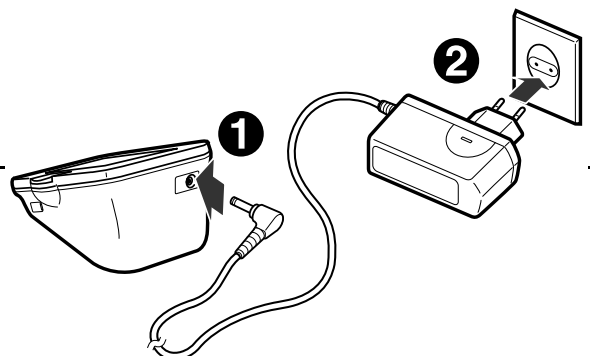
Er moeten altijd batterijen in het batterijvak geplaatst zijn, ook wanneer u de netadapter gebruikt.

Opmerkingen:

- Steek de stekker nooit met natte handen in het stopcontact.
- Gebruik uitsluitend de originele netadapter die voor dit apparaat is ontworpen. Gebruik van niet ondersteunde adapters kan schade toebrengen aan het apparaat.
- Zorg, wanneer u de optionele netadapter bij het apparaat opbergt, dat u het apparaat en de manchet niet beschadigt.

1. Steek de plug van de netadapter in de netadapteraansluiting op de achterzijde van het apparaat.

2. Steek de stekker van de netadapter in een stopcontact.



Om de netadapter los te koppelen, trekt u eerst de stekker van de netadapter uit het stopcontact en direct daarna trekt u de plug van de netadapter uit het apparaat.

8. Technische gegevens

Productbeschrijving	Digitale automatische bloeddrukmeter
Model	OMRON M10-IT (HEM-7080IT-E)
Display	LCD digitaal display
Meetmethode	Oscillometrische methode
Meetbereik	Druk: 0 tot 299 mmHg Pols: 40 tot 180/ minuut
Nauwkeurigheid	Druk: ± 3 mmHg Pols: $\pm 5\%$ van de weergegeven waarde
Opblazen	Fuzzy-logic bestuurd door een elektrische pomp
Ontluchten	Automatische-ontluchtingsventiel
Drukdetectie	Capacitieve druksensor
Geheugen	84 metingen met datum en tijd voor elke gebruiker (A en B)
Stroomvoorziening	4 "AA" batterijen 1,5 V of netadapter (6V = 4W)
Levensduur batterijen	De capaciteit van nieuwe alkalinebatterijen is circa 1400 metingen bij gebruik 6 keer per dag, met 4 nieuwe alkalinebatterijen
Bedrijfstemperatuur/vochtigheid	+10°C tot +40°C Maximum: 30 tot 90% RV
Temperatuur, vochtigheid en luchtdruk voor opslag	-20°C tot +60°C Maximum: 10 tot 95% RV 700 - 1060 hPa
Gewicht console	Ongeveer 420 g zonder batterijen
Gewicht manchet	Ongeveer 240 g
Buitenafmetingen	Circa 155 (l) mm \times 131 (b) mm \times 84 (h) mm
Afmetingen manchet	Circa 152 mm \times 600 mm (Manchet: armomtrek 22 tot 42 cm)
Inhoud van de verpakking	Manchet, handleiding, zachte opbergtas, set batterijen, garantiekaart, bloeddrukpas, USB-kabel, cd-rom, installatiehandleiding

Opmerking: Onderworpen aan technische aanpassingen zonder kennisgeving vooraf.

- Dit OMRON-product is vervaardigd onder het strikte kwaliteitsborgingssysteem van OMRON HEALTHCARE Co. Ltd., Japan. Het belangrijkste onderdeel van de OMRON-bloeddrukmeters, de druksensor, wordt in Japan geproduceerd.



= Type B

CE 0197

NL

Dit apparaat voldoet aan de eisen van de EG-richtlijn 93/42/EEG (Richtlijn medische apparatuur).

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:

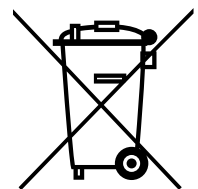
- Gebruik geen mobiele telefoons en andere apparaten die een sterk elektrisch of elektromagnetisch veld genereren in de buurt van dit medische apparaat. Dit kan ertoe leiden dat het apparaat niet goed werkt, zodat een potentieel onveilige situatie ontstaat. Wij raden aan minimaal 7 meter afstand te houden. 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.

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 recycelen, 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 recycelen.

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.

9. Nuttige informatie over bloeddruk

Wat is bloeddruk?

Bloeddruk is een maat voor de kracht waarmee het bloed tegen de slagaderwand stroomt. Arteriële bloeddruk verandert voortdurend tijdens de hartcyclus.

De hoogste bloeddruk in deze cyclus wordt de *systolische bloeddruk* genoemd; de laagste is de *diastolische bloeddruk*.

Beide drukmetingen, de *systolische* en *diastolische*, zijn voor een arts noodzakelijk om de status van de bloeddruk van een patiënt te kunnen beoordelen.

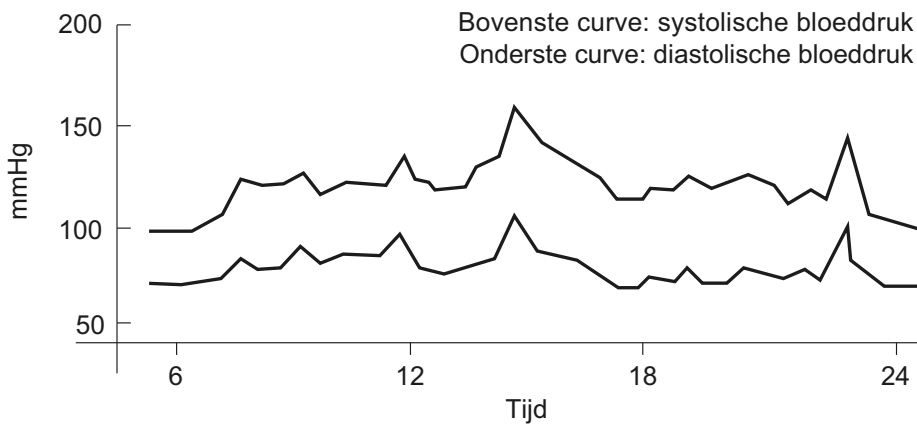
Waarom is het goed om de bloeddruk thuis te meten?

Het meten van de bloeddruk door een arts kan opwinding veroorzaken, wat op zichzelf al een aanleiding is voor hoge bloeddruk. Aangezien een aantal omstandigheden de bloeddruk kan beïnvloeden, is een enkele meting mogelijk niet voldoende voor een juiste diagnose.

Veel factoren, zoals fysieke inspanning, opwinding of het tijdstip van de dag, kunnen uw bloeddruk beïnvloeden. Het is daarom aan te bevelen uw bloeddruk elke dag op hetzelfde tijdstip te meten, om zodoende een juiste indicatie te krijgen van mogelijke veranderingen in uw bloeddruk. De bloeddruk is normaal gesproken 's morgens het laagst en stijgt dan in de loop van de dag. De bloeddruk is in de zomer lager en in de winter hoger.

Bloeddruk wordt gemeten in millimeters kwik (mmHg) en de metingen worden genoteerd met de systolische druk voor de diastolische druk, bijvoorbeeld een bloeddruk die wordt genoteerd als 140/90, wordt gemeld als 140 over 90 mmHg.

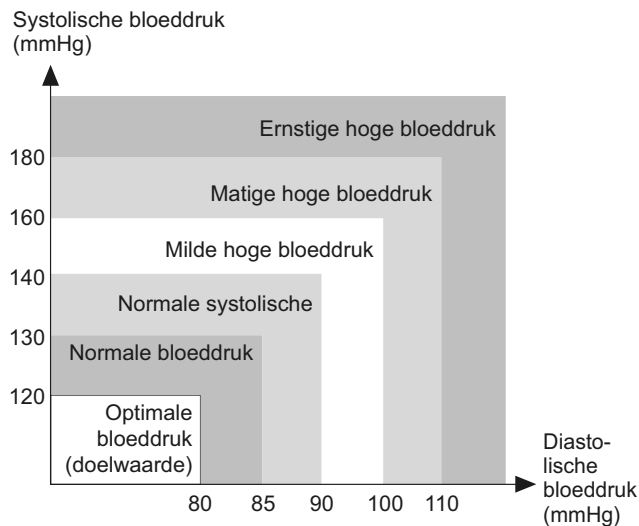
9. Nuttige informatie over bloeddruk



Voorbeeld: fluctuatie binnen een dag (man, 35 jaar oud)


Classificatie van bloeddruk door de Wereldgezondheidsorganisatie WHO

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) en de International Society of Hypertension (Internationale Gemeenschap voor Hoge Bloeddruk (ISH)) hebben de bloeddrukclassificatie ontwikkeld zoals weergegeven in deze afbeelding.



Deze classificatie is gebaseerd op bloeddrukwaarden die zijn gemeten bij personen in een zittende positie in ziekenhuis-poliklinieken.

Opmerking: Er bestaat geen universeel geaccepteerde definitie van hypotensie (lage bloeddruk). Een systolische druk van minder dan 100 mmHg wordt echter beschouwd als hypotensie.

Fabrikant 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto, 617-0002 JAPAN		
Vertegenwoordiging in de EU <table border="1" data-bbox="129 566 357 663"> <tr> <td data-bbox="129 566 240 663">EC</td> <td data-bbox="240 566 357 663">REP</td> </tr> </table>	EC	REP	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, NEDERLAND www.omron-healthcare.com
EC	REP		
Productiefaciliteit	OMRON (DALIAN) CO., LTD. Dalian, CHINA		
Dochteronderneming	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, U.K.		
	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